

Tgl. Menerima : 27 JAN 2004  
Jenis / Sumbangan :  
Nomor Induk : 564  
Klasifikasi : WP560 Per N DAP

**HASIL PENELITIAN**

JUDUL:

**PERUBAHAN AKTIVITAS DI SEKOLAH PADA REMAJA USIA 12-14  
TAHUN SAAT MENGALAMI *DYSMENORRHEA***



**Dibuat untuk memenuhi tugas akhir mata ajar Riset**

**Keperawatan pada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia**

Oleh :

Nama Mahasiswa	NPM
1. LIES WAHYUNI	1300000227
2. RENI SULUNG UTAMI	1300000375
3. YENI ANA IRAWATI	1300000553
4. YUSTIKA HAJJARKASIH	1300000561

REGULER 2000

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS INDONESIA**

**2004**

MILIK PERPUSTAKAAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS INDONESIA

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**Penelitian dengan judul :**

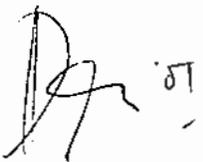
**Perubahan aktivitas di sekolah pada remaja usia 12 – 14 tahun  
saat mengalami *dysmenorrhea***

Telah mendapatkan persetujuan untuk didesiminasikan

Jakarta, 13 Januari 2004

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar



(Dewi Gayatri, SKp., MKes.)

NIP. 132 151 320

Menyetujui,

Pembimbing Riset



(Murtiwi, SKp., MS)

NIP. 140 091 100

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahrabbi'l'amin, puji syukur peneliti haturkan kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karuniaNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian tentang perubahan aktivitas di sekolah pada remaja usia 12-14 tahun saat mengalami *dysmenorrhea* pada waktunya. Shalawat dan salam tak lupa peneliti haturkan kepada junjungan nabi besar Muhammad SAW beserta para pengikutnya yang setia hingga akhir zaman.

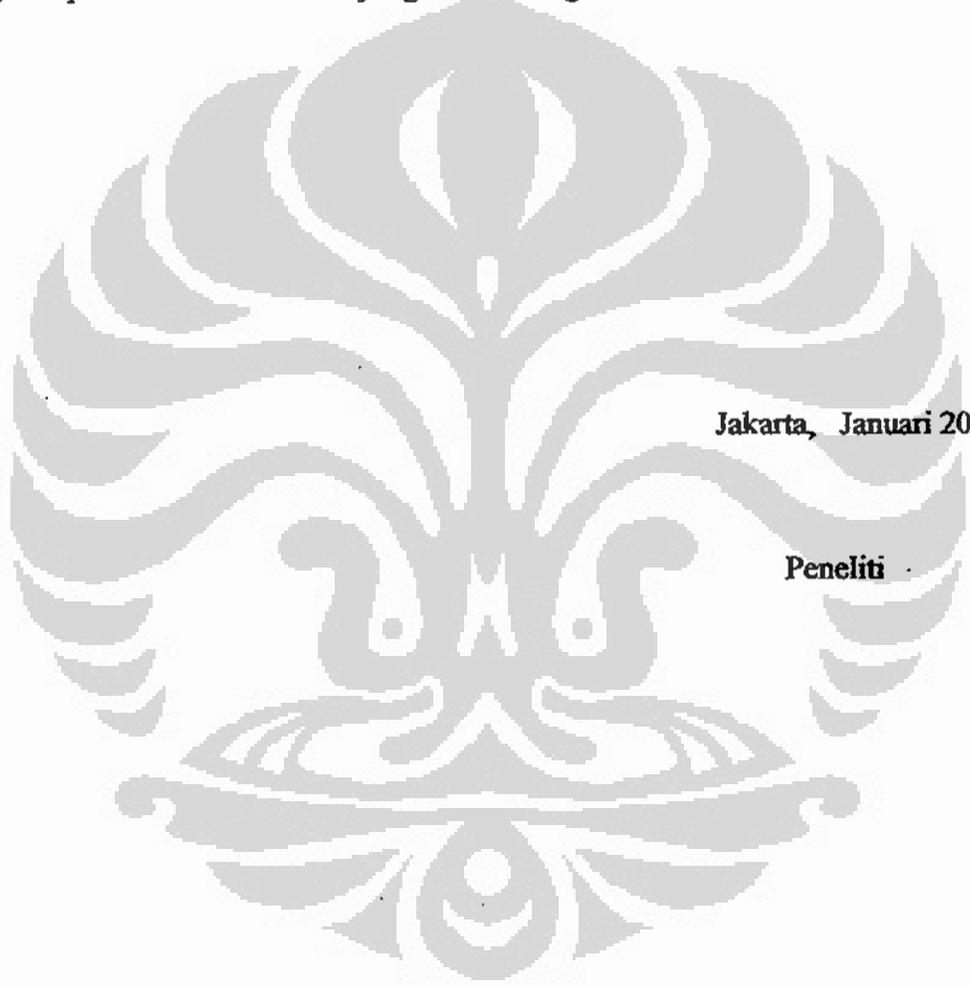
Peneliti menyadari tidak sedikit hambatan yang dihadapi selama melakukan penelitian ini. Namun berkat bantuan, bimbingan dan doa dari berbagai pihak serta atas kemudahan dari Allah, penelitian ini dapat diselesaikan. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Elly Nurachmah, DNSc. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia ( FIK UI )
2. Ibu Dewi Gayatri, SKp, MKes. selaku koordinator Mata Ajar Riset Keperawatan FIK UI
3. Ibu Murtiwi, SKp, MS selaku Pembimbing Utama Riset Keperawatan Kelompok XV
4. Pihak SLTPN 109 Kodam, Jakarta Timur atas partisipasi dan bantuannya
5. Ayah dan Ibu Kami tercinta atas doa dan dukungan yang menjadi pendorong terbesar bagi peneliti
6. Teman-teman B'02 (Pak Yuda, Bu Riris, Kak Putu dan Kak Desna) atas dukungan dan kerjasamanya. Kami tak akan melupakan 'perjuangan' bersamanya
7. Teman-teman tercinta warga FIK Angkatan 2000 atas segala dukungan dan masukannya

8. Staf perpustakaan FIK UI yang telah memberikan kebebasan kepada peneliti untuk mendapatkan referensi.

9. Serta semua pihak yang telah membantu penyelesaian penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan. Sehingga peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun agar dapat lebih baik di masa yang akan datang.

