

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA*
PADA SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan
Minat Utama Program Studi Ilmu Keperawatan



Diajukan oleh:

Sarah Wendi Puspitaningrum

Nim : A11501187

PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
GOMBONG

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini Menyatakan Bahwa
Skripsi Yang Berjudul:

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA* PADA SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG

Diajukan Oleh :

Sarah Wendi Puspitaningrum
Nim : A11501187

Telah disetujui dan dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk
diujikan Pada Tanggal 14 Juli 2019

Pembimbing I


(Hernyati, M.Kep, Sp.Mat)

Pembimbing II


(Kusumastuti, S.SiT., M.Kes.)

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Keperawatan




(Eka Riyanti, M.Kep, Sp.Mat)

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA* PADA SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :
Sarah Wendi Puspitaningrum
NIM : A11501187

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 11 Juli 2019

Susunan Dewan Penguji :

- | | |
|-------------------------------|---------------|
| 1. Eka Riyanti, M.Kep, Sp.Mat | (Penguji I) |
| 2. Isma Yuntar, M.Kep | (Penguji II) |
| 3. Kusumastuti, S.SiT., M.Kes | (Penguji III) |

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan


(Eka Riyanti, M.Kep, Sp.Mat)

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah dituliskan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, 20 Juli 2019

Penulis



Sarah Wendi Puspitaningrum



PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum
Tempat/Tanggal Lahir : Kebumen, 02 Mei 1997
Alamat : Ds. Rowokele 07/03, Rowokele-Kebumen
Nomor Telepon/HP : 085725991170
Alamat Email : sarahwendi997@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :
"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEAJADIAN *DISMENOREA*
PADA SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG"

Bebas dari plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Dibuat di Gombong

Pada Tanggal 20 Juli 2019

Yang membuat pernyataan,



(Sarah Wendi Puspitaningrum)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik STIKes Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum

NIM : A11501187

Program Studi : S1 Keperawatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan, kepada Stikes Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas skripsi saya yang berjudul :

**"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN DISMENOREA
PADA SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG"**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Stikes Muhammadiyah Gombong, berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong, Kebumen
Pada Tanggal: 20 Juli 2019
Yang Menyatakan

(Sarah Wendi Puspitaningru)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, karena atas karunia dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian *Dismenorea* pada Siswi di SMA Negeri 1 Gombong” dengan sebaik-baiknya. Penelitian ini penulis susun sebagai persyaratan untuk mencapai derajat sarjana S1 minat utama program studi ilmu keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.

Dalam proses penyusunan penelitian ini tidak terlepas bantuan dari berbagai pihak, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orangtua yang telah memberikan doa, motifasi dan semangat baik moril maupun materi yang tiada henti-hentinya
2. Herniyatun, M.Kep,Sp.Mat, selaku Ketua STIKES Muhammadiyah Gombong.
3. Eka Riyanti, M.Kep, Sp.Mat selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong
4. Herniyatun, M.Kep Sp.Mat, selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan waktu, pemikiran, perhatian, dan memberikan pengarahan dalam membimbing penulis untuk penyusunan penelitian ini.
5. Kusumastuti, S.SiT.,M.Kes, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan waktu, pemikiran, perhatian, dan memberikan pengarahan dalam membimbing penulis untuk penyusunan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan baik isi maupun penyusunnya. Penulis berharap semoga penelitian ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Gombong, 20 Juli 2019

Penulis

HALAMAN PERSEMBAHAN

Beribu-ribu lafal dz yukur alhamdulillahirobbil' alamin kepada-Mu ya Allah, atas selesainya sebuah karya kecilku yang penuh perjuangan. Hasil perjuanganku belum seberapa dan bahkan tidak sebanding dengan perjuangan dan kerja keras kedua orangtuaku untuk memenuhi kebutuhan dan keperluanku. Namun mungkin dengan persembahan karya kecil ini akan sedikit membantu meringankan beban dan mengobati lelah mereka.

