

**EFEKTIVITAS *MASSAGE COUNTER PRESSURE* DAN AROMATERAPI
KAYU MANIS TERHADAP *DISMENOREA* HARI KE 1-3 PADA
REMAJA PUTRI**

Laporan Akhir Studi (LAS)



Disusun oleh

Elita Sekar Wulandari

NIM. 24DC21C020

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AMIKOM PURWOKERTO
CILACAP
2025**

**EFEKTIVITAS *MASSAGE COUNTER PRESSURE* DAN AROMATERAPI
KAYU MANIS TERHADAP *DISMENOREA* HARI KE 1-3 PADA
REMAJA PUTRI**

Laporan Akhir Studi (LAS)

Untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Ahli Madya DIII pada
Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan



Disusun oleh

Elita Sekar Wulandari

NIM. 24DC21C020

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AMIKOM PURWOKERTO
CILACAP
2025**

PERSETUJUAN

Laporan Akhir Studi (LAS)

**EFEKTIVITAS MASSAGE COUNTER PRESSURE DAN AROMATERAPI
KAYU MANIS TERHADAP DISMENOREA HARI KE 1-3 PADA
REMAJA PUTRI**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Elita Sekar Wulandari

NIM. 24DC21C020

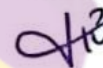
telah disetujui oleh dosen pembimbing LAS
Pada tanggal 11 Juli 2025

Dosen Pembimbing 1,



Gita Ayu Indria, SST., MPH.
NIDN. 0618088604

Dosen Pembimbing 2,



Anisa Sevi Oktaviani, SST., MPH.
NIDN. 0607108803

LAS ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan (Amd.Keb.)
Tanggal 17 Juli 2025

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan

Dekan



Uti Lestari, S.Si.T., MH.Kes.
NIK. 2025.03.2.217

Kaprodi DIII Kebidanan



Misrina Retnowati, S.Si.T., M.Kes.
NIK. 2025.03.2.218

PENGESAHAN

Laporan Akhir Studi (LAS)

**EFEKTIVITAS MASSAGE COUNTER PRESSURE DAN AROMATERAPI
KAYU MANIS TERHADAP DISMENOREA HARI KE 1-3 PADA
REMAJA PUTRI**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Elita Sekar Wulandari

NIM. 24DC21C020

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 17 Juli 2025

Misrina Retnowati, S.Si.T., M.Kes.
NIDN. 0622018701



Uti Lestari, S.Si.T., MH.Kes.
NIDN. 0625106303



Gita Ayu Indria, SST., MPH.
NIDN. 0618088604



LAS ini telah disahkan sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan (Amd.Keb.)
Tanggal 17 Juli 2025

Mengetahui,

**Fakultas Ilmu Kesehatan
Dekan**



Uti Lestari, S.Si.T., MH.Kes.
NIDN. 2025.03.2.217

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Elita Sekar Wulandari
NIM : 24DC21C020
Program Studi : Diploma III Kebidanan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Amikom Purwokerto

Menyatakan bahwa LAS Sebagai Berikut:

Judul LAS : Efektivitas *Massage Counter Pressure* Dan
Aromaterapi Kayu Manis Terhadap *Dismenorea* Hari
Ke 1-3 Pada Remaja Putri

Dosen Pembimbing 1 : Gita Ayu Indria, SST., MPH.

Dosen Pembimbing 2 : Anisa Sevi Oktaviani, SST., MPH.

Adalah benar-benar **ASLI** dan **BELUM PERNAH** dibuat orang lain, kecuali yang
diacu dalam daftar pustaka pada Laporan Akhir Studi (LAS) ini.

Demikian pernyataan ini saya buat, apabila ini di kemudian hari terbukti bahwa
saya melakukan penjiplakan karya orang lain, maka saya bersedia menerima
SANKSI AKADEMIK.

Cilacap, 11 Juli 2025

Menyatakan,

METERA
TEMPEL
10000
FAB4ANX023008418
Elita Sekar Wulandari
NIM. 24DC21C020

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk Ibu dan Bapak. Orang hebat yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta selalu memberikan motivasi. Terima kasih untuk semua berkat do'a dan dukungan ibu dan bapak saya bisa berada dititik ini. Sehat selalu hiduplah lebih lama lagi.



HALAMAN MOTTO

“God have perfect timing, never early, never late. It takes a little patience and it takes a lot of faith, but it’s a worth the wait.”

“Orang lain tidak akan paham *stuggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success storiesnya* saja. Jadi berjuanglah untuk diri sendiri meskipun tidak aka nada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga denga napa yang kita perjaungkan hari ini. *So keep fighting okay.*”



KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, atas semua berkat dan rahmat-Nya sehingga dapat menyelesaikan Laporan Akhir Studi ini guna memenuhi salah satu persyaratan kelulusan di Universitas Amikom Purwokerto yang berjudul “Efektivitas *Massage Counter Pressure* Dan Aromaterapi Kayu Manis Terhadap *Dismenorea* Hari Ke 1-3 Pada Remaja Putri”.

Dalam hal ini penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak berterima kasih kepada pihak-pihak yang terkait dan banyak membantu dalam penyusunan laporan ini, antara lain :

1. Assoc. Prof. Dr. Berlilana, M.Kom., M.Si., selaku Rektor Universitas Amikom Purwokerto.
2. Uti Lestari, S.Si.T., MH.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Amikom Purwokerto.
3. Misrina Retnowati, S.Si.T., M.Kes, selaku Kaprodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Amikom Purwokero.
4. Gita Ayu Indria, SST., MPH, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan Laporan Akhir Studi ini.
5. Anisa Sevi Oktaviani, SST., MPH, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan Laporan Akhir Studi ini.

6. Dosen Program studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Amikom Purwokerto, yang telah mendidik dan mengajarkan dengan sabar dan Ikhlas.
7. Partisipan atas ketersediaannya untuk membantu menjadi subjek Laporan Akhir Studi.
8. Kepada kedua orang tuaku bapak saya tercinta Eko Waluyo dan ibuku tersayang Purwanti yang telah memberikan doa, dukungan, cinta, dan pengorbanan yang tak ternilai. Terimakasih atas segala sayang, nasehat yang tidak ada hentinya diberikan kepadaku. Terimakasih buat perjuangan yang tangguh meskipun ayah dan ibuku tidak pernah duduk dibangku kuliah namun mereka berhasil membantu anak pertamanya menempuh pendidikan sampai diploma.
9. Kepada teman-teman yang senantiasa mendukung dalam kebaikan, kebersamai dalam setiap langkah yang dilalui, dan saling memberikan motivasi dalam meningkatkan semangat serta kemudahan untuk menyelesaikan Laporan Akhir Studi ini.
10. Elita Sekar Wulandari, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya yang telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit bisa bertahan sampai dititik ini, terimakasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri walaupun sering putus asa atas apa yang sedang diusahakan. Tetaplah jadi manusia yang mau berusaha dan tidak lelah untuk mencoba. *God thank you for being me independent women, i know there are more great ones but i'm proud of this achievement.*

Penulis menyadari bahwa penyusunan Laporan Akhir Studi ini masih belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan penulis selanjutnya. Penulis juga mengharapkan semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Cilacap, Juli 2025

Penulis