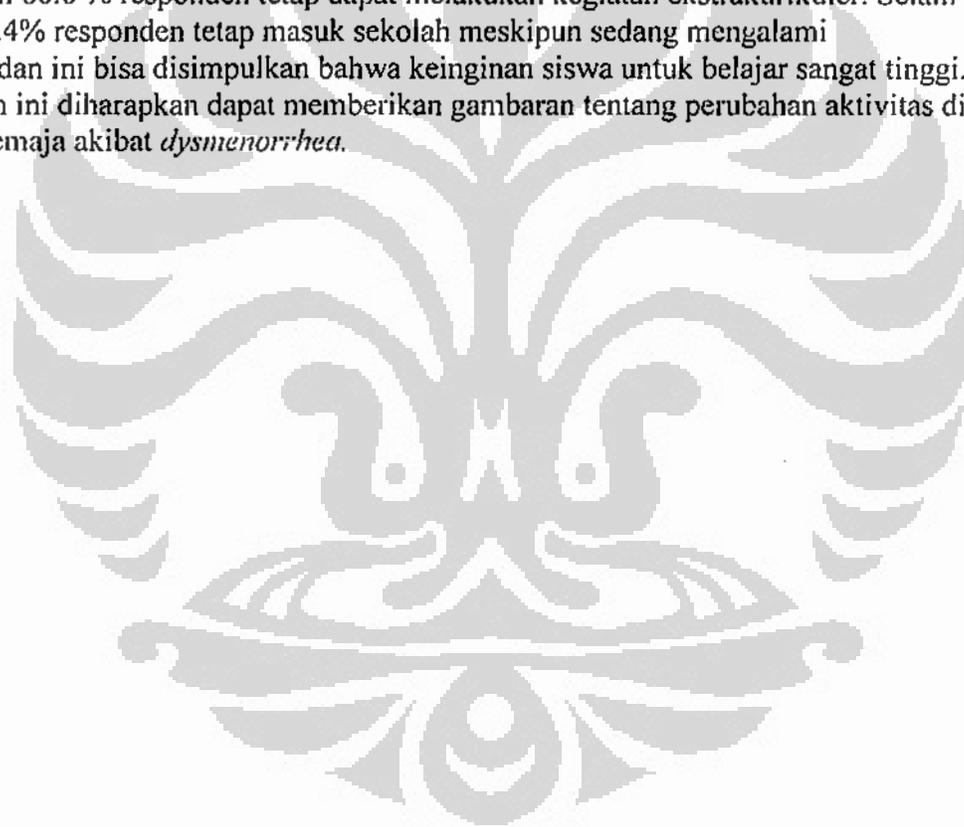


Jakarta, Januari 2004

Peneliti

## ABSTRAK

*Dysmenorrhea* merupakan salah satu keluhan wanita yang mengalami haid. Keluhan ini dapat mengakibatkan gangguan aktivitas sehari-hari wanita termasuk pada remaja usia 12-14 tahun yang menghabiskan sebagian besar aktivitasnya di sekolah. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif sederhana yang bertujuan untuk mengidentifikasi perubahan aktivitas di sekolah pada remaja usia 12-14 tahun saat mengalami *dysmenorrhea*. Sampel dikumpulkan secara *purposive sampling* dan terdiri dari 45 responden remaja yang pernah mengalami *dysmenorrhea*. Penelitian dilakukan di SLTPN 109 Jakarta Timur. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 5 pertanyaan data demografi, 5 pertanyaan tentang *dysmenorrhea* dan 29 pertanyaan tentang aktivitas di sekolah. Data dianalisa dengan metode statistik deskriptif yaitu distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (95.6%) masih dapat melakukan aktivitas di dalam kelas dan 60.0 % responden tetap dapat melakukan kegiatan ekstrakurikuler. Selain itu didapatkan 84.4% responden tetap masuk sekolah meskipun sedang mengalami *dysmenorrhea* dan ini bisa disimpulkan bahwa keinginan siswa untuk belajar sangat tinggi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang perubahan aktivitas di sekolah pada remaja akibat *dysmenorrhea*.



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>I</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>II</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>IV</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>V</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>VIII</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. MASALAH PENELITIAN.....	2
C. TUJUAN PENELITIAN.....	3
<i>Tujuan Umum.....</i>	3
<i>Tujuan Khusus.....</i>	3
D. MANFAAT PENELITIAN.....	3
<b>BAB II STUDI KEPUSTAKAAN.....</b>	<b>5</b>
A. TEORI DAN KONSEP TERKAIT.....	5
<i>Dysmenorrhea Primer.....</i>	5
<i>Dysmenorrhea Sekunder.....</i>	7
<i>Nyeri.....</i>	7
<i>Aktivitas Di sekolah.....</i>	9
B. PENELITIAN TERKAIT.....	10
<b>BAB III KERANGKA KERJA PENELITIAN.....</b>	<b>11</b>
A. KERANGKA KONSEP/TEORI.....	11
B. PERTANYAAN PENELITIAN.....	12

C. VARIABEL PENELITIAN .....	12
<i>Aktivitas di sekolah</i> .....	12
<i>Dysmenorrhea</i> .....	13
<b>BAB IV METODE DAN PROSEDUR PENELITIAN .....</b>	<b>14</b>
A. DESAIN PENELITIAN .....	14
B. POPULASI DAN SAMPEL .....	14
C. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN.....	15
D. ETIKA PENELITIAN .....	15
E. ALAT PENGUMPUL DATA.....	15
F. METODE PENGUMPUL DATA .....	16
G. PENGOLAHAN DAN ANALISA DATA .....	17
H. JADUAL KEGIATAN.....	18
I. SARANA PENELITIAN .....	18
<b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>19</b>
<b>BAB VI PEMBAHASAN .....</b>	<b>22</b>
A. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN.....	22
B. KETERBATASAN PENELITIAN.....	23
<b>BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>24</b>
KESIMPULAN .....	24
SARAN.....	24
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>25</b>

## LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat perijinan penelitian

Lampiran 2 : Lembar permohonan menjadi responden

Lampiran 3 : Lembar persetujuan menjadi responden

Lampiran 4 : Lembar kuesioner penelitian



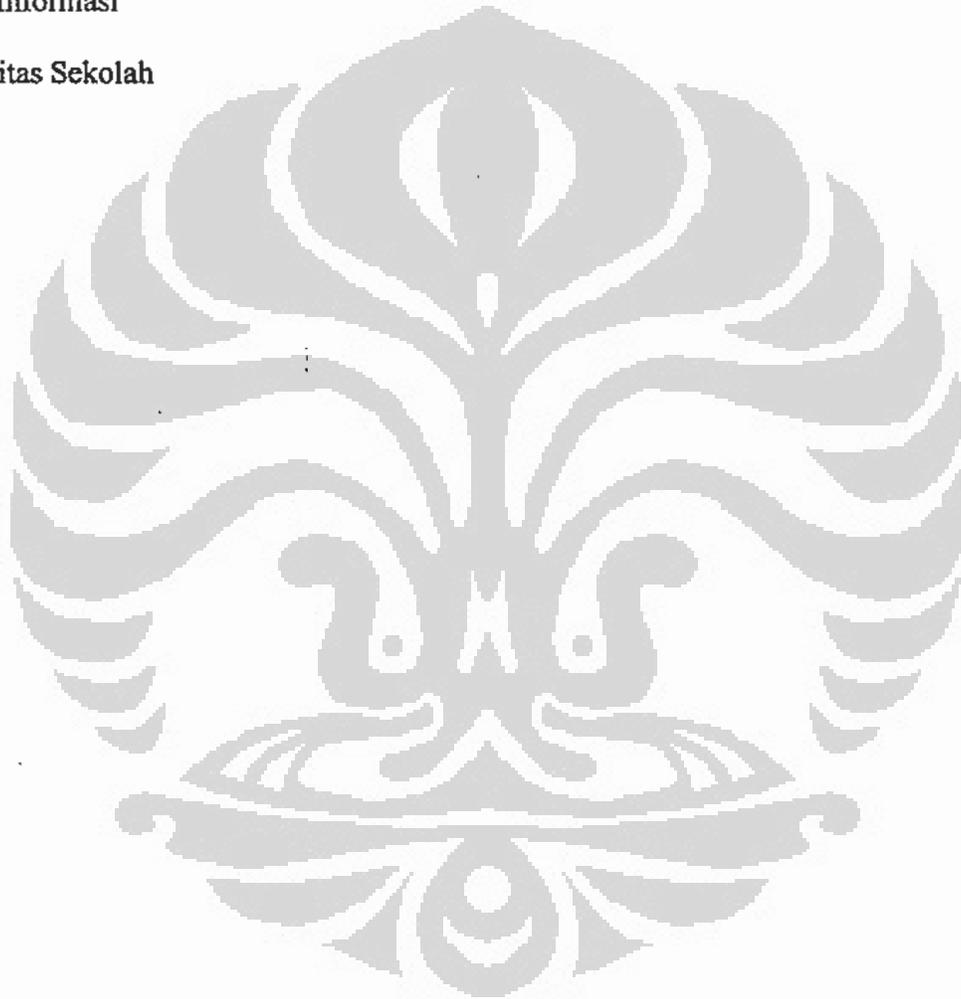
## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Tabel II. Jenis Keluhan

Tabel III. Jenis Informasi

Tabel IV. Aktivitas Sekolah



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Nyeri haid yang biasa disebut *dysmenorrhea* merupakan salah satu keluhan utama wanita yang mengalami haid. Lemone dan Burke (1996) menyatakan bahwa *dysmenorrhea* sering dialami oleh hampir 75 % wanita yang mengalami menstruasi. Lowdermilk, Perry & Bobak (1995) membedakan *Dysmenorrhea* menjadi dua tipe, yaitu *dysmenorrhea primer* dan *dysmenorrhea sekunder*.