Karya kecilku ini ku persembahkan kepada :

- § Bapak Gampang Winardi dan Ibu Amini tersayang yang telah memberikan kasih sayang, doa serta motivasi yang tiada henti sehingga dengan kerja keras dan kesabaran skripsi ini dapat terselesaikan*
- § Mba Nita, Mas Radit dan juga adikku Salma yang telah membantu dan menyemangati serta memberi dukungan atas terselesainya skripsi ini*
- § Untukmu Erik dant eman-temanku Reni, Tina, Riska, Rahayu, Swanita, Tika, Yunus, Zaenab, Jijah, Wily, Emmy, Cici, Wiwit, Bella, Tewe. Terima kasih untuk semuanya yang telah menemani dan menyemangati dalam penyusunan skripsi ini*
- § Untuk teman-teman sepembimbingan Deviana, Ica, Iza, Mba Faid, Mba Naurah, Mba Fifi dan juga Okta*
- § Serta teman-teman S1 Keperawatan 2015 dan pihak lain yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu. Terima kasih atas bantuan, dukungan serta semangat yang telah diberikan.*

MOTTO

“sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri” (QS. ArRa’d : 11)

“dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya”
(QS. An Najm : 39)

“karena kepada-Nyalah kami menyembah dan hanya kepada-Nyalah kami memohon pertolongan”



PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong
Skripsi, Juli 2016

Sarah Wendi Puspitaningrum¹⁾, Herniyatun²⁾, Kusumastuti³⁾
sarahwendi997@gmail.com

ABSTRAK

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA* PADA
SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG**

Latar Belakang, *Dismenorea* merupakan gangguan pada saat menstruasi yang ditandai dengan rasa nyeri. Kejadian *dismenorea* mencapai 72% yang dapat menyerang perempuan pada usia berapapun yang sedang mengalami menstruasi. Aktivitas fisik menjadi salah satu faktor dari penyebab terjadinya *dismenorea*, karena aktivitas fisik dapat mengurangi nyeri dengan meningkatkan sekresi endorfin.

Tujuan Penelitian, Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenorea*.

Metode Penelitian, Metode yang digunakan adalah deskripsi korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 88 responden.

Hasil Penelitian, Menunjukkan bahwa dari 88 responden yang mengalami *dismenorea* paling banyak dialami oleh responden yang mempunyai aktivitas fisik rendah yaitu sebanyak 71 responden (80,7%), diantaranya 66 siswi mengalami *dismenorea* (75%) dan 5 siswi tidak mengalami *dismenorea* (5,7%). Data dianalisis dengan metode uji *chi-square* diperoleh nilai *p* sebesar 0,000.

Kesimpulan, Disimpulkan hasil bahwa ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian *dismenorea*.

Rekomendasi, Untuk peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian menggunakan metode lain misalnya eksperimen seperti memberikan perlakuan untuk membandingkan kejadian *dismenorea* sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan sehingga dalam pengukuran tidak dilakukan dalam satu waktu.

Kata Kunci:

Aktivitas fisik, *dismenorea*, menstruasi

¹⁾ **Mahasiswa STIKES Muhammadiyah Gombong**

²⁾ **Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong**

³⁾ **Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong**

S1 STUDY PROGRAM NURSING
Muhammadiyah Health Sciences Institute of Gombong
Thesis, July 2016

Sarah Wendi Puspitaningrum¹⁾, Herniyatun²⁾, Kusumastuti³⁾
sarahwendi997@gmail.com

ABSTRACT

RELATIONSHIP WITH PHYSICAL ACTIVITY IN THE DYSMENORRHEA ACCIDENT OF GIRLS AT SENIOR HIGH SCHOOL ONE OF GOMBONG

Background, *Dysmenorrhea* is an interruption during menstruation characterized by pain. Genesis dysmenorrhea can affect women 72% of any age who are experiencing menstruation. Physical activity is one of the factors cause of dysmenorrhea because physical activity can reduce pain by increasing the secretion of endorphins.

Objective, Determining the relationship of physical activity with the incidence of dysmenorrhea.

Methods, The method in this study used a the description of correlation with a cross sectional approach. Samples were taken by using purposive sampling technique as much as 88 respondents.

Result, Indicates that of the 88 respondents who experienced dysmenorrhea most widely experienced by respondents with lower levels of physical activity as many as 71 respondents (80.7%), including 66 students experiencing dysmenorrhea (75%) and 5 students did not experience dysmenorrhea (5.7%). Data were analyzed by Chi-square test p-value of 0.000 was obtained.

Conclusion, It was concluded that the results ($p < 0.05$) suggesting that there is a relationship between physical activity with the incidence of dysmenorrhea. **Recommendations,** For further researches expected to conduct research using other methods such as providing treatment for example experiments to compare the incidence of dysmenorrhea before and after the treatment so that the measurement is not done in time.

