

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PRASYARAT GELAR	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
PENGESAHAN PENGUJI	vii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GRAFIK/ DIAGRAM	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL	xix
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	10
1. <i>Dismenorea</i>	10
a. Pengertian <i>dismenorea</i>	10

b.	Klasifikasi <i>dismenore</i>	10
c.	Etiologi <i>dismenorea</i>	11
d.	Manifestasi klinis <i>dismenorea</i>	12
e.	Penatalaksanaan nyeri saat <i>dismenorea</i>	13
2.	Nyeri.....	16
a.	Pengertian nyeri	16
b.	Penyebab nyeri	16
c.	Faktor yang memengaruhi nyeri	17
d.	Klasifikasi nyeri	18
e.	Pengukuran intensitas nyeri	18
3.	Remaja	20
a.	Pengertian remaja.....	20
b.	Perubahan fisik masa remaja.....	21
c.	Tugas-tugas perkembangan masa remaja.....	21
d.	Karakteristik masa remaja.....	22
4.	Relaksasi Benson	22
a.	Pengertian teknik relaksasi Benson.....	22
b.	Elemen dasar dalam relaksasi Benson	23
c.	Langkah latihan teknik relaksasi Benson.....	23
d.	Relaksasi Benson terhadap penurunan nyeri haid (<i>dismenorea</i>)	24
5.	Relaksasi Musik	25
a.	Pengertian relaksasi musik	25
b.	Manfaat relaksasi musik	26
c.	Elemen musik	27
d.	Jenis musik.....	27
e.	Penatalaksanaan	27
f.	Tahapan- tahapan dalam mendengarkan musik.....	28
g.	Relaksasi Musik terhadap penurunan nyeri haid (<i>dismenorea</i>)	29
B.	Kerangka Teori dan kerangka konseptual.....	30

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	32
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	33
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	35
E. Tehnik dan Pengumpulan Data	36
F. Instrumen Penelitian	37
G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	37
H. Tehnik Analisa Data	38
I. Jalannya Penelitian	40
J. Etika Penelitian Keperawatan	42
K. Jadwal Penelitian.....	43

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan.....	50
C. Keterbatasan	59

BAB V PENUTUP

A. KESIMPULAN	60
B. SARAN	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Skala Intensitas Nyeri Numerik 1-10	20
Gambar 2.2	Kerangka Teori Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dan relaksai musik klasik dalam Menurunkan <i>Dismenorea</i>	31
Gambar3.1	Kerangka Konsep Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dan relaksasi musik klasik dalam menurunkan <i>dismenorea</i>	32

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dan Relaksasi Musik Klasik dalam Menurunkan <i>dismenorea</i>	32
Tabel 3.2	Definisi Operasional Pengaruh Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dan Relaksasi Musik Klasik dalam Menurunkan <i>dismenorea</i>	37
Tabel 3.3	Uji Statistik	41
Tabel 4.1	Deskripsi skala nyeri <i>dismenorea</i> sebelum diberikan musik klasik pada siswi di SMP Negeri 1 Boyolali pada bulan Juni 2018.....	
Tabel 4.2	Deskripsi skala nyeri <i>dismenorea</i> sebelum diberikan Relaksasi benson pada siswi di SMP Negeri 1 Boyolali Pada bulan Juni 2018.....	
Tabel 4.3	Deskripsi skala nyeri <i>dismenorea</i> setelah diberikan Musik klasik pada siswi di SMP Negeri 1 Boyolali Pada bulan Juni 2018.....	
Tabel 4.4	Deskripsi skala nyeri <i>dismenorea</i> setelah diberikan Relaksasi benson pada siswi di SMP Negeri 1 Boyolali Pada bulan Juni 2018.....	
Tabel 4.5	Hasil pengujian beda rata-rata skala nyeri sebelum dan Sesudah diberikan musik klasik pada kelompok Intervensi siswi di SMP Negeri 1 Boyolali	
Tabel 4.6	Hasil pengujian beda rata-rata skala nyeri sebelum dan Sesudah diberikan relaksasi benson pada kelompok Kontrol siswi di SMP Negeri 1 Boyolali.....	
Tabel 4.7	Hasil analisis perbedaan skala nyeri <i>dismenorea</i> antara kelompok musik klasik dan kelompok relaksasi benson pada siswi di SMP Negeri 1 Boyolali.....	

DAFTAR GRAFIK/ DIAGRAM

Grafik 1.1	Distribusi jumlah siswi di 3 SMP di Kecamatan Boyolali	5
Grafik 1.2	jumlah siswi yang mengalami nyeri.....	6

DAFTAR SINGKATAN

<i>Et al</i>	<i>Etalii</i>
SMP	Sekolah Menengah Pertama
SMK	Sekolah Menengah Kejuruan
TENS	<i>Transcutaneous Electric Nerve Stimulation</i>
TUR	<i>Trans Urethral Resection</i>
PMS	<i>Premenstrual syndrome</i>
WHO	World Health Organisation
IUD	<i>Intra Utherine Device</i>
NRS	<i>Numeric Rating Scale</i>
SPSS	<i>Statistical Product and Service Solution</i>
STIKES	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

DAFTAR ISTILAH/SIMBOL

%	Presentase
-	Sampai
&	Dan
	Nilai signifikan
	<i>Alpha</i>
=	Sama dengan
<	Kurangdari
01	Responden sebelum diberi perlakuan teknik musik klasik
02	Responden setelah diberi perlakuan teknik relaksasi Benson
X	Intervensi (teknik relaksasi Benson dan Relaksasi Musik Klasik)

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 2 Lembar permohonan untuk menjadi responden
- Lampiran 3 Lembar permintaan menjadi asisten penelitian
- Lampiran 4 Lembar persetujuan menjadi asisten penelitian
- Lampiran 5 Lembar pengukuran intensitas nyeri haid (*dismenorea*) sebelum
Perlakuan teknik relaksasi benson
- Lampiran 6 Lembar pengukuran intensitas nyeri haid (*dismenorea*) setelah
Perlakuan teknik relaksasi benson
- Lampiran 7 Lembar pengukuran intensitas nyeri haid (*dismenorea*) sebelum
Perlakuan musik klasik
- Lampiran 8 Lembar pengukuran intensitas nyeri haid (*dismenorea*) setelah
Perlakuan musik klasik
- Lampiran 9 Lembar panduan relaksasi benson
- Lampiran 10 Lembar panduan musik klasik
- Lampiran 11 Lembar konsultasi