

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Lembar Pernyataan	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	vi
Daftar Tabel	ix
Daftar Gambar	x
Daftar Lampiran	xi
Abstrak	xiii
Abstract	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. <i>Dysmenorrhea</i>	
1. Pengertian	16
2. Patofisiologi	17
3. Gambaran Klinis	19
4. Faktor Resiko	21
5. Diagnosis	21
6. Penatalaksanaan	22
B. Yoga	
1. Pengertian	27

2. Klasifikasi Yoga	29
3. Manfaat Yoga untuk <i>Dysmenorrhea</i> Primer	29
4. Tujuan Yoga	31
5. <i>Asana</i> (postur fisik)	31
6. <i>Pranayama</i> (kontrol pernapasan)	32
7. <i>Dhyana</i> (meditasi)	32
8. Yoga untuk <i>Dysmenorrhea</i> Primer	32
C. <i>Tapping Touch</i>	
1. Pengertian	33
2. Manfaat	33
3. Prinsip-prinsip <i>Tapping Touch</i>	34
4. Cara Melakukan <i>Tapping Touch</i>	35
5. Bentuk-bentuk <i>Tapping Touch</i>	35
6. <i>Self Tapping</i>	35
D. Nyeri	
1. Pengertian	36
2. Faktor-faktor yang Memengaruhi Nyeri	36
3. Fisiologi	38
4. Penilaian Nyeri	40
E. Pendidikan Kesehatan	
1. Pengertian	42
2. Metode	42
3. Media	43
4. Evaluasi Pelatihan Model Kirkpatrick	45
F. Landasan Teori	48
G. Kerangka Teori	50
H. Kerangka Konsep	51
I. Hipotesis	51
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	52

B. Tempat dan Waktu Penelitian	53
C. Populasi dan Sampel	53
D. Variabel Penelitian	55
E. Definisi Oprasional	56
F. Alat Ukur dan Cara Pengukuran	57
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	62
H. Etika Penelitian	64
I. Jalannya Penelitian	65
J. Analisis Data	75
K. Kesulitan dan Kelemahan Penelitian	77

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian.....	80
B. Pembahasan.....	87

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	99
B. Saran	100

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	10
Tabel 2. Perbedaan Karakteristik <i>Dysmenorrhea</i> Primer dan Sekunder	20
Tabel 3. Rancangan Penelitian	52
Tabel 4. Penghitungan Besar Sampel	55
Tabel 5. Definisi Operasional	56
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen STAI-Y	59
Tabel 7. Karakteristik penelitian dan homogenitas responden pada kelompok eksperimen dan kontrol di SMK “A” dan SMK “B” tahun 2017	83
Tabel 8. Gambaran homogenitas data intensitas nyeri, tekanan darah dan nadi sebelum dilakukan intervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol di SMK “A” dan SMK “B” tahun 2017	84
Tabel 9. Gambaran intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan intervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol di SMK “A” dan SMK “B” tahun 2017...	85
Tabel 10. Gambaran tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan intervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol di SMK “A” dan SMK “B” tahun 2017...	86
Tabel 11. Gambaran nadi sebelum dan setelah dilakukan intervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol di SMK “A” dan SMK “B” tahun 2017	87

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Numeric Rating Scale</i>	40
Gambar 2. <i>Verbal Response Scale</i>	40
Gambar 3. <i>Visual Analogue Scale</i>	41
Gambar 4. <i>Face Pain Scale</i>	42
Gambar 5. <i>Dale's Cone Experience (1969)</i>	44
Gambar 6. Kerangka Teori	50
Gambar 7. Kerangka Konsep	51
Gambar 8. <i>Numeric Rating Scale</i>	60
Gambar 9. Alur Penelitian	74
Gambar 10. Alur Responden	82

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Penjelasan Kepada Calon Responden
- Lampiran 2. Surat Persetujuan Keikutsertaan Dalam *Screening* Penelitian (*Inform Consent*)
- Lampiran 3. Kuesioner Skrining *Dysmenorrhea*
- Lampiran 4. Instrumen Pengukuran Kecemasan (STAI-Y)
- Lampiran 5. Lembar Penjelasan Kepada Calon Responden
- Lampiran 6. Surat Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian (*Inform Consent*)
- Lampiran 7. Pengukuran Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Intervensi (*Pretest*)
- Lampiran 8. Pengukuran Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Intervensi (*Posttest*)
- Lampiran 9. Pedoman Pelaksanaan Yoga
- Lampiran 10. Pedoman Pelaksanaan *Self Tapping*
- Lampiran 11. Lembar Observasi Yoga
- Lampiran 12. Lembar Observasi *Self Tapping*
- Lampiran 13. Lembar Evaluasi Pendidikan Kesehatan Kirkpatrick Level 1 dan 2
- Lampiran 14. Lembar Evaluasi Pendidikan Kesehatan Kirkpatrick Level 3
- Lampiran 15. *Template for Intervention Description and Replication* (TIDieR)
- Lampiran 16. Satuan Acara Pendidikan Kesehatan (Kelompok Eksperimen)
- Lampiran 17. Satuan Acara Pendidikan Kesehatan (Kelompok Kontrol)
- Lampiran 18. Lembar Monitoring Intervensi Yoga
- Lampiran 19. Lembar Monitoring Intervensi *Self Tapping*
- Lampiran 20. Contoh pesan yang disampaikan kepada responden melalui WA group atau SMS.
- Lampiran 21. Laporan Hasil Kalibrasi Pengukur Berat Badan Digital
- Lampiran 22. Laporan Hasil Kalibrasi Pengukur Tinggi Badan (*microtoise/staturemeter*)
- Lampiran 23. Laporan Hasil Kalibrasi Tensimeter Digital
- Lampiran 24. Permohonan Studi Pendahuluan ke SMK “A” Pedan

- Lampiran 25. Izin Studi Pendahuluan dari Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) Klaten ke SMK “B” Klaten
- Lampiran 26. Surat Persetujuan Komite Etik Universitas Gadjah Mada
- Lampiran 27. Izin Penelitian dari BAPPEDA Klaten
- Lampiran 28. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di SMK “A” Pedan
- Lampiran 29. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di SMK “B” Klaten