Keywords:

Physical activity, dysmenorrhea, menstruation

-
- 1) *Student Muhammadiyah Health Sciences Institute of Gombong*
 - 2) *Lecturer Muhammadiyah Health Sciences Institute of Gombong*
 - 3) *Lecturer Muhammadiyah Health Sciences Institute of Gombong*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Tinjauan Teori	8
B. Kerangka Teori	21
C. Kerangka Konsep	22
D. Hipotesa.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Rancangan Penelitian	23
B. Populasi dan Sampel.....	23
C. Tempat dan Waktu Penelitian	25
D. Variabel Penelitian	25
E. Definisi Operasional	26
F. Instrumen Penelitian	27

G. Validitas dan Reliabilitas.....	28
H. Teknik Pengumpulan Data	30
I. Teknik Analisa Data.....	32
J. Etika Penelitian.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	36
A. Hasil Penelitian.....	36
B. Pembahasan	39
C. Keterbatasan Penelitian	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel3.1	Definisi Operasional.....	26
Tabel 3.2	Kisi kisi kuesioner aktivitas fisik	27
Tabel3.3	Kisi kisi kuesioner <i>dismenorea</i>	28
Tabel 4.1	Distribusi Freluensi Aktivitas Fisik.....	37
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Kejadian <i>Dismenorea</i>	37
Tabel 4.3	Hubungan Aktivitas Fisik dengan <i>Dismenorea</i>	38



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori	21
Gambar2.2	Kerangka Konsep	.22



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Kuesioner
- Lampiran 4 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 5 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 6 Surat Ijin Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7 Surat Balasan Ijin Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 8 Surat Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 9 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 10 Lembar Bimbingan
- Lampiran 11 Lembar Hasil Validitas
- Lampiran 12 Lembar SPSS



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa pubertas diawali dengan masa remaja atau masa peralihan yaitu dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami pertumbuhan yang matang dari segi fisik, sosial dan emosional (Indah&Herlina, 2012). Sebagai salah satu tanda bahwa remaja wanita sudah mengalami kematangan dari segi fisik organ reproduksi yaitu ditandai dengan datangnya menstruasi (Kumalasari, 2012).

Menstruasi adalah tanda kematangan seksual maupun organ reproduksi pada wanita. Pada saat menstruasi, gangguan yang sering terjadi diantaranya yaitu wanita akan mengalami perubahan emosional yang labil seperti mudah tersinggung, gelisah, sulit tidur, sakit kepala, kembung bahkan mengalami gangguan berat seperti depresi, rasa takut dan gangguan konsentrasi. Pada saat menstruasi, biasanya juga akan timbul rasa tidak nyaman seperti nyeri di area panggul yang sering disebut sebagai nyeri menstruasi atau *dismenorea*. *Dismenorea* adalah nyeri perut bagian bawah yang terkadang rasa nyeri tersebut menyebar hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha (Badziad, 2009). Istilah *dismenorea* hanya dipakai apabila nyeri begitu hebat sehingga mengganggu aktivitas dan memerlukan obat-obatan (Sukarni dan Margareth, 2013).

Dismenorea dapat menyerang perempuan usia berapapun yang sedang mengalami menstruasi. Tingkat prevalensi terjadinya nyeri menstruasi atau *dismenorea* di dunia sangatlah besar. Rata-rata lebih dari 50% wanita di berbagai dunia merasakannya. Di Amerika presentasi prevalensi *dismenorea* mencapai sekitar 60% dan di Swedia 72%. Pada penelitian Margaret & Dash (2016) sebanyak 73% remaja putri mengalami *dismenorea*. Sedangkan angka kejadian *dismenorea* di Indonesia mencapai 55%. Hasil tersebut cukup tinggi, namun yang berobat ke pelayanan kesehatan sangatlah sedikit, yaitu hanya 1%-2% (Abidin, 2014).

Perempuan usia produktif di Indonesia mengalami *dismenorea* dengan presentase 64,25% (Mulastin, 2010). Thomas dan Magos (2010) juga mengemukakan prevalensi remaja perempuan di Indonesia dengan kejadian *dismenorea* sebanyak 43%-93%. Sedangkan kejadian *dismenorea* di Surakarta Jawa Tengah berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Handayani, dkk (2013) menunjukkan bahwa sebanyak 87,7% remaja perempuan mengalami nyeri saat menstruasi atau *dismenorea*. Terjadinyan *dismenorea* disebabkan oleh beberapafaktor, yaitu diantaranya: faktor kejiwaan, faktor individual, faktor sumbatan di saluran leher rahim, faktor organ reproduksi wanita, faktor endokrin dan faktor alergi (Yahya, 2011). Selain itu, adapun hal-hal yang dapat menyebabkan timbulnya *dismenorea* adalah kondisi patologis (*Polycictic Ovarian Syndrome*), gaya hidup (kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, malnutrisi dan aktivitas fisik) serta kondisi psikologis (depresi dan ansietas).

