

LAMPIRAN

JADWAL RISET

No	Jadwal	Bulan																							
		April				Mei				Juni				Juli				Agustus				September			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Informasi KTI																								
2.	Pengajuan masalah dan judul																								
3.	Penyusunan draf proposal																								
4.	Presentasi dan pembahasan proposal																								
5.	Penyempurnaan proposal berdasarkan masukan																								
6.	Tahap pengumpulan informasi untuk riset																								
7.	Pengolahan data dan bimbingan KTI																								
8.	Penyusunan draf KTI																								
9.	Ujian KTI																								
10.	Penyempurnaan KTI berdasarkan masukan																								
11.	Pengumpulan KTI																								

KETERANGAN :



:Tidak dilakukan riset



:Dilakukan riset

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI PESERTA YANG MENGISI
KUESIONER**

Kepada Yth

Siswi SMKN 1 Mataram

Di

Tempat,

Dengan hormat.

Terkait pelaksanaan tugas akhir mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan PSDKU Mataram, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lia Septi Martiana

Nim : 221FI10005

Dalam rangka keperluan riset ini, saya memohon kesediaan Saudari untuk memberikan data atau informasi dengan mengisi kuesioner yang telah disertakan. Kesediaan atas perhatian saudara sangat saya harapkan guna mendukung riset ini. Atas partisipasi saudara, saya ucapkan terimakasih.

Peneliti



(Lia Septi Martiana)

FORMULIR PERSETUJUAN PARTISIPAN RISET

Saya, dengan identitas sebagaimana tercantum di bawah ini:

Nama :

Usia :

Alamat :

Menyatakan komitmen serta kesediaan untuk berpartisipasi sebagai peserta yang mengisi kuesioner yang dilakukan oleh mahasiswa jurusan kebidanan Prodi DIII Kebidanan yang berjudul " Hubungan Pengetahuan Dengan Penanganan Disminore Pada Remaja Putri Di SMKN 1 Mataram " Peserta memiliki hak untuk membatalkan persetujuan ini sewaktu-waktu apabila merasa dirugikan dalam bentuk apa pun.

Dengan ini saya menyatakan persetujuan, dan saya meyakini bahwa peneliti akan menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang saya berikan dalam riset ini.

Mataram, Mei 2025

(_____)

KUESIONER TENTANG PENGETAHUAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 MATARAM

Identitas Peserta yang mengisi kuesioner

Nama/Inisial :

Kelas :

Usia : Tahun

Petunjuk :

- a. Isilah data diri dengan lengkap dan benar, serta jawablah seluruh pertanyaan sesuai dengan petunjuk yang diberikan.
- b. Tandai dengan silang (X) pada pilihan yang paling sesuai dengan Anda berdasarkan pengetahuan atau pengalaman Anda.

PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG DISMENORE

Silangkan (X) pada pilihan yang paling sesuai dengan diri Anda.

1. Lama menstruasi yang normal biasanya berlangsung selama berapa hari?
 - a. >7 Hari
 - b. < 7 Hari
 - c. 15 Hari
 - d. Semuanya salah
2. Apa istilah untuk nyeri yang muncul menjelang atau selama menstruasi?
 - a. Arthralgia
 - b. Disminore
 - c. Ophtalmalgia
 - d. Migrain
3. Apa yang menyebabkan timbulnya rasa nyeri ketika menstruasi terjadi?
 - a. kontraksi yang kuat pada dinding Rahim
 - b. Peningkatan hormon prostaglandin
 - c. pelebaran leher rahim saat mengeluarkan darah haid.
 - d. Semua jawaban benar

4. Faktor yang dapat memicu nyeri haid adalah ?

- a. Kelebihan berat badan
- b. Usia muda
- c. Kekurangan suplai darah
- d. Kebiasaan merokok

5. Apa saja gejala yang biasanya muncul sebelum menstruasi ketika mengalami nyeri haid?

- a. Dehidrasi
- b. Diare
- c. Sakit pada buah dada
- d. Batuk dan Flu

6. Gangguan psikologis apa yang sering dialami menjelang datangnya menstruasi?

- a. Perubahan bentuk tubuh
- b. Perubahan emosional
- c. Perubahan warna kulit
- d. Perubahan suara