*Dysmenorrhea primer* adalah *dysmenorrhea* yang terjadi tanpa adanya abnormalitas patologik pelvik (Lowdermilk, Perry & Bobak, 1995). *Dysmenorrhea primer* biasanya dimanifestasikan dengan nyeri yang terasa sebagai kejang uterus dan spastik, timbul setelah siklus haid teratur, nyeri meningkat pada hari pertama atau kedua haid, tidak ditemukan keadaan patologik pada pelvik, terjadi pada siklus haid ovulatorik, dan sering disertai *nausea*, diare, muntah, kelelahan serta nyeri kepala. *Dysmenorrhea* ini biasanya dirasakan pada wanita usia muda yaitu remaja hingga usia 20-an (Sherwen, Scoloveno & Weingarten, 1999). Sedangkan *dysmenorrhea sekunder* adalah nyeri yang menandai adanya kelainan atau penyakit seperti *endometriosis* dan infeksi kronik genitalia internal.

*Dysmenorrhea* biasanya menimbulkan rasa yang tidak nyaman akibat nyeri pada daerah perut bagian bawah. Nyeri yang dirasakan dapat bersifat tajam, kram atau tumpul pada daerah suprapubik (Reeder&Griffin, 1997). Pada beberapa wanita bahkan dapat mengakibatkan lemas sampai pingsan. Keluhan nyeri ini biasanya muncul di awal menstruasi

dan berlangsung selama beberapa jam. Tetapi pada kasus akut, dapat muncul sebelum menstruasi dan berlangsung beberapa hari.

Pengalaman pertama *dysmenorrhea* adalah beberapa tahun pertama setelah menstruasi yang pertama kali (*menarche*). *Menarche* biasanya terjadi pada rentang usia 10 sampai 16,5 tahun (Reeder & Griffin, 1997). Rentang usia tersebut termasuk dalam fase remaja. Sedangkan remaja sendiri terdiri atas tiga fase, yaitu fase *early adolescencel* remaja awal (11-14 tahun), *middle adolescencel* remaja tengah (15-17 tahun) dan *late adolescencel* remaja akhir (18-20 tahun) (Wong, 2003).

*Dysmenorrhea* merupakan keluhan yang sering dialami remaja bila dibandingkan dengan gangguan menstruasi lainnya. Insidennya bervariasi tergantung pada populasi budaya, yaitu sekitar 15-50 % wanita dewasa muda dan remaja (Sundee, 1990). Sebanyak 50-80 % wanita Amerika mengalami *dysmenorrhea*, 10-18 % diantaranya merasakan *dysmenorrhea* berat yang mengganggu aktivitas sehari-hari selama 1-3 hari dalam sebulan (Frankenauster, 1996). Bahkan dapat terjadi penurunan produktivitas, peningkatan risiko kecelakaan dan penurunan kualitas kerja (Reeder, 1997). Wong (2003) menyatakan bahwa remaja menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah. Oleh karena itu dipandang perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui perubahan aktivitas remaja di sekolah saat mengalami *dysmenorrhea*.

## B. Masalah Penelitian

Manifestasi klinik akibat *dysmenorrhea*, antara lain: nyeri yang terasa sebagai kejang uterus dan spastik, nyeri yang dirasakan bersifat tajam, kram atau tumpul pada daerah suprapubik dan meningkat pada hari pertama hingga kedua haid, serta sering disertai *nausea*,

muntah, diare, kelelahan dan nyeri kepala. Nyeri ini dapat berlangsung selama beberapa jam bahkan sehari-hari. Keadaan itu mengakibatkan ketidaknyamanan pada remaja untuk melakukan aktivitas termasuk aktivitas di sekolah.

### C. Tujuan Penelitian

#### Tujuan Umum

Mengidentifikasi perubahan aktivitas di sekolah pada remaja usia 12-14 tahun selama mengalami *dysmenorrhea*.

#### Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi skala nyeri yang dialami remaja saat mengalami *dysmenorrhea*.
- b. Mengidentifikasi aktivitas sekolah yang terganggu akibat *dysmenorrhea*.
- c. Mengidentifikasi gangguan yang menyertai *dysmenorrhea*.
- d. Mengidentifikasi upaya remaja untuk mengatasi gangguan akibat *dysmenorrhea*.

### D. Manfaat Penelitian

#### 1. Bagi pelayanan keperawatan

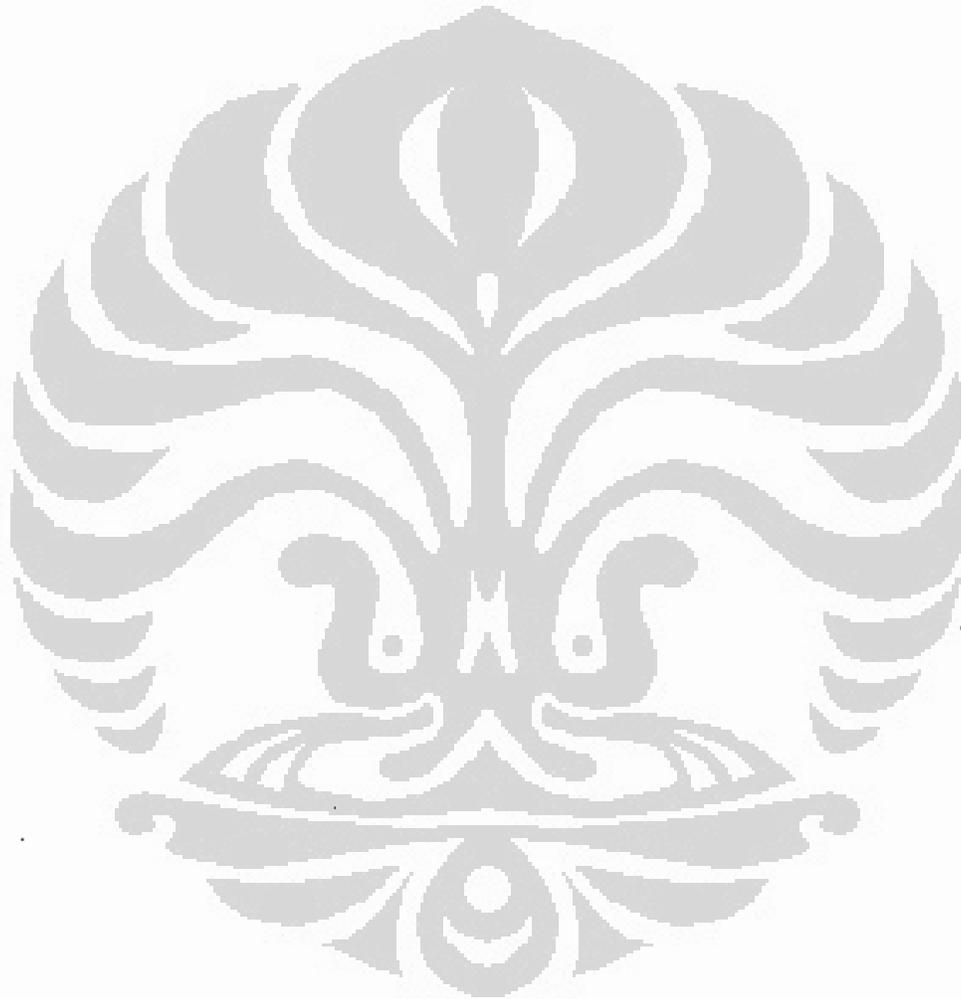
Data penelitian ini bermanfaat bagi pelayanan keperawatan remaja supaya tetap dapat melakukan aktivitas di sekolah tanpa gangguan akibat *dysmenorrhea*.

#### 2. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini merupakan data dasar bagi pendidikan mengenai gambaran perubahan aktivitas di sekolah pada remaja saat mengalami *dysmenorrhea*.

### 3. Bagi penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai upaya yang tepat bagi remaja agar tetap dapat melakukan aktivitas di sekolah tanpa gangguan akibat *dysmenorrhea*.



## BAB II

### STUDI KEPUSTAKAAN

#### A. Teori dan Konsep Terkait

Nyeri haid (*dysmenorrhea*) merupakan salah satu keluhan utama yang sering dihadapi oleh wanita yang mengalami haid. Lowdermilk, Perry dan Bobak (1995) menyatakan bahwa *dysmenorrhea* merupakan salah satu masalah ginekologi yang umum terjadi pada wanita dan dibedakan menjadi dua yaitu *dysmenorrhea primer* dan *dysmenorrhea sekunder*.