Aktivitas fisik menjadi salah satu dari faktor penyebab kejadian *dismenorea*. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi atau pembakaran kalori (Kemenkes RI, 2015). Aktivitas fisik dapat berperan penting dalam usaha pencegahan penyakit tidak menular, seperti nyeri yaitu dengan meningkatkan sekresi endorfin karena dapat menjadi analgesik non spesifik pada remaja perempuan yang mengalami *dismenorea*. Selain itu, aktivitas fisik juga dapat diperlukan untuk mengurangi sekresi hormon prostaglandin.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Jasienzka (2006), aktivitas fisik seperti olahraga teratur dapat mengatasi *dismenorea* karena olahraga dapat membuat otot jantung bekerja semakin kuat dalam memompakan darah serta meningkatkan kesegaran jasmani sehingga hal ini dapat mempengaruhi hormon pituitari untuk mengeluarkan suatu zat opiat endogen yang bernama *beta endorfin* dimana hormon ini bekerja sebagai analgesik nyeri non spesifik yang dapat menurunkan derajat nyeri

dismenorea pada saat menstruasi (Putri&Tri, 2007). Pendapat senada juga dikemukakan oleh Daley (2013), seseorang yang mempunyai kebugaran jantung, pembuluh darah dan paru-paru yang baik maka berbagai sistem yang ada pada tubuhnya dapat bekerja secara optimal untuk mensuplai oksigen dan nutrisi baik ke organ maupun jaringan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Sehingga, pada saat mengalami *dismenorea* nyeri akan berkurang karena suplai oksigen menuju ke pembuluh darah yang mengalami vasokonstriksi tercukupi dengan baik. Akan tetapi, pada saat ini banyak remaja yang telah di manjakan oleh teknologi untuk menjalankan kehidupan dan kebutuhannya sehari-hari sehingga jarang melakukan aktivitas fisik. Selain itu, remaja pada usia sekolah waktunya lebih banyak dihabiskan pada saat kegiatan belajar dan aktivitas fisik yang dilakukan menjadi terbatas.

Kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor dari kejadian *dismenorea*, dibuktikan dari penelitian yang telah dilakukan oleh Zukri, *et al* (2007) menunjukkan bahwa wanita yang tidak melakukan aktivitas fisik 3,5 kali lebih beresiko mengalami *dismenorea*. Hal ini disebabkan karena kurangnya melakukan aktivitas fisik menyebabkan oksigen tidak dapat disalurkan ke pembuluh-pembuluh darah yang ada di organ reproduksi pada saat mengalami vasokonstriksi sehingga wanita mengeluh nyeri saat menstruasi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 20 Maret 2019 di SMA Negeri 1 Gombong, didapatkan data jumlah seluruh siswa dan siswi SMA Negeri 1 Gombong sebanyak 1015 orang dimana jumlah siswi sebanyak 708 dan siswa sebanyak 307 orang. Dari hasil wawancara yang dilakukan pada 10 siswi, 4 siswi mengatakan sudah mengetahui apa itu *dismeorea* dan 6 siswi belum mengetahui apa itu *dismeorea*. kemudian 8 dari 10 siswi belum mengetahui bahwa aktivitas fisik menjadi salah satu penyebab terjadinya *dismenorea*. Sedangkan siswi yang sering melakukan aktivitas fisik dengan kategori ringan sebanyak 7 orang, 5 diantaranya mengatakan mengalami *dismenorea* dan

2 orang lainnya mengatakan tidak mengalami *dismenorea*. Sedangkan siswi yang sering melakukan aktivitas fisik berat sebanyak 3 orang, 1 diantaranya mengatakan tidak mengalami *dismenorea* dan lainnya mengatakan *dismenorea*. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenorea* pada siswi di SMA Negeri 1 Gombong.