7. Apa saja upaya yang bisa dilakukan untuk meredakan nyeri haid?

- a. Tetap beraktivitas tanpa beristirahat meskipun sedang nyeri haid
- b. Melakukan aktivitas berat
- c. Tidak perlu berolahraga
- d. Mengompres dengan air hangat

8. Pada saat nyeri haid hal yang ?

- a. Memberikan obat Pereda nyeri
- b. Memberikan minuman bersoda
- c. Memberikan minum berkafein
- d. Memberikan minuman yang mengandung alkohol

9. Nyeri haid akan terasa pada saat ?

- a. Menjelang haid
- b. Sesudah haid
- c. Pada saat haid
- d. Menjelang dan Pada saat haid

10. Nyeri haid biasanya akan terasa sampai hari ke ?
- 2-3 hari
 - 3-6 hari
 - 6-8 hari
 - Semua benar
11. Gejala nyeri haid yang biasanya muncul sebelum menstruasi adalah?
- Nyeri pada payudara
 - Sakit kepala
 - Sulit tidur
 - Semua benar
12. Nyeri yang terjadi selama menstruasi dapat menyebabkan?
- Penurunan kinerja serta berkurangnya aktivitas sehari-hari
 - Ingin makan makanan pedas
 - Membuat malas sekolah
 - Meningkatkan aktivitas sehari-hari
13. Disminore umumnya disertai dengan ?
- Mual muntah
 - Sakit kepala
 - Sakit pinggang
 - Benar semua
14. Rasa nyeri saat menstruasi dapat diatasi dengan mengonsumsi obat pereda nyeri. Obat apakah yang biasa Anda konsumsi saat nyeri haid terjadi?
- Ibuprofen, Asam Mefenamat, Paracetamol
 - Promag
 - Antasida
 - Komix OBH, Mixagrip, Vicks
15. Kontraksi yang kuat pada dinding Rahim termasuk dari?
- Gejala disminore
 - Deskripsi disminore
 - Penyebab disminore
 - Pengertian disminore
16. Tanda-tanda nyeri menstruasi umumnya berupa nyeri pada area?
- Perut bagian bawah

- b. Pinggang
- c. Pada bagian daerah kewanitaan
- d. Semua jawaban benar

17. Perasaan mudah tersinggung, sakit kepala, gangguan tidur, dan nyeri pada payudara sebelum menstruasi merupakan contoh dari

- a. Pengertian disminore
- b. Penyebab disminore
- c. Gejala disminore
- d. Penanganan disminore

18. Pada usia berapakah responden mulai mengalami menstruasi pertama ?

- a. < 12 tahun
- b. 12,5 – 15 tahun
- c. > 15 tahun
- d. Semua benar

19. Manfaat berolahraga untuk meredakan nyeri adalah ?

- a. memperlancar aliran darah pada otot sekitar Rahim
- b. Mempelancar siklus pencernaan
- c. Mempelancar siklus pernafasan
- d. Salah semua

20. Dismenore secara non farmakologis yang bisa dilakukan dirumah apa saja?

- a. Minum minuman berkafein
- b. Kompres air hangat
- c. Membaca buku
- d. Bermain

KUESIONER PENANGANAN DISMENOIRE

Tandai dengan (√) pada kolom sesuai dengan hal yang biasanya Anda lakukan ketika sedang nyeri haid. (Dismenore)

S: SERING

J: JARANG

TP: TIDAK PERNAH

No	Pertanyaan	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Saya minum obat yang diresepkan oleh dokter, misalnya asetaminofen, asam mefenamat, aspirin, atau jenis obat lain (harap tuliskan jenisnya)			
2.	Saya mengonsumsi obat pereda nyeri yang diperoleh tanpa resep, misalnya Feminax, Panadol, Biogesic, atau obat lain (harap tuliskan jenisnya).			
3.	Saya biasanya minum obat pereda nyeri ketika nyeri haid yang saya rasakan sudah sangat parah atau tidak bisa ditahan lagi.			
4.	Saya mengompres area tubuh yang terasa nyeri menggunakan air hangat untuk membantu meredakan rasa sakit.			
5.	Saya menggunakan ramuan herbal atau jamu untuk mengurangi nyeri haid (jika ya, sebutkan jenisnya).			
6.	Mengonsumsi minuman hangat untuk mengurangi nyeri haid			
7.	Karena nyeri haid biasanya berlangsung cukup lama, saya memilih untuk beristirahat sejenak (dengan duduk atau			

	berbaring) agar dapat kembali melanjutkan aktivitas sehari-hari			
8.	Saya melakukan ringan secara teratur olahraga			
9.	Melakukan aktifitas olah raga Jika ya sebutkan :			
10.	Saya melakukan posisi knee-chest (menelungkup dengan lutut ditekuk kearah dada) guna membantu meredakan rasa nyeri saat menstruasi			
11.	Saya meredakan nyeri haid dengan melakukan relaksasi melalui teknik pernapasan dalam dan hembusan perlahan.			
12.	Memfaatkan aromaterapi sebagai cara untuk membantu meredakan nyeri haid.			
13.	Saat menghirup aromaterapi, saya merasa lebih tenang dan rileks ketika mengalami nyeri menstruasi			
14.	Saya mengalihkan rasa nyeri haid dengan melakukan hobi yang menyenangkan, seperti mendengarkan musik dan membaca.			
15.	Saya melakukan gerakan senam biasa di rumah			
16.	Saya tidak melakukan penanganan khusus saat mengalami nyeri haid (dismenore) karena saya percaya nyerinya akan hilang dengan sendirinya.			
17.	Saya merasa cemas saat mengalami nyeri haid karena dapat mengganggu kegiatan saya sehari-hari terutama saat belajar			

	disekolah			
18.	Ketika saya mengalami nyeri haid (dismenore), orang tua menjadi tempat saya bercerita dan membantu saya merasa lebih tenang serta mengurangi rasa takut dan cemas.			
19.	Saya mengoleskan krim atau losion penghangat pada bagian tubuh yang terasa nyeri untuk membantu meredakannya.			
20.	Saya mencoba mengalihkan perhatian dengan mendengarkan musik, menonton televisi, atau film sebagai cara untuk mengurangi rasa nyeri.			

Hasil Uji Data menggunakan SPSS

Frequency Table

PENGETAHUAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	CUKUP	24	77,4	77,4	77,4
	BAIK	7	22,6	22,6	100,0
	Total	31	100,0	100,0	

PENANGANAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG	17	54,8	54,8	54,8
	CUKUP	8	25,8	25,8	80,6
	BAIK	6	19,4	19,4	100,0
	Total	31	100,0	100,0	

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PENGETAHUAN * PENANGANAN	31	100,0%	0	0,0%	31	100,0%

PENGETAHUAN * PENANGANAN Crosstabulation

Count

		PENANGANAN			Total
		KURANG	CUKUP	BAIK	
PENGETAHUAN	CUKUP	14	7	3	24
	BAIK	3	1	3	7
Total		17	8	6	31

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	3,282 ^a	2	,194
Likelihood Ratio	2,928	2	,231
Linear-by-Linear Association	1,788	1	,181
McNemar-Bowker Test	.	.	. ^b
N of Valid Cases	31		

Directional Measures

			Value	Asymptotic Standard Error ^a	Approximate T ^b
Ordinal by Ordinal	Somers' d	Symmetric	,194	,179	1,047
		PENGETAHUAN Dependent	,154	,144	1,047
		PENANGANAN Dependent	,262	,242	1,047

Symmetric Measures

		Value	Asymptotic Standard Error ^a	Approximate T ^b	Approximate Significance
Ordinal by Ordinal	Kendall's tau-b	,201	,185	1,047	,295
	Kendall's tau-c	,183	,175	1,047	,295
	Gamma	,400	,327	1,047	,295
Measure of Agreement	Kappa	,002	,108	,016	,987
N of Valid Cases		31			

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PENGETAHUAN * PENANGANAN	31	100,0%	0	0,0%	31	100,0%

PENGETAHUAN * PENANGANAN Crosstabulation

Count

		PENANGANAN			Total
		KURANG	CUKUP	BAIK	
PENGETAHUAN	CUKUP	14	7	3	24
	BAIK	3	1	3	7
Total		17	8	6	31

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	3,282 ^a	2	,194
Likelihood Ratio	2,928	2	,231
Linear-by-Linear Association	1,788	1	,181
McNemar-Bowker Test	.	.	. ^b
N of Valid Cases	31		

Mataram, 26 Mei 2025

No : 052/03.CAB-LBK/UBK/VI/2025
Lampiran : -
Perihal : **Izin Pengambilan Data Penelitian**

Kepada
Yth. Kepala SMKN 1 Mataram
di Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya agenda pelaksanaan Tugas Akhir di Prodi D3 Kebidanan Universitas Bhakti Kencana Cabang Mataram T.A. 2024/2025, maka bersama ini kami bermaksud menyampaikan permohonan izin pengambilan data penelitian yang ada di wilayah kerja yang Bapak/Ibu pimpin. Berikut adalah identitas beserta rencana judul penelitian yang diajukan oleh mahasiswi kami:

No.	Nama	NIM	Rencana Judul
1.	Lia Septi Martiana	221FI10005	Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan Penanganan Nyeri Haid (Dismenore) di SMKN 1 Mataram

Demikian surat permohonan kami, semoga dapat dipertimbangkan. Atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

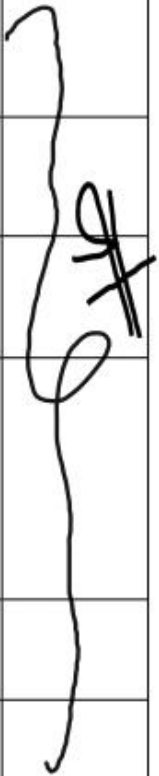
Kaprodi,



(Hairani, M.Tr.Keb.)

LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL TUGAS AKHIR

NAMA : Lia Septi Martiana
NIM : 221FI10005
TINGKAT/SEMESTER : TK 3/ Semester 6
PEMBIMBING PENDAMPING : Sherly Dwi Gustiya , SST ., M.Tr.Keb

NO	HARI/TANGGAL	MATERI	SARAN	PARAF
1	Selasa 15 April 2025	Bimbingan Proposal	Untuk pembuatan kuesioner disminorea bimbingan kepada pembimbing utama dan pendamping setelah itu konsulkan pada ibu dosen mata kuliah Kesehatan Reproduksi	
2.	Jum'at 18 April 2025	Bimbingan Proposal	Konsul kepada pembimbing utama untuk perubahan judul	
3.	Kamis , 24 April 2025	Bimbingan Proposal	- Menambahkan kusioner - Lanjut sampai Bab 3	
4.	Rabu , 07 Mei 2025	Bimbingan Proposal	- Menggunakan Teknik simple purposive sampling - Merubah kriteria eksklusi	
5	Kamis , 22 mei 2025	Bimbingan Proposal	Membuat DO Mengubah kusioner	
6	Sabtu , 24 mei 2025	Bimbingan Proposal	Memasukan jumlah siswi kelas 1 di SMKN 1 Mataram	

--	--	--	--	--

7	Kamis, 29 Mei 2025	Bimbingan Proposal	Perbaiki penulisan dan melengkapi hipotesis	

LEMBAR KONSULTASI REVISI PROPOSAL TUGAS AKHIR

NAMA : Lia Septi Martiana
NIM : 221F110005
TINGKAT/SEMESTER : 3 / 6
KETUA TIM PENGUJI : Diana Hidayati S.Si.M.Si

[illegible]

LEMBAR KONSULTASI REVISI PROPOSAL TUGAS AKHIR

NAMA : Lia Septi Martiana

NIM : 221F110005

TINGKAT/SEMESTER : 3 / 6

PENGUJI 1 : Halrani M.Tr.Keb

[illegible]

DOKUMENTASI



