

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PRASYARAT GELAR.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
PENGESAHAN PENGUJI	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
DAFTAR ISTILAH	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	6
1. Remaja Putri.....	6
2. Menstruasi.....	7
3. Disminore.....	12
4. Endorphin Massage	22
B. Kerangka Teori.....	29
C. Kerangka Konsep	30
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel	32
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	32
E. Instrumen Penelitian.....	33
F. Teknik dan Pengumpulan Data	33
G. Analisis Data.....	35
H. Jalannya Penelitian	35
I. Etika Penelitian	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	

A. Hasil Penelitian	38
B. Pembahasan.....	42
C. Keterbatasan Penelitian	49
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	50
B. Saran	50
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS).....	17
Gambar 2.2 Langkah 1 Endorphin Massage	23
Gambar 2.3 Langkah 2 Endorphin Massage	24
Gambar 2.4 Langkah 3 Endorphin Massage	24
Gambar 2.5 Langkah 4 Endorphin Massage	25
Gambar 2.6 Langkah 5 Endorphin Massage	25
Gambar 2.7 Langkah 6 Endorphin Massage	26
Gambar 2.8 Langkah 7 Endorphin Massage	26
Gambar 2.9 Kerangka Teori	29
Gambar 2.10 Kerangka Konsep.....	30
Gambar 3.1 Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	31

DAFTAR TABEL

Table 1.1 Keaslian Penelitian	5
Tabel 3.1 Tabel Definisi Operasional.....	33
Table 4.1 Skala Nyeri Dismenore Sebelum Dilakukan Endorphin Massage	39
Tabel 4.2 Skala Nyeri Dismenore Sesudah Dilakukan Endorphin Massage.....	40
Table 4.3 Hasil Perbedaan Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Perlakuan Endorphin Massage	40
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Data.....	41
Tabel 4.5 Hasil Uji Wilcoxon	41
Tabel 4.6 Hasil Uji Wilcoxon (asyp.sig)	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Standar Operasional Prosedur (SOP) <i>Endorphin Massage</i>
Lampiran 2	: Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 3	: Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 4	: Lembar Screening Penilaian Responden
Lampiran 5	: Lembar Observasi
Lampiran 6	: Lembar Konsultasi
Lampiran 7	: Surat Izin Penelitian
Lampiran 8	: Surat Persetujuan Penelitian
Lampiran 9	: Tabulasi Data Penelitian
Lampiran 10	: Hasil SPSS
Lampiran 11	: Dokumentasi Kegiatan
Lampiran 12	: Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
FSH	: <i>Folicle Stimulating Hormone</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
RH	: <i>Releasing Hormone</i>
LTH	: <i>Luteotropin hormone</i>
IASP	: <i>International Association for the Study of Pain</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
TU	: Tata Usaha
UKS	: Usaha Kesehatan Sekolah
OSIS	: Organisasi Siswa Intra Sekolah

DAFTAR ISTILAH

<i>Dysmenorrhea</i>	: Rasa sakit atau nyeri pada bagian bawah perut yang terjadi saat wanita mengalami siklus menstruasi
<i>Endorphin Massage</i>	: Sentuhan ringan dilakukan dengan menggunakan ujung-ujung jari dan juga punggung jari pada leher, bahu, lengan, punggung hingga bagian paha untuk mengelola rasa sakit dan nyeri.
<i>Endorfin</i>	: Hormon yang berperan sebagai kekebalan tubuh, mengurangi cemas, stress, depresi dan pereda nyeri
<i>Early Adolescence</i>	: Masa Remaja Awal
<i>Middle Adolescent</i>	: Masa Remaja Menengah
<i>Late Adolescent</i>	: Masa Remaja Akhir
<i>Hipermenorea</i>	: Haid yang berlebihan baik dalam jumlah maupun lama haid
<i>Amenorea</i>	: Tidak mengalami menstruasi lebih dari 3 bulan