B. Rumusan Masalah

Kejadian *dismenorea* pada saat ini sering terjadi pada remaja salah satunya disebabkan karena kurangnya seseorang melakukan aktivitas fisik. Apabila kejadian *dismenorea* ini tidak dicegah akan mengakibatkan menurunnya kesehatan seperti timbul gejala seperti nyeri bahkan sampai pingsan. Oleh karena itu, peneliti menganggap penting untuk dilakukan penelitian ini karena siswi masih banyak yang belum mengetahui apa itu *dismenorea* dan aktivitas yang dilakukan sehari-hari banyak dihabiskan hanya untuk kegiatan belajar. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti adakah “hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenorea* pada siswi di SMA Negeri 1 Gombong”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenorea* pada siswi di SMA Negeri 1 Gombong.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui tingkat aktivitas fisik yang dilakukan oleh para siswi di SMA Negeri 1 Gombong
- b) Mengetahui kejadian *dismenorea* berdasarkan aktivitas fisik yang telah dilakukan oleh para siswi di SMA Negeri 1 Gombong
- c) Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenorea*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi, informasi dan menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *dismenorea* maupun aktivitas fisik. Serta dapat menambah kepustakaan di STIKes Muhammadiyah Gombong.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang reproduksi wanita khususnya menstruasi yang berkaitan dengan *dismenorea*. Serta dapat meningkatkan motivasi remaja untuk beraktivitas sehari-hari.

b) Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan di SMA Negeri 1 Gombong dalam memberikan motivasi kepada siswi untuk melakukan aktivitas fisik

c) Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengalaman serta pengetahuan khususnya tentang hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenorea* dan menjadi sarana belajar yang telah didapat dibangku kuliah untuk menerapkan di kehidupan sehari-hari kepada masyarakat khususnya masalah pada remaja.

E. Keaslian Penelitian

1. Nur Fatkhiyah Indriyani (2017), melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Nyeri *Dismenorea* Dengan Kualitas Tidur Pada Siswi di SMA N 1 Karanganyar”. Tujuan dalam penelitian tersebut yaitu untuk mengetahui hubungan nyeri *dismenorea* dengan kualitas tidur pada siswi SMA N 1 Karanganyar. Metode yang digunakan menggunakan metode korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sample

berjumlah 90 siswi yang diambil secara purposive sampling. Data dianalisa menggunakan analisa desriptif dan korelatif dengan menggunakan uji *korelasi Kendal Tau*. Hasil dalam penelitian tersebut menunjukkan sebagian besar responden di SMA N 1 Karanganyar dengan nyeri *dismenorea* masuk dalam kategori ringan (36,7%) dan terdapat beberapa responden yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 67,8%. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan antara nyeri *dismenorea* dengan kualitas tidur pada siswi SMA N 1 Karanganyar. Persamaan dalam penelitian ini diantaranya kesamaan dalam tema yaitu tentang *dismenorea*. Sedangkan perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu pada judul, sample, waktu dan tempat penelitian.

2. Rika Herawati (2017), melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian”. Tujuan dalam penelitian tersebut yaitu untuk mengetahui hubungan menarche dini, riwayat keluarga, lama menstruasi, siklus menstruasi dan olahraga teratur dengan kejadian *dismenorea* pada siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian. Metode yang digunakan dalam penelitian yaitu menggunakan desain kuantitatif analitik dengan desain penelitian *cross sectional study*. Sampel berjumlah 150 siswi dengan cara *total sampling*. Kuesioner dan analisis data diperoleh secara *univariat* dan *bivariat* dengan uji *chi-square*. Hasil dalam penelitian tersebut sebagian besar siswi yang mengalami *dismenorea* sebanyak 141 orang (94%), variabel yang berhubungan dengan kejadian *dismenorea* adalah riwayat keluarga ($P = 0,002 < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea* bagi siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian. Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu diantaranya kesamaan pada variabel terikat yaitu kejadian *dismenorea*, desain penelitian menggunakan kuantitatif dengan *cross sectional* dan

persamaan dalam perolehan data *chi-square*. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu dalam pengambilan sample, waktu dan tempat penelitian.