Pengalaman pertama *dysmenorrhea* adalah beberapa tahun pertama setelah menstruasi yang pertama kali (*menarche*). *Menarche* biasanya terjadi pada rentang usia 10 sampai 16,5 tahun (Reeder & Griffin, 1997). Rentang usia tersebut termasuk dalam fase remaja. Sedangkan remaja sendiri terdiri atas tiga fase, yaitu fase *early adolescencel* remaja awal (11-14 tahun), *middle adolescencel* remaja tengah (15-17 tahun) dan *late adolescencel* remaja akhir (18-20 tahun) (Wong, 2003).

#### Dysmenorrhea Primer

*Dysmenorrhea primer* adalah *dysmenorrhea* yang terjadi tanpa adanya abnormalitas anatomik atau patologi pelvik (Lowdermilk, Perry & Bobak, 1995). Penyebab dari *dysmenorrhea* ini adalah terjadinya peningkatan prostaglandin F2 alpha ( $PGF_{2\alpha}$ ) yang di sekresi pada fase *luteal* menstruasi. Peningkatan  $PGF_{2\alpha}$  ini menyebabkan peningkatan durasi dan frekuensi dari kontraksi uterus sehingga menyebabkan vasospasme pada arteriol di uterus. Hal ini mengakibatkan iskemi di uterus yang dimanifestasikan dengan nyeri pada perut bagian bawah.

Respon sistemik dari peningkatan PGF2 $\alpha$  adalah sakit punggung, kelemahan, berkeringat, gangguan gastrointestinal (anoreksia, *nausea*, *vomiting* dan diare) dan gangguan sistem saraf pusat (pusing, sakit kepala dan kurang konsentrasi) (Lowdermilk, Perry & Bobak, 1995).

Teori lain menyatakan bahwa terjadi penebalan dari uterin desidua (*dysmenorrhea membranosa*) yang disebabkan oleh peningkatan aktivitas dari *korpus luteum* sehingga mengakibatkan ketidaknyamanan. Nyeri dari kontraksi uterus dapat menimbulkan usaha untuk mengeluarkan fragmen *endometrial* atau bahan bekuan darah besar. Sehingga darah yang dikeluarkan kadang berbentuk gumpalan-gumpalan darah besar. Ketidakseimbangan suplai saraf otonom dalam uterus juga dapat menyebabkan spasme otot. *Mittelschmerz* (*midcycle pain*/nyeri pertengahan) terjadi saat perdarahan menstruasi dan berlangsung beberapa menit sampai dua hari. Nyeri ini berada pada area *fossa iliaca* dan disebabkan oleh ovulasi dari folikel (Miller & Edge, 1994).

Ciri-ciri *dysmenorrhea primer* antara lain: 1) Terjadi pada remaja hingga usia 20-an dan berkurang sesuai bertambahnya usia (Sherwen, Scoloveno & Weingarten, 1999), 2) Terjadi setelah siklus haid teratur, 3) Nyeri sering muncul sebagai kejang uterus dan spastik, 4) Nyeri terjadi sebelum haid dan meningkat pada hari pertama atau kedua haid, 5) Tidak ada patologi pelvik, 6) Hanya terjadi pada siklus haid ovulatorik, sering disertai *nausea*, muntah, diare, kelelahan dan nyeri kepala, 7) Nyeri di daerah suprapubik dan punggung bawah.

Penggunaan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR) dapat meningkatkan rasa nyeri *dysmenorrhea primer*. Sebaliknya kontrasepsi oral dan olahraga dapat menurunkan nyeri yang dirasakan.

## Dysmenorrhea Sekunder

*Dysmenorrhea sekunder* adalah nyeri yang menandai adanya kelainan atau penyakit seperti *endometriosis* dan infeksi kronik genitalia internal. Menurut Miller & Edge (1994) penyebab nyeri tipe ini antara lain: 1) Ekstrauterine yaitu karena adanya *endometriosis*, tumor ovarium, perlekatan dan radang, 2) Genitalia bagian bawah yang disebabkan oleh pergerakan septum vagina, abses kongenital pada serviks, *hymen imperforata* dan servikal stenosis, 3) Intramural karena *myomas*, *adenomyosis* dan polips endometrium, 4) Intrauterine karena penggunaan AKDR, penyakit radang panggul, perlekatan, lesi pada serviks atau stenosis, polips dan *myomas*.

Adapun ciri-ciri *dysmenorrhea sekunder* adalah: 1) Biasanya dirasakan pada wanita usia lebih dari 25 tahun dan meningkat sesuai bertambahnya usia, 2) Terjadi setelah dua tahun siklus haid teratur, mulai sebelum menstruasi dan meningkat intensitasnya setiap saat, 3) Serangan, lokasi, dan durasi dari gejala tergantung proses penyakit, 3) Dapat disertai *dyspareunia* (nyeri saat berhubungan), tekanan pada rektum dan nyeri saat defekasi, periode menstruasi memanjang, perdarahan berat, dan siklus menstruasi memendek, 4) Nyeri bersifat tumpul, nyeri pada perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau paha dan kembang, 5) Berhubungan dengan kelainan pelvik, 6) Tidak berhubungan dengan adanya ovulasi, 7) Penatalaksanaannya tergantung penyakit.

## Nyeri

Nyeri adalah pengalaman sensorik yang tidak menyenangkan dan pengalaman emosional yang muncul dari kerusakan jaringan aktual atau potensial (*Internasional Association for the Study Pain*, 1989 dalam Sodikin 2001). Gayo (1998) mendefinisikan nyeri sebagai suatu tanda kesulitan penting dalam tubuh kita, karena nyeri ini disebabkan

oleh urat-urat pembawa sensasi nyeri yang merupakan amarah alam yang sangat penting dan merupakan pemberitahuan kepada kita bahwa ada sesuatu yang tidak normal. Untuk dapat mendefinisikan nyeri secara jelas sangat sulit karena nyeri sendiri bersifat sangat subyektif tergantung bagaimana persepsi orang yang merasakan nyeri itu sendiri. McCaffery dan Beebe's (1989) yang dikutip dalam Sodikin (2001) menyatakan nyeri sebagai apapun pengalaman yang dikatakan seseorang tentang itu, yang terjadi adalah apapun yang dikatakannya.

Berdasarkan asalnya (Kozier, et al, 1995) nyeri dapat dikategorikan sebagai berikut :

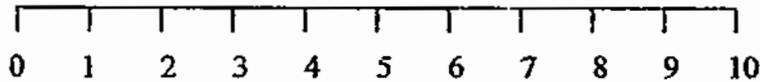
a) Nyeri kutaneus; berasal dari kulit atau jaringan subkutan. Misalnya jika terpotong, kulit akan terasa nyeri tajam dan terbakar, b) Nyeri dalam; merupakan perkembangan dari ligamen, tendon, tulang, pembuluh darah dan saraf. Hal ini terjadi akibat penyebaran nyeri dan terjadi lebih lama dibandingkan nyeri kutaneus (misal *keseleo*), c) Nyeri viseral (jauh); dapat terjadi karena adanya rangsangan reseptor nyeri di rongga abdomen, kranium (tengkorak) dan toraks. Nyeri ini dapat menyebar dan terasa seperti nyeri dalam yaitu terbakar, sakit, atau tertekan. Penyebabnya karena jaringan yang menegang, iskemi, dan spasme otot.

Alur perjalanan nyeri disebut *Nociception* terdiri dari empat fase, yaitu: 1).

*Transduction*, 2). *Transmission*, 3). *Perception*, 4). *Modulation*. *Transduction* merupakan proses dimana sistem saraf mengubah stimulus nyeri menjadi impuls kemudian impuls tersebut dikirim ke otak, fase ini disebut *transmission*. Otak akan mengenali, menentukan, dan merespon nyeri tersebut (fase *perception*). Akhirnya pada fase *modulation*, tubuh mengaktifkan respon inhibitor ke area nyeri (McCaffery & Pasero, 1998).

