

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN SKRIPSI.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Tinjauan Teori.....	11
1. Menstruasi .....	11
2. Nyeri menstruasi.....	15
3. Kecemasan.....	21
4. <i>Tapping</i> .....	29
5. <i>Self tapping</i> .....	34
B. Landasan Teori.....	37
C. Kerangka Teori.....	39
D. Kerangka Penelitian .....	40
E. Hipotesis Penelitian.....	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
A. Rancangan Penelitian .....	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
D. Variabel Penelitian .....	44
E. Definisi Operasional.....	45
F. Alat Ukur Penelitian dan Cara Pengukuran .....	45
G. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	47
H. Jalannya Penelitian.....	48
I. Analisa Data .....	52
J. Kesulitan dan Kelemahan Penelitian .....	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	56

A. Hasil Penelitian .....	56
1. Gambaran umum lokasi penelitian .....	56
2. Perbandingan karakteristik responden.....	56
3. Perbandingan skor kecemasan sebelum intervensi.....	60
B. Pembahasan.....	62
a. Karakteristik responden.....	62
b. Pengaruh <i>self tapping</i> .....	66
c. Pengaruh nafas dalam .....	71
d. Perbandingan tingkat efektivitas <i>self tapping</i> dan nafas dalam.....	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan <i>dysmenorrhea</i> primer dan <i>dysmenorrhea</i> sekunder.....	19
Tabel 2. Desain penelitian.....	42
Tabel 3. Karakteristik responden penelitian dan homogenitas.....	58
Tabel 4. Perbandingan skor kecemasan sebelum <i>self tapping</i> .....	60
Tabel 5. Perbandingan skor kecemasan sebelum-setelah <i>self tapping</i> pada kelompok intervensi dan nafas dalam pada kolompok kontrol.....	61
Tabel 6. Perbandingan selisih skor kecemasan Intervensi-Kontrol.....	62

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rentang respon kecemasan.....	24
Gambar 2. Proses pelaksanaan <i>basic form</i> .....	31
Gambar 3. Proses pelaksanaan <i>care tapping</i> .....	31
Gambar 4. Tata cara melakukan <i>self tapping</i> .....	34
Gambar 5. Kerangka teori.....	39
Gambar 6. Kerangka penelitian .....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Prosedur penelitian
- Lampiran 2. Lembar penjelasan kepada responden
- Lampiran 3. Surat persetujuan (*informed consent*)
- Lampiran 4. Lembar skrining dan karakteristik responden
- Lampiran 5. *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS)
- Lampiran 6. Lembar *check list*
- Lampiran 7. Hasil pengolahan data
- Lampiran 8. *Ethical Clearance*