DAFTAR PUSTAKA

- Abidin. (2014). *Nyeri Haid pada Remaja*. Jakarta : Rineka Cipta
- Anisa. (2015). *Hubungan Status Gizi, Menarche Dini dan Perilaku Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) dengan Kejadian Dismenorea Primer pada Siswi SMAN 13 Bandar Lampung*. Bandar Lampung : Universitas Lampung. Skripsi
- Anurogo. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta : Andi Yogyakarta
- Anwar M, Baziad A &Prabowo RP. (2011). *Ilmu Kandungan*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Ayu, MR. (2014). *Hubungan Derajat Nyeri Dismenoreaterhadap Penggunaan Obat Anti Inflamasi Steroid*. Padang : Universitas Andalas. Skripsi
- Badziad, A. (2009). *Endrokrinologi dan Ginekologi*. Jakarta : Media Aesculapius
- Bavil, Dina Abadi., Dolatian, Mahrokh., Mahmoodi, Zohreh., Baghban, Alireza Akbarzadeh. (2016). *Comparison of Lifestyle of Young Women With and Without Primary Dhysmenorrhea*. Electronic journal physican
- Bobak. (2014). *Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC
- Calis. (2013). *Dysmenorrhea*. Diakses pada tanggal 12 Januari 2016 pada <http://emedicine.medscape.com/article/253812.overview>
- Candri, Walyani. Nurlina & Novianti. (2014). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenorea pada Mahasiswi*. Tasikmalaya : Universitas Siliwangi Tasikmalaya. Skripsi
- Cashion, P & Lowdermilk. (2013). *Keperawatan Maternitas*. Edisi 8. Singapore: Elsevier Molby
- Daley AJ. (2013). *Exercise and Primary Dysmenorrhea: a Comprehensive and Critical Review of The Literatur*. Sport Medicine : Adis Data Internasional
- Dion. (2017). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X di SMK Muhammadiyah 1 Wates Kulonprogo*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi
- Diyan, Indriyani. (2013). *Keperawatan Maternitas pada Area Keperawatan Antenatal*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Douglas, C., Rebeiro, G., Crisp, J., dan Taylor, C. (2012). *Potter & Perry's Fundamental of Nursing*. Australia : Elsevier

- Fatmah. (2010). *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung : Lubuk Agung
- Febriati, L. (2015). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorea pada Mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati*. Jurnal Medika Respati, p. Vol XI No 2
- Frenita. (2013). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Dismenorea pada Siswi di SMK N 10 Medan*
- Handayani. Gamayanti IL. Julia M. (2013). *Dismenorea dan Kecemasan pada Remaja*. Jurnal : Sari Pediatri
- Harmono. (2012). *Hubungan Antara Kebiasaan Olahraga, Menarche dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja di SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga*. Skripsi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- Hasrinta & Pajeriati. (2014). *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorea*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung. Jakarta : Gramedia Pustaka
- Hollder. (2011). *Dysmenorhea in Emergency Medicine Clinical*. Diakses pada tanggal 15 Mei 2016 pada http://emedicine.medscape.com/article/795677_clinical
- Huriyati. (2014). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Komposisi Tubuh pada Remaja*. Skripsi : Universitas Gadjah Mada
- Inmas. (2017). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Tingkat Nyeri Dismenorea Primer pada Remaja dusun Gedongan Bangunjiwo Kasihan Bantul*. Skripsi : Universitas Gadjah Mada
- Indah & Herlina. (2012). *Perkembangan Masa Remaja usia 11-18 Tahun*. Bandung : Pustaka Cendekia Utama
- Jasienzka G, Ziolkiewicz, Thune I, Lipson SF. (2006). *Habitual Physical Activity and Estradiol Levels In Women of Reproductive Age*. European : journal of cancer prevention
- Kemenkes Republik Indonesia. (2015). *Info Data Pembinaan Kesehatan Olahraga Indonesia*. Jakarta : Kemenkes RI
- Khurmaen, N. (2012). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik Pedagang dengan Hipertensi di Wilayah Desa Sambak Kecamatan Koyoran Kabupaten Magelang*. (SKRIPSI). Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong
- Komang. (2015). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Dysmenorhea Primer pada Remaja Umur 13-15 Tahun di SMP K. Harapan Denpasar*. Bali : Prodi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

- Kowalski, K. C., Crocker, P. R., & Donen, R. M. (2004). *The Physical Activity Questionnaire (PAQ-A) and (PAQ-C) manual*. 2, 13-15
- Kumalasari. (2012). *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Mahvash, Noorbakhsh. Et al. (2012). *The Effect of Physical Activity On Primary Dysmenorrhea of Female University Students*. World applied sciences journal
- Manuaba. (2001). *Penuntun Kepaniteraan Klinik Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta: EGC
- Margaret, A. & Dash, M. (2016). *Relationship Between BMI and Dysmenorrhea Among Adolescents In a College of Nursing At Puducherry*. India. Diakses pada tanggal 26 September 2017 pada http://www.isca.in/MEDI_SCI/Archive/v4/i3/2.ISCA-IRJMedS-2016-011.pdf
- Maulana. (2009). *Panduan Lengkap Kehamilan*. Jogjakarta : Kata Hati
- Montoye, H & Maughan, R. (2008). *Energy Costs of Exercise and Sport*. Nutrition in Sport, 1 (4), pp. 23-28
- Mulastin. (2010). *Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenorea Remaja Putri di SMA Islam Al-hikmah Jepara*. Diperoleh tanggal 24 Agustus 2017 dari <http://www.akbidalhikmah.ac.id/artikel/jurnal%20%20penelitian%20edisi%20I.pdf>
- Nanang. (2011). *Kupas Tuntas Kelainan Haid*. Yayasan Essentia Medica
- Narges. (2017). *Comparison of the Effect of Stretching Exercise and Mefenamic Acid on the Reduction of Pain Menstruation Charactrisitic in Primary Dyismenorrhea : A Randomized Clinical Trial*. Oman Medical Journal Vol 2 pp. No 1: 47-53
- Ningsih, R. (2011). *Efektivitas Paket Pereda Terhadap Intensitas Nyeri pada Remaja dengan Dismenorea di SMAN Kecamatan Curupn (Tesis)*. Depok : Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nur, F,I. (2017). *Hubungan Nyeri Dismenorea dengan Kualitas Tidur pada Siswi di SMA Negeri 1 Karanganyar*. Gombong : STIKES Muhammadiyah Gombong. Skripsi

- Nurmalina. (2011). *Pencegahan dan Manajemen Obesitas*. Bandung : Elex Media Komputindo
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penerapan Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Paramita D,P. (2010). *Hubungan Tingkat Penegtahuan Tentang Dismenorea dengan Perilaku Penanganan Dismenorea pada Siswi di SMK YPKK 1 Sleman Yogyakarta*. (KTI). Surakarta : Fakultas Kedokteran UNS
- Pernoll &Benson. (2011). *Pernoll's Handbook of Obstretics and Gynecology*. Mc Graw Hill
- Perry, Hokcenberry, Lowdermilk & Wilson. (2011). *Maternal Child Nursing Care*. Universitas Michigan : Mosby
- Polit, D.F., & Back, C.T. (2008). *Nursing: Generating and Assesing Evidence For Nursing Practice*. Ninth Edition
- Putri, Leilina Cahyaningtyas & Tri, Wahyuliati. (2007). *Pengaruh Olahraga terhadap Derajat Nyeri Dismenorea pada Wanita Belum Menikah*. Jurnal : Mutiara Medika
- Ratna, L. (2017). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Dysmenorrhea Primer pada Remaja*. Journal of Issues in Midwifery. Vol 1 No 2
- Reeder, Martin & Koniak, Grifitin. (2013). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Edisi 8 Vol 11. Jakarta : EGC
- Rika, Herawati. (2017). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Haid (Dismenorea) pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian*.
- Saadah, S. 2014. *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Disminore pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan*. (SKRIPSI). Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia
- Sari, D,K. (2012). *Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri di Pedukuhan Dagen Penduwodiharjo Sewon Bantul*. Jurnal Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyah Yogyakarta dalam <http://opac.say.ac.id/776/1/naskah%20publikasi%20Dannik%20Kumala%20sari.pdf>. Diakses pada tanggal 8 Juni 2016
- Saryono. (2008). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jogyakarta : Mitra Medika
- Saryono, Mekar, & Anggraeni, D. (2010). *Metodelogi Penelitian Kualititatif dalam bidang kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Simbolon D, Suryani. D, Yandizal. (2016). *Deteksi Dini Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta : Dee Publis
- Sirait. (2014). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenorea pada Siswi di SMA Negeri 2 Medan*. Medan : Universitas Sumatra Utara. Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi Universitas Sumatra Utara, Vol. 1, No. 4
- Sholeh, A. (2017). *Respon Fisik Emosional dan Spiritual Remaja Disminore*. Gombong : STIKES Muhammadiyah Gombong. Skripsi
- Sophia. (2013). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenorea pada Siswi di SMK Negeri 10 Medan*. Medan : Universitas Sumatra Utara
- Suharsimi, A. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. (2009). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta
- Sukarni, I & Margareth, ZH. (2013). *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sukarni, I dan Wahyu, P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Taruna.(2013).*Hipotripsi*.
http://www.medikaholistik.com/medika.html?xmodule=document_detail&xid=3
- Tambing, Y. (2012). *Aktivitas Fisik dan Sindrom Premenstruasi pada Remaja*. Tesis. Yogyakarta : universitas Gajah Mada
- Thomas, B. (2010). *Modern Management of Dysmenorrhea*. London : University Department of Obstetrics and Gynecology
- Wardani & Rosita, Katrin. (2008). *Aktivitas Fisik, Asupan Energi dan Produktivitas Kerja Pria Dewasa di Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Bandung Jawa Barat*. IPB : Jurnal Gizi dan Pangan
- World Heart Organization. (2015). *Physical Activity*. Diakses pada tanggal 23 Januari 2017
- World Heart Organization. (2016). *Global Physical Activity Questionnaire Analysis Guide*.
- Wiknjosastro, H. (2011). *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Pustaka Sarwono Prawirohardjo

