**LEMBAR OBSERVASI PENELITIAN**

EFEKTIFITAS AROMATERAPI LAVENDER DAN AROMATERAPI JASMINTERHADAP INTENSITAS NYERI MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS NUSA CENDANA KUPANG

**A. AROMATERAPI JASMINE**

1. Identitas Responden

Nama/inisial :

Umur :

Tanggal Pengisian :

Alamat :

1. Numeric Rating Scale (NRS)

Tunjukkan warna atau skala yang sesuai dengan nyeri yang dirasakan.

1. Skala nyeri yang dirasakan responden (pre-test) hari pertama menstruasi sebelum diberikan aromaterapi jasmine

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. Skala nyeri yang dirasakan responden (post-test) hari kedua menstruasi sesudah diberikan aromaterapi jasmine

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. Skala nyeri yang dirasakan responden (post-test) hari ketiga menstruasi sesudah diberikan aromaterapi jasmine.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**B. AROMATERAPI LAVENDER**

1. Identitas Responden

Nama/inisial :

Umur :

Tanggal Pengisian :

Alamat :

1. Numeric Rating Scale (NRS)

Tunjukkan warna atau skala yang sesuai dengan nyeri yang dirasakan.

1. Skala nyeri yang dirasakan responden (pre-test) hari pertama menstruasi sebelum diberikan aromaterapi lavender

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. Skala nyeri yang dirasakan responden (post-test) hari kedua menstruasi sesudah diberikan aromaterapi lavender

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. Skala nyeri yang dirasakan responden (post-test) hari ketiga menstruasi sesudah diberikan aromaterapi

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Keterangan :

Intensitas skala nyeri dikategorikan sebagai berikut:

1. 0 : tidak ada keluhan nyeri, tidak nyeri. Warna hijau
2. 1-3 : mulai terasa dan dapat ditahan, nyeri ringan. Warna kuning
3. 4-6 : rasa nyeri yang menganggu dan memerlukan usaha untuk menahan, nyeri sedang. Warna orange
4. 7-10 : rasa nyeri sangat menganggu dan tidak dapat ditahan, meringis, menjerit bahkan teriak, nyeri berat, warna merah