*Joint Commission on the Accreditation of Healthcare Organization (JCAHO)*

menyarankan agar tenaga kesehatan menggunakan skala nyeri untuk membantu klien mengenali tingkat nyerinya. Contoh skala nyeri :



- ◆ Skala 0 → tidak nyeri
- ◆ Skala 1-4 → nyeri ringan. Pada interval ini seseorang akan mengalami nyeri, namun nyerinya masih dapat diterima karena masih berada pada ambang rangsang
- ◆ Skala 5-6 → nyeri sedang dimana seseorang mulai merespon nyerinya dengan merintih, mengeluh, dan menekan-nekan bagian yang nyeri
- ◆ Skala 7-9 → nyeri berat dimana seseorang mengeluh karena adanya rasa terbakar dan ada kemungkinan seseorang tidak mampu lagi melakukan pekerjaan biasa
- ◆ Skala 10 → nyeri sangat berat sehingga seseorang tidak mampu mengendalikan diri

### **Aktivitas Di sekolah**

Aktivitas adalah keaktifan, kegiatan atau kesibukan. Dapat juga didefinisikan sebagai kerja atau salah satu kegiatan kerja (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1990). Papalia, Olds dan Feldman (2001) dalam bukunya *Human Development* menyatakan sekolah adalah pusat kegiatan sebagian besar remaja. Sekolah sebagai pusat informasi, belajar, sarana untuk mempelajari keterampilan baru, dan lebih mengasah kemampuan yang sudah ada.

Kesempatan untuk berpartisipasi dalam olahraga, seni, dan aktivitas lain, mengeksplorasi berbagai pilihan karir dan kesempatan untuk menghabiskan waktu bersama teman-teman di sekolah dapat memperluas cakrawala intelektual dan sosial. Beberapa remaja tidak hanya menjadikan sekolah sebagai sarana akademis dan sosial saja, namun juga menjadikan sekolah sebagai langkah awal untuk menjadi dewasa. Oleh karena itu, remaja banyak menghabiskan sebagian besar waktunya untuk aktivitas di sekolah termasuk dalam hal ini aktivitas belajar.

Usman (2002) membagi aktivitas remaja di sekolah menjadi 5, yaitu: 1) Aktivitas visual, seperti membaca, melakukan eksperimen, dan demonstrasi, 2) Aktivitas lisan, seperti bercerita, membaca sajak, tanya jawab, diskusi, dan menyanyi, 3) Aktivitas mendengarkan, seperti mendengarkan penjelasan guru, ceramah, dan pengarahan, 4) Aktivitas gerak, seperti senam atletik, menari, dan melukis, 5) Aktivitas menulis, seperti mengarang, membuat makalah, dan membuat surat.

Menurut Youngkin dan Davis (1998) *dysmenorrhea* adalah salah satu keluhan yang sering menyebabkan remaja putri tidak masuk sekolah atau bekerja.

## **B. Penelitian Terkait**

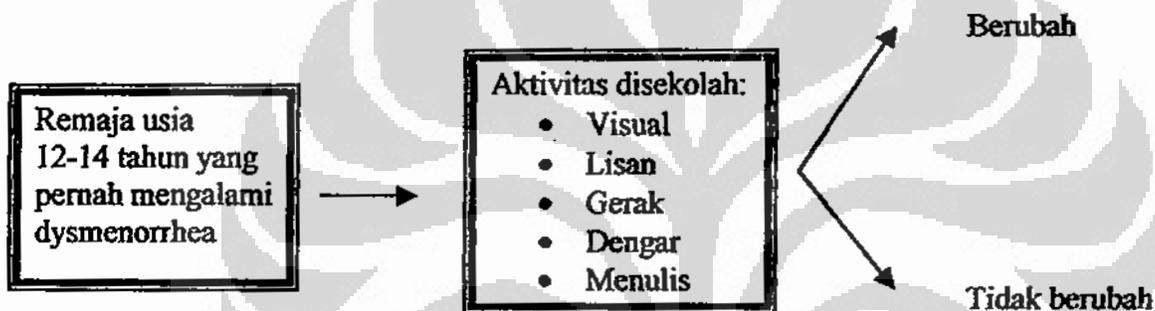
Frankenauster (1996) melakukan penelitian tentang pengaruh *dysmenorrhea* terhadap aktivitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 10-18 % wanita mengalami nyeri berat yang mengganggu aktivitas selama 1-3 hari dalam sebulan. Hal ini membuktikan adanya pengaruh *dysmenorrhea* terhadap aktivitas.

## BAB III

### KERANGKA KERJA PENELITIAN

#### A. Kerangka Konsep/Teori

Kerangka Konsep Perubahan Aktivitas Di sekolah Pada Remaja Usia 12-14 tahun saat Mengalami *Dysmenorrhea*



Kerangka konsep di atas dapat diuraikan sebagai berikut : remaja usia 12-14 tahun yang pernah mengalami *dysmenorrhea* melakukan beberapa aktivitas di sekolah yang meliputi aktivitas visual (misal: membaca, melakukan eksperimen, dan demonstrasi), lisan (misal: bercerita, membaca sajak, tanya jawab, diskusi, dan menyanyi), mendengarkan (misal: mendengarkan penjelasan guru, ceramah, dan pengarahan), gerak (misal: senam, atletik, menari, dan melukis) dan menulis (misal: mengarang, membuat makalah, dan membuat surat). Hasil penelitian ini berupa gambaran perubahan aktivitas remaja di sekolah saat *dysmenorrhea* yang ditandai dengan berubah atau tidaknya aktivitas.

## B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kerangka konsep yang telah dibuat maka muncul pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana perubahan aktivitas di sekolah pada remaja usia 12-14 tahun saat mengalami *dysmenorrhea* ?
2. Upaya apa yang dilakukan remaja agar aktivitas di sekolah tetap dapat dilakukan tanpa mengalami gangguan *dysmenorrhea* ?

## C. Variabel Penelitian

### Aktivitas di sekolah

#### Definisi konseptual

Aktivitas adalah keaktifan, kegiatan atau kesibukan. Dapat juga didefinisikan sebagai kerja atau salah satu kegiatan kerja (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1990). Papalia, Olds dan Feldman (2001) dalam bukunya *Human Development* menyatakan sekolah adalah pusat kegiatan sebagian besar remaja.

#### Definisi operasional

Perubahan aktivitas di sekolah adalah perubahan yang terjadi pada kegiatan rutin siswa di sekolah, dapat dilihat dari terganggu atau tidaknya aktivitas. Diukur dengan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan tentang aktivitas di sekolah yang masih dapat dilakukan saat *dysmenorrhea*.

## **Dysmenorrhea**

### Definisi konseptual

*Dysmenorrhea* atau nyeri haid adalah salah satu masalah ginekologi yang umum terjadi pada wanita dengan segala usia (Lowdermilk, Perry & Bobak, 1995).

### Definisi operasional

*Dysmenorrhea* adalah nyeri yang dialami oleh wanita saat mengalami menstruasi. Diukur dengan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan tentang *dysmenorrhea*.



## BAB IV

### METODE DAN PROSEDUR PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif sederhana yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran perubahan aktivitas di sekolah pada remaja usia 12-14 tahun saat mengalami *dysmenorrhea*.

#### B. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja awal berusia 12-14 tahun yang sudah mengalami menstruasi. Pemilihan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan dan tujuan penelitian sesuai kriteria inklusi yang telah ditetapkan (Polit & Hungler, 1999).

Burns dan Groves (1993) menyatakan bahwa jumlah minimal sampel dipilih sebanyak 30 orang. Berdasarkan teori ini, sampel yang direncanakan berjumlah 30 responden, namun dalam pelaksanaannya peneliti memperoleh jumlah responden yang lebih banyak yaitu 45 responden. Sedangkan kriteria sampel yang dipilih adalah :

1. Wanita remaja awal
2. Usia 12-14 tahun
3. Pernah mengalami *dysmenorrhea*
4. Tidak buta aksara
5. Tidak memiliki gangguan jiwa atau retardasi mental
6. Bersedia ikut serta dalam penelitian dengan menandatangani *informed consent*.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SLTPN 109 Kodam, Jakarta Timur pada tanggal 22 Desember 2003. Alasan peneliti mengambil lokasi ini adalah karena salah seorang dari peneliti merupakan alumni sekolah tersebut sehingga memudahkan dalam pengurusan perijinan.

### **D. Etika Penelitian**

Etika penelitian bertujuan untuk melindungi hak-hak responden dengan menjamin kerahasiaan responden dan kemungkinan terjadinya ancaman terhadap responden tersebut. Partisipasi responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak memaksa, sehingga responden dapat mengundurkan diri setiap saat. Responden diminta untuk menandatangani surat perjanjian (*informed consent*) setelah terlebih dahulu diberi penjelasan tentang tujuan penelitian dan cara pengisian kuesioner. Data yang diambil hanya digunakan untuk pengolahan data dan jika sudah selesai digunakan akan dimusnahkan. Hanya peneliti yang mengetahui kerahasiaan data.