- Yahya. (2011). *Kesehatan Reproduksi Pranikah Panduan Hidup Sehat Masa-masa Penting Wanita*. Solo : Serangkai Pustaka Mandiri
- Zukri, SM. et al. (2009). *Primary Dysmenorrhea Among Medical and Dental University Students in Kelantan : Prevalence and Associated Factors*. International Medical Jurnal



The logo is a green, multi-lobed shield shape. Inside the shield, there is a circular emblem. The emblem features a central sun-like symbol with rays, flanked by a yellow wheat stalk on the left and a yellow oil lamp on the right. The text "SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH" is written in a circular path around the central emblem, and "GOMBONG" is written at the bottom of the shield, separated by two small stars.

LAMPIRAN

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth:

Calon Partisipan

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum

NIM : A11501187

Saya bermaksud mengadakan penelitian tentang “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian *Dismenorea* pada Siswi Di SMA Negeri 1 Gombong” dengan menggunakan pendekatan kuantitatif (Penelitian dengan membagikan kuisioner). Sebelumnya saya akan menjelaskan beberapa hal terkait penelitian yang akan saya lakukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian nyeri menstruasi. Adapun manfaat dari penelitian ini secara garis besar adalah penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan kepada para remaja tentang menstruasi khususnya apa itu *dismenorea* dan penyebab dari kejadian *dismenorea* sendiri serta dapat memotivasi para remaja untuk meningkatkan aktivitas fisik sehingga kejadian *dismenorea* dapat berkurang. Penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian saudara, penelitian ini dilakukan dengan memberikan lembar kuisioner untuk mengetahui aktivitas fisik yang telah dilakukan oleh saudara dan tanda gejala yang nyeri menstruasi. Responden saudara bersifat suka rela tanpa paksaan dan apabila saudara menolak untuk berpartisipasi tidak dikenakan sanksi apapun.

Peneliti hanya akan mengambil responden penelitian yaitu para siswi yang sudah mengalami menstruasi dan yang tidak memiliki hendaya dalam beraktivitas fisik sehari-hari, setelah menentukan responden selanjutnya peneliti memberikan penjelasan terlebih dahulu tentang maksud dan tujuan kepada responden, setelah responden memahami tujuan dan maksud dari penelitian, siswi yang bersedia menjadi responden lalu mendatangi lembar persetujuan menjadi responden yang telah disediakan oleh peneliti. Setelah mendapat surat persetujuan dari responden, peneliti memberikan kuisioner. Dalam pengisian lembar kuisioner akan diberi waktu 10-15 menit dalam waktu pengisian lembar kuisioner.

Kerahasiaan responden akan terjaga dengan baik, dalam penulisan hasil nama responden tidak dicantumkan nama sebenarnya melainkan menggunakan inisial. Responden memiliki hak untuk mengajukan keberatan pada peneliti jika terjadi hal-hal yang tidak berkenan bagi responden, dan selanjutnya akan dicari penyelesaiannya berdasarkan kesepakatan peneliti dengan responden. Apabila saudara masih ada yang perlu ditanyakan saudara dapat menghubungi peneliti di nomor 085725991170

Atas perhatian dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Kebumen, 2019

Peneliti



LEMBAR PERMOHONAN MENJADI PARTISIPAN

Kepada Yth:

Calon Partisipan

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum

NIM : A11501187

Akan mengadakan penelitian tentang “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian *Dismenorea* pada Siswi Di SMA Negeri 1 Gombong”. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat buruk bagi saudara sebagai partisipan. Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk penelitian. Apabila saudara menyetujui maka dengan ini saya mohon kesediaan partisipan untuk menandatangani lembar persetujuan dan apabila saudara menolak menjadi partisipan, saudarai bisa mengundurkan diri dan menolak penandatanganan surat pernyataan yang diberikan oleh peneliti.

Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Kebumen, 2019

Peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI PARTISIPAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

No. Partisipan :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Alamat :

Saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi menjadi partisipