

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
1.5 Keaslian penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Konsep Menstruasi.....	10
2.1.1 Pengertian Menstruasi	10
2.1.2 Siklus Menstruasi	10
2.1.3 Fisiologi Menstruasi	11
2.1.4 Fase-Fase pada Siklus Menstruasi.....	11
2.2 Konsep <i>Dismenore</i>	13
2.2.1 Pengertian <i>Dismenore</i>	13
2.2.2 Patofisiologi <i>Dismenore</i>	13
2.2.3 Klasifikasi <i>Dismenore</i>	14
2.2.4 Tanda dan Gejala <i>Dismenore</i>	16

2.2.5	Faktor Risiko <i>Dismenore</i>	16
2.2.6	Derajat <i>Dismenore</i>	16
2.2.7	Menghitung Skala Nyeri.....	17
2.2.8	Penatalaksanaan <i>Dismenore</i>	20
2.3	Konsep Senam <i>Dismenore</i>	22
2.3.1	Pengertian Senam <i>Dismenore</i>	22
2.3.2	Manfaat Senam <i>Dismenore</i>	23
2.3.3	Mekanisme Kerja Senam <i>Dismenore</i> Menurunkan Nyeri.....	23
2.3.4	Prosedur Senam <i>Dismenore</i>	24
2.4	Konsep Kompres Hangat	30
2.4.1	Pengertian Kompres Hangat.....	30
2.4.2	Tujuan Kompres Hangat.....	30
2.4.3	Mekanisme Kerja Kompres Hangat Menurunkan Nyeri.....	31
2.4.4	Cara Pemberian Kompres Hangat dengan <i>WWZ</i>	32
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN .		35
3.1	Kerangka Konseptual.....	35
3.2	Hipotesis Penelitian	37
BAB IV METODE PENELITIAN.....		38
4.1	Desain Penelitian	38
4.2	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	39
4.3	Variabel Penelitian	41
4.3.1	Variabel Independen	41
4.3.2	Variabel Dependen.....	42
4.4	Definisi Operasional	42
4.5	Tempat Penelitian.....	43
4.6	Waktu Penelitian	44
4.7	Instrumen Penelitian	44
4.8	Prosedur Pengumpulan Data.....	44
4.9	Kerangka Kerja Penelitian	48
4.10	Analisis Data.....	49
4.10.1	Analisa Univariante.....	49
4.10.2	Analisa Bivariate.....	49
4.10.3	Analisa Multivariat.....	49
4.11	Etika Penelitian	50
BAB V HASIL PENELITIAN.....		52

5.1	Gambaran Umum.....	52
5.2	Data Umum.....	53
5.2.1	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan Usia.....	53
5.2.2	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan Usia <i>Menarche</i>	54
5.2.3	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan <i>IMT (Indeks Massa Tubuh)</i>	55
5.2.4	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan Siklus Menstruasi	55
5.2.5	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan Pendarahan	56
5.2.6	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan Olahraga	57
5.2.7	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan Riwayat Keluarga <i>Dismenore</i>	57
5.2.8	Karakteristik Mahasiswi Berdasarkan Penanganan Nyeri	58
5.3	Data Khusus	59
5.3.1	Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam <i>Dismenore</i> Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	59
5.3.2	Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Dengan <i>Warm Water Zak (WWZ)</i>	60
5.3.3	Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Senam <i>Dismenore</i> Dan Kompres Hangat Dengan <i>Warm Water Zak (WWZ)</i> Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	61
5.3.4	Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Diberikan Leaflet Pada Kelompok Kontrol Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	62
5.3.5	Analisis Perbedaan Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam <i>Dismenore</i> , Kompres Hangat Dengan <i>Warm Water Zak (WWZ)</i> , Kombinasi Senam <i>Dismenore</i> Dan Kompres Hangat Dengan <i>Warm Water Zak (WWZ)</i> , Dan Diberikan Leaflet Pada Kelompok Kontrol Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	63
BAB VI PEMBAHASAN.....		69
6.1	Interpretasi dan Hasil Diskusi.....	69
6.1.1	Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam <i>Dismenore</i> Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	69
6.1.2	Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Dengan <i>Warm Water Zak (WWZ)</i>	73
6.1.3	Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Senam <i>Dismenore</i> Dan Kompres Hangat Dengan <i>Warm</i>	

<i>Water Zak (WWZ)</i> Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	78
6.1.4 Intensitas <i>Nyeri</i> Dismenore Sebelum Dan Sesudah Diberikan Leaflet Pada Kelompok Kontrol Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	82
6.1.5 Analisis Perbedaan Intensitas <i>Nyeri Dismenore</i> Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam <i>Dismenore</i> , Kompres Hangat Dengan <i>Warm Water Zak (WWZ)</i> , Kombinasi Senam <i>Dismenore</i> Dan Kompres Hangat Dengan <i>Warm Water Zak (WWZ)</i> , Dan Diberikan Leaflet Pada Kelompok Kontrol Pada Mahasiswi Tingkat 4 Sarjana Terapan Keperawatan	85
6.2 Keterbatasan Penelitian.....	88
6.3 Implikasi untuk Keperawatan	88
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	90
7.1 Kesimpulan	90
7.2 Saran	91
DAFTAR PUSTAKA.....	93
LAMPIRAN.....	98
CURRICULUM VITAE.....	143