### **E. Alat Pengumpul Data**

Instrumen yang digunakan peneliti sebagai alat pengumpul data berupa kuesioner yang terdiri dari data demografi berjumlah 5 soal, pertanyaan tentang *dysmenorrhea* 5 soal, dan pertanyaan tentang aktivitas sekolah 29 soal.

## F. Metode Pengumpul Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan secara bertahap.

Pengumpulan data dimulai dengan uji coba kuesioner kemudian membagikan kuesioner pada responden serta memberikan penjelasan tentang cara pengisian kuesioner.

### 1. Prosedur uji coba

Sebelum kuesioner dibagikan pada responden penelitian, peneliti melakukan uji coba kepada lima orang yang memiliki karakteristik yang sama dengan responden penelitian. Responden uji coba tersebut tidak dimasukkan ke dalam responden penelitian yang sebenarnya. Tujuan dari uji coba ini adalah untuk mengetahui kejelasan atau pemahaman responden terhadap substansi dan bahasa yang digunakan dalam instrumen, untuk mengetahui waktu yang diperlukan, dan teknik yang tepat dalam pelaksanaan penelitian.

### 2. Prosedur pengumpulan data

Pengumpulan data dilakukan setelah mendapat ijin dari penanggungjawab sekolah yaitu Kepala SLTPN 109 Jakarta Timur. Setelah diijinkan, wewenang untuk membantu pelaksanaan teknis dalam proses pengumpulan data didelegasikan kepada Wakil Kepala SLTPN 109 bagian kesiswaan. Wakil Kepala SLTPN 109 membantu mengumpulkan calon responden ke dalam ruang *media center*. Setelah semua calon responden terkumpul, peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan serta manfaat penelitian. Calon responden yang bersedia untuk ikut dalam penelitian diminta untuk menandatangani *informed consent*.

Peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner, waktu yang diperlukan serta kelengkapan pengisian kuesioner. Peneliti memberi kesempatan kepada responden

untuk bertanya tentang hal-hal yang tidak dimengerti. Selama pengisian kuesioner, peneliti berada di dekat responden sehingga jika ada pertanyaan dari responden dapat langsung dijawab. Waktu pengisian kuesioner adalah 20 menit. Kuesioner yang sudah diisi dikumpulkan dan diperiksa kelengkapannya oleh peneliti. Setelah semua kuesioner dikumpulkan, peneliti mengucapkan terima kasih atas waktu dan kesediaan responden berpartisipasi dalam penelitian.

### **G. Pengolahan dan Analisa Data**

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 22 Desember 2003 di SLTPN 109 kompleks Kodam Jakarta Timur. Kuesioner dibagikan kepada 53 responden yang terdiri siswi kelas I, II dan III. Namun, hanya 45 responden yang memenuhi syarat untuk dianalisa, karena delapan orang responden tidak memenuhi kriteria yang telah ditetapkan peneliti.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data demografi, data karakteristik *dysmenorrhea*, dan data aktivitas di sekolah. Data tersebut akan dilakukan proses pengolahan data yang sama. Pengolahan data menggunakan tendensi sentral yaitu modus dan persentase hasil. Peneliti memilih pengolahan tersebut karena tendensi sentral moduslah yang paling berarti dan mewakili hasil penelitian.

Data dianalisa dengan menggunakan metode statistik distribusi frekuensi yaitu ukuran persentase atau proporsi karena jika data bersifat kategorik, maka informasi penting tidak disampaikan dengan menggunakan ukuran mean atau median, melainkan dengan informasi jumlah dan persentase yang disajikan (Hastono, 2001).

## H. Jadwal Kegiatan

No.	Kegiatan	Oktober				November				Desember				Januari			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Identifikasi masalah				■												
2.	Penyusunan Bab I					■											
3.	Penyusunan Bab II, III, IV						■	■	■								
4.	Penyerahan proposal									■							
5.	Pengurusan perijinan										■						
6.	Pengumpulan data											■					
7.	Pengolahan data												■				
8.	Penyerahan laporan													■			
9.	Presentasi hasil penelitian														■		

## I. Sarana Penelitian

Sarana yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kamus, literatur, alat tulis, komputer, dan lembar kuesioner.

## BAB V

## HASIL PENELITIAN

Hasil pengumpulan data pada tanggal 22 Desember 2003 di SLTPN 109 Kodam

Jakarta Timur pada 45 responden didapatkan data sebagai berikut:

Tabel I.  
*Karakteristik Responden Penelitian di SLTPN 109 Kodam Jakarta Timur  
tanggal 22 Desember 2003*

Variabel	Jumlah	
	n	%
Usia		
12 tahun	15	33.9
13 tahun	18	40.0
14 tahun	12	26.7
Suku		
Jawa	26	57.8
Betawi	1	2.2
Sunda	6	13.3
Batak	4	8.9
Lain-lain	8	17.8
Agama		
Islam	41	91.1
Khatolik	2	4.4
Protestan	2	4.4
Usia <i>menarche</i>		
10-11 tahun	24	53.3
12-13 tahun	21	46.7
<i>Dysmenorrhea</i> saat <i>menarche</i>		
Ya	21	46.7
Tidak	24	53.3
<i>Dysmenorrhea</i> setiap haid		
Ya	43	95.6
Tidak	2	2.2

Responden pada penelitian ini mayoritas berusia 13 tahun (40 %), suku Jawa (57.8 %) dan beragama Islam (91.1 %). Usia rata-rata *menarche* responden berada pada

rentang 10-11 tahun (53.3 %) dan sebagian besar (53.3 %) tidak mengalami *dysmenorrhea* saat *menarche*, namun 95.6 % mengalami *dysmenorrhea* setiap haid.

Tabel II.  
*Jenis Keluhan remaja usia 12-14 tahun saat dysmenorrhea di SLTPN 109 Kodam Jakarta Timur tanggal 22 Desember 2003*

Variabel	Jumlah	
	n	%
Lokasi nyeri di perut		
Atas	2	6.4
Bawah	23	51.1
Samping Kiri	7	15.6
Samping Kanan	8	17.8
Tidak terasa di perut	4	8.9
Keluhan		
Sakit punggung	11	24.4
Muntah	1	2.2
Kelelahan	17	37.8
Sakit kepala	4	8.9
Lain-lain	12	26.7
Usaha		
Berbaring/tidur	37	82.2
Minum obat	3	6.7
Kompres air hangat	1	2.2
Olah raga	2	4.4
Lain-lain	2	4.4

Sebagian besar responden (51.1 %) merasakan nyeri pada perut bagian bawah, mengeluh kelelahan (37.8 %) dan usaha yang dilakukan oleh sebagian besar responden (82.2%) untuk mengurangi *dysmenorrhea* adalah berbaring/tidur.

Tabel III.  
*Sumber Informasi tentang dysmenorrhea pada remaja usia 12-14 tahun di SLTPN 109 Kodam Jakarta Timur tanggal 22 Desember 2003*

Variabel	Jumlah	
	n	%
Mendapat informasi		
Ya	42	93.3
Tidak	3	6.7
Sumber		
Orang tua	29	64.4
Guru	2	4.4
Saudara	1	2.2
Teman	1	2.2
Media massa	9	20.0

Mayoritas responden (93.3 %) mendapatkan informasi tentang *dysmenorrhea* dan orang tua sebagai sumber informasi terbesar (64.4 %).

Tabel IV.  
*Aktivitas Sekolah remaja usia 12-14 tahun saat dysmenorrhea di SLTPN 109 Kodam Jakarta Timur tanggal 22 Desember 2003*

Variabel	Jumlah	
	n	%
Aktivitas dalam kelas		
Ya	43	95.6
Tidak	2	4.4
Kegiatan ekstrakurikuler		
Ya	27	60.0
Tidak	4	8.9
Absen		
Ya	7	15.6
Tidak	38	84.4

Sebagian besar responden (95.6 %) masih dapat melakukan aktivitas sekolah seperti diskusi, mendengarkan penjelasan guru, menyalin catatan, membuat PR, mengetik dsb. Sebanyak 60.0 % responden dapat melakukan kegiatan ekstrakurikuler dan hanya 15.6 % responden yang pernah absen saat *dysmenorrhea*.

