

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PENGUJIAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah.....	7
1.3 Tujuan penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep dasar Remaja	9
2.1.1 Definisi Remaja	9
2.1.2 Karakteristik Remaja	9
2.1.3 Tahap perkembangan pada remaja	10

2.1.4 Perubahan pada remaja	11
2.1.5 Kelompok perkembangan pada remaja	12
2.2 Konsep dasar <i>Dismenore</i>	13
2.2.1 Definisi <i>Dismenore</i>	13
2.2.2 Patologis <i>Dismenore</i>	14
2.2.3 Pencegahan <i>Dismenore</i>	15
2.2.4 Komplikasi <i>Dismenore</i>	15
2.2.5 Klasifikasi <i>Dismenore</i>	16
2.2.6 Pengkajian Skala Nyeri <i>Dismenore</i>	19
2.3 Manajemen Penatalaksanaan <i>Dismenore</i>	21
2.3.1 Secara farmakologi	21
2.3.2 Secara non farmakologi	21
BAB III METODE PENELITIAN	37
3.1 Rancangan Penelitian	37
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	38
3.3 Populasi dan Sampel	38
3.4 Variabel Penelitian	40
3.5 Kerangka Konsep	40
3.6 Definisi Operasional	40
3.7 Teknik Pengumpulan data	42
3.8 Pengolahan dan Analisa data	46
3.9 Etika penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
4.1 Hasil Penelitian	50

4.1.1 Karakteristik Data Umum	50
4.1.2 Analisa Univariat	51
4.1.3 Analisa Bivariat.....	53
4.2 Pembahasan	53
4.2.2 Karakteristik Data Umum	53
4.2.2 Skala Nyeri Sebelum Diberikan <i>Abdominal Streching Exercise</i> dan Kompres Air Hangat	57
4.2.3 Skala Nyeri Setelah Diberikan <i>Abdominal Streching Exercise</i> dan Kompres Air Hangat	58
4.2.4 Pengaruh <i>Abdominal Streching Exercise</i> dan Kompres Air Hangat untuk penurunan keluhan nyeri <i>dismenore</i>	59
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	64
5.1 Kesimpulan	64
5.2 Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Numerical Rating Scale.....	21
Gambar 2 cat stretch step 1.....	31
Gambar 3 cat stretch step 2.....	31
Gambar 4 cat stretch step 3.....	31
Gambar 5 lower trunk rotation step 1	32
Gambar 6 lower trunk rotation step 2	32
Gambar 7 Buttock / Hip stretch.....	33
Gambar 8 Abdominal Strengthening : curl up step 1	33
Gambar 9 Abdominal Strengthening : curl up step 2.....	34
Gambar 10 Lower abdominal strengthening step 1.....	34
Gambar 11 Lower abdominal strengthening step 2.....	35
Gambar 12 The bridge position	35

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Desain Penelitian	37
Tabel 2 Karengka Konsep.....	40
Tabel 3 Definisi Operasional	41
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	50
Tabel 5 Distribusi Tingkat <i>Dismenore</i> Responden Sebelum Diberikan Intervensi <i>Abdominal stretching exercise</i> dan Kompres air hangat.....	51
Tabel 6 Distribusi Tingkat <i>Dismenore</i> Responden Setelah Diberikan Intervensi <i>Abdominal stretching exercise</i> dan Kompres air hangat.....	52
Tabel 7 Pengaruh Skala <i>Dismenore</i> Sebelum dan Setelah Dilakukan <i>Abdominal stretching exercise</i> dan Kompres air hangat	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan	68
Lampiran 2 Surat Keterangan Layak Etik	69
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	70
Lampiran 4 Kuesioner <i>Pre-test</i> Karakteristik dan Intensitas Nyeri	71
Lampiran 5 Kuesioner <i>Post-test</i> Karakteristik dan Intensitas Nyeri.....	73
Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur	74
Lampiran 7 Master Tabel.....	82
Lampiran 8 Hasil Output SPSS	84
Lampiran 9 Dokumentasi.....	88
Lampiran 10 Lembar Bimbingan	89
Lampiran 11 Riwayat Hidup	93
Lampiran 12 Hasil Cek Plagiasi	94