## BAB VI

### PEMBAHASAN

#### A. Pembahasan Hasil Penelitian

Responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 12-14 tahun atau termasuk dalam tahap remaja awal. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa ciri dari *dysmenorrhea primer* yaitu terjadi pada remaja hingga usia 20-an (Sherwen, Scoloveno & Weingarten, 1999).

Hasil penelitian didapatkan 51.1 % responden merasakan nyeri pada perut bagian bawah. Lowdermilk, Perry & Bobak (1995) menyatakan bahwa saat *dysmenorrhea* terjadi peningkatan prostaglandin F2 alpha ( $PGF_{2\alpha}$ ).  $PGF_{2\alpha}$  ini menyebabkan peningkatan durasi dan frekuensi dari kontraksi uterus sehingga terjadi vasospasme pada arteriol di uterus. Hal ini mengakibatkan iskemi uterus yang dimanifestasikan dengan nyeri pada perut bagian bawah. Pernyataan teori tersebut menguatkan hasil penelitian ini.

Menurut Lowdermilk, Perry & Bobak (1995), respon sistemik dari peningkatan  $PGF_{2\alpha}$  adalah sakit punggung, kelemahan, berkeringat, gangguan gastrointestinal (anoreksia, *nausea*, *vomiting*, dan diare), dan gangguan sistem saraf pusat (pusing, sakit kepala, dan kurang konsentrasi). Beberapa keluhan responden sesuai dengan pernyataan tersebut yaitu responden mengalami sakit punggung (24.2 %), muntah (2.2 %), kelelahan (37.8%), sakit kepala (8.9%), dan lain-lain (26.7%).

Berdasarkan hasil penelitian di Amerika, sebesar 50-80 % wanita Amerika mengalami *dysmenorrhea* dan 10-18 % diantaranya mengalami *dysmenorrhea* berat yang mengganggu aktivitas sehari-hari selama 1-3 hari dalam sebulan (Frankenauster, 1996). Bila

dibandingkan dengan penelitian ini menunjukkan bahwa 95.6% responden masih dapat melakukan aktivitas di sekolah saat *dysmenorrhea* dan 84.4% responden tetap dapat masuk sekolah. Sedangkan Youngkin & Davis (1998), menyatakan bahwa salah satu keluhan yang sering menyebabkan remaja putri tidak masuk sekolah atau bekerja adalah *dysmenorrhea*. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 15.6% responden tidak masuk sekolah karena *dysmenorrhea*. Hasil ini dapat disebabkan oleh faktor lain, misalnya tingginya motivasi belajar siswa di sekolah.

## **B. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari masih terdapat keterbatasan dalam penelitian ini antara lain lokasi penelitian yang hanya dilakukan pada satu sekolah saja sehingga jumlah sampel yang didapatkan terbatas hanya 45 responden. Penelitian terkait tentang *dysmenorrhea* di Indonesia sulit ditemukan sehingga peneliti tidak dapat membandingkan hasil penelitian ini dengan keadaan di Indonesia. Selain itu, waktu untuk pengumpulan data sangat terbatas karena dilakukan saat pergantian masuk antara kelas pagi dan kelas siang. Hal ini mengakibatkan hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan. Instrumen yang digunakan pada penelitian merupakan hasil pengembangan peneliti sendiri sehingga masih ada pertanyaan yang validitasnya masih perlu diuji lebih lanjut.

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### Kesimpulan

Pada akhirnya peneliti dapat menyimpulkan bahwa sebagian besar (95.6%) remaja usia 12-14 tahun mengalami *dysmenorrhea* tetapi tidak mengalami perubahan aktivitas di sekolahnya.

#### Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyarankan untuk menambah jumlah sampel dan cakupan populasinya (tidak hanya di satu lingkungan sekolah) supaya hasilnya lebih representatif. Selain itu perlu mengembangkan desain penelitian dengan uji statistik lain seperti deskriptif korelasi sehingga hasil penelitian menjadi lebih spesifik. Instrumen penelitian ini perlu diperbaiki dan ditambah untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2001). *Publication manual of the american psychological association*. (5<sup>th</sup> ed). Washington, DC: American Psychological Association.
- Arianti. (2002). *Pengaruh kompres es pada area tusukan sebagai tindakan intravena terhadap penurunan nyeri pada saat tindakan intravena*. Proposal Penelitian tidak diterbitkan. Universitas Indonesia, Jakarta.
- Burns, N., Grove, S.K. (1993). *The practice of nursing research: Conduct, critique and utilization*. (2<sup>nd</sup> ed). Pennsylvania: WB Saunders Company.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1990). *Kamus besar bahasa indonesia*. (edisi ketiga). Jakarta: Balai Pustaka.
- Dyana. (2002). *Gambaran upaya mengurangi nyeri menstruasi pada siswi SMP kelas I-III*. Laporan Penelitian tidak diterbitkan. Universitas Indonesia, Jakarta.
- Gayo, M.A.R. (1998). *Buku pintar kesehatan: Nyeri*. Jakarta: Mawar Gempita.
- Hastono, S.P. (2001). *Modul analisis data*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Jakarta.
- Kozier, B., Erb, G., Blais, K., Wilkinson, J.M. (1995). *Fundamental of nursing : Concept, process and practice*. (5<sup>th</sup> ed). St. Louis: Mosby.
- Lowdermilk, D.L., Perry, S.E., Bobak, I.M. (1999). *Maternity nursing*. (5<sup>th</sup> ed). Missouri: Mosby.
- Majalah Nirmala. (2001). *Mengatasi nyeri haid secara alami*. Diambil pada tanggal 20 Oktober 2003 dari <http://cyberwoman.cbn.net.id/detil.asp?kategori=Heath&newn0=456>.

- Mansjeer, A., Triyanti K., Savitri, R., Wardhani, W.I., Setiowulan, W. (2001). *Kapita selekta kedokteran*. (edisi ketiga). Jakarta: Media Aesculapius Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Miller, M., Edge, V. (1994). *Women's health care*. St. Louis: Mosby
- Papalia, D.E., Olds, S.W., Feldman, R.D. (2001). *Human development*. (8<sup>th</sup> ed). New York: McGraw Hill.
- Pillitery, A. (1999). *Maternal child health nursing, care of the childbearing family*. (3<sup>rd</sup> ed). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Purwanto, N. (1990). *Psikologi pendidikan*. (edisi ketiga). Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Reeder, S.J., Martin, L.L., Koniak, D. (1997). *Maternity nursing : Family, newborn and women's healthcare*. (18<sup>th</sup> ed). Philadelphia: Lippincott-Raven Publisher.
- Sherwen, L., Scoloveno, M., Weingarten, C.T. (1999). *Maternity nursing care of the childbearing family*. (3<sup>rd</sup> ed). Connecticut: Appleton & Lange.
- Sodikin, M. (2001). Penanganan nyeri nonivasif. *Majalah Keperawatan Bina Sehat*, 004, 17-21.
- Usman, M.U. (2002). *Menjadi guru profesional*. (edisi XIV). Bandung: Rosda Karya.
- Wentz, A.C. (1988). *Dysmenorrhea, premenstrual syndrome and related disorder*. dalam *Novak's Text Book of Gynecology*. (11<sup>th</sup> ed). USA: Williams & Wilkins.
- Wong, D.L. (2003). *Wong's nursing care infants and children*. (7<sup>th</sup> ed). Missouri: Mosby.
- Youngkin, E.Q., Davis, M.S. (1998). *Women's health a primary care clinical guide*. (2<sup>nd</sup> ed). Connecticut: Appleton & Lange.



**UNIVERSITAS INDONESIA**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

Jalan Salemba Raya 4, Telp. 3100752, 330325 Fax. 3154091  
JAKARTA 10430

Nomor : 2411 /PT02.H6.FIK/2003  
Lampiran : Proposal  
Perihal : Permohonan Praktek M.A. Riset

16 Desember 2003

Yth. Drs.H.Murhanuddin, MM  
Kepala Sekolah SLTPN 109  
Jl. Kesehatan No.105  
Komplek Kodam Jatiwaringin  
Jakarta Timur

Dalam rangka mengimplementasikan mata ajar "Riset Keperawatan" mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK-UI)

No	Nama mahasiswa	NPM
1	Lies Wahyuni	1300000227
2	Reni Sulung Utami	1300000375
3	Yeni Ana Irawati	1300000553
4	Yustika Hajjarkasih	1300000561

akan mengadakan praktek riset dengan judul : "Perubahan Aktivitas Di Sekolah Pada Remaja 12-14 Tahun Saat Mengalami Dymenorrhea".

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami mohon dengan hormat kesediaan Saudara mengizinkan mahasiswa tersebut untuk mengadakan praktek riset di SLTPN 109 Jakarta Timur.

Atas perhatian Saudara dan kerjasama yang baik, disampaikan terima kasih.



Tembusan Yth. :

1. Dekan FIK-UI (sebagai laporan)
2. Koordinator M.A. "Riset Keperawatan"
3. Kabag. Tata Usaha FIK-UI
4. Kasubbag. Pendidikan FIK-UI

*Lampiran 2*

**Permohonan Menjadi Responden**

Kepada Yth.

Saudari Calon Responden

Di tempat

Dengan Hormat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia ( FIK UI ) :

<u>Nama</u>	<u>NPM</u>
Lies Wahyuni	1300000227
Reni Sulung Utami	1300000375
Yeni Ana Irawati	1300000553
Yustika Hajjarkasih	1300000561

Alamat : Jl.Salemba Raya No.4 Jakarta Pusat

Akan mengadakan penelitian dengan judul “ Perubahan aktivitas di sekolah pada remaja 12-14 tahun saat mengalami *dysmenorrhea* “.

Penelitian ini tidak menimbulkan kerugian bagi Saudari. Kerahasiaan informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Jika Saudari tidak bersedia menjadi responden, maka tidak ada ancaman bagi Saudari dan keluarga. Jika terjadi hal-hal yang memungkinkan Saudari untuk mengundurkan diri, maka Saudari diperbolehkan untuk mengundurkan diri. Apabila Saudari menyetujui, maka kami mohon kesediaan Saudari untuk menandatangani lembar persetujuan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang kami sertakan pada saat ini.

Atas perhatian dan kesediaan Saudari, kami ucapkan terima kasih.

Jakarta, Desember 2003

Peneliti

( )

**Lampiran 3**

**Lembar Persetujuan Menjadi Responden**

Judul : Perubahan aktivitas di sekolah pada remaja 12-14 tahun saat mengalami *dysmenorrhea*

Nama Mahasiswi : Lies Wahyuni (1300000227), Reni Sulung Utami (1300000375),  
Yeni Ana Irawati (1300000553), Yustika Hajjarkasih (1300000561).

Pembimbing Utama : Murtiwi, SKp., M.S

---

---

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak akan merugikan saya dan tidak ada paksaan dari pihak manapun dan penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pelayanan keperawatan. Jawaban yang saya berikan juga akan dijaga kerahasiaannya serta saya diberi kesempatan untuk bertanya pada hal-hal yang belum dimengerti.

Apabila ada pertanyaan yang menimbulkan respon emosional yang tidak nyaman, maka peneliti akan menghentikan pengumpulan data dan peneliti memberikan hak kepada saya untuk mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa risiko apapun.

Saya mengerti bahwa catatan mengenai penelitian ini akan dirahasiakan. Semua berkas yang mencantumkan identitas subyek penelitian hanya akan digunakan untuk pengolahan data dan jika sudah selesai digunakan akan dimusnahkan dan hanya peneliti yang tahu kerahasiaan data. Jika saya tidak mau meneruskan penelitian ini saya dapat menghentikannya. Dengan demikian saya menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

Jakarta, Desember 2003

Mahasiswa

Responden

( )

( )

Lampiran 4

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

Petunjuk Pengisian :

1. Pertanyaan dibawah ini adalah pertanyaan tentang data demografi, nyeri haid dan aktivitas selama mengalami nyeri haid.
2. Bacalah soal dengan teliti.
3. Beri tanda cek (√) pada kolom yang tersedia, sesuai dengan jawaban yang Anda pilih.
4. Jika jawaban Anda tidak ada dalam pilihan, maka Anda dapat mengisi jawaban Anda pada kolom pilihan (lain-lain...).
5. Jika soal tidak jelas, Anda dapat bertanya pada peneliti.

☞ Selamat Mengerjakan ! ☜

A. Data Demografi

1. Nomor Kode Responden :
2. Usia : tahun
3. Pendidikan :  SLTP/ sederajat kelas 1  
 SLTP/ sederajat kelas 2  
 SLTP/ sederajat kelas 3
4. Suku bangsa :  Jawa  Batak  
 Betawi  Lain-lain, sebutkan....  
 Sunda
5. Agama :  Islam  Hindu  
 Katholik  Budha  
 Protestan  Lain-lain, sebutkan....

B. Tipe I. Berikan tanda cek list (√) pada jawaban yang kamu pilih !

Pertanyaan tentang Nyeri Haid

1. Berapa usia Anda saat mendapat haid pertama ?  
 10 – 11 tahun  14 tahun  
 12 – 13 tahun  < 10 tahun
2. Apakah anda merasa nyeri saat mendapat haid pertama  
 Ya  Tidak
3. Apakah Anda mengalami nyeri setiap haid ?  
 Ya  Tidak
4. Pada perut bagian mana yang terasa nyeri ?  
 Atas  Samping kiri  Samping kanan  
 Bawah  Tidak terasa di perut

**Tipe I.** Berikan tanda cek list (✓) pada jawaban yang kamu pilih !

5. Apakah Anda pernah mendapatkan penjelasan tentang nyeri haid ?

Ya  Tidak

Jika ya, dari mana Anda mendapat penjelasan tersebut .....

( jawaban dapat lebih dari satu )

- Orang tua  Media ( TV, radio, majalah, dll )  
 Saudara (kakak, sepupu, tante, dll)  Guru  
 Teman  Lain-lain, sebutkan...

**Pertanyaan tentang Aktivitas di Sekolah**

1. Saat mengalami nyeri haid, apakah Anda masih dapat melakukan aktivitas di sekolah ?

Ya  Tidak

2. Berapa lama biasanya Anda melakukan aktivitas di sekolah ?

- 4 – 5 jam  > 6 jam  
 5 – 6 jam  Lain – lain, sebutkan.....  
 < 4 jam

3. Apakah anda mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah ?

Ya  Tidak

Jika ya, berapa lama Anda melakukan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah saat tidak mengalami nyeri haid ?

- 1,5 jam  3 jam  > 3 jam  
 2 jam  < 1,5 jam

Apakah Anda tetap dapat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler saat nyeri haid ?

Ya  Tidak

4. Apakah Anda pernah tidak masuk sekolah saat mengalami nyeri haid ?

Ya  Tidak

5. Jika angka nol berarti tidak ada nyeri dan 10 berarti nyeri sekali, maka nyeri yang Anda rasakan berada pada skala berapa ?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="checkbox"/>										

6. Saat mengalami nyeri haid, keluhan apa saja yang Anda rasakan ?

( jawaban dapat lebih dari satu )

- sakit punggung  kelelahan  Lain-lain, sebutkan.....  
 muntah  sakit kepala

7. Cara yang Anda lakukan untuk mengurangi rasa nyeri haid ?  
 ( jawaban dapat lebih dari satu )

- berbaring/tidur
- minum obat pengurang sakit (misal feminax)
- mengompres perut dengan air hangat
- olahraga (misal senam)
- Lain-lain, sebutkan.....

**Tipe II.** Berikan tanda cek list (√) pada jawaban yang kamu pilih !

**Berikut ini adalah aktivitas di sekolah yang masih dapat Anda lakukan saat mengalami nyeri haid.**

No	Aktivitas di sekolah	Ya	Tidak
1	Membaca buku di perpustakaan		
2	Melakukan praktikum		
3	Diskusi / belajar kelompok		
4	Menyanyi		
5	Mendengarkan penjelasan guru		
6	Mendengarkan pidato saat upacara		
7	Senam		
8	Atletik ( misalnya lari )		
9	Menari		
10	Melukis		
11	Bermain volley atau basket		
12	Membuat karangan		
13	Membuat makalah / paper		
14	Menulis buku harian		
15	Membuat surat		
16	Mengetik dengan komputer		
17	Berenang		
18	Bermain drama		
19	Baris-berbaris		
20	Mengikuti rapat organisasi ( misalnya rapat OSIS )		
21	Membuat pekerjaan rumah ( PR )		
22	Menulis catatan pelajaran		

☺ Terima Kasih atas Kerjasama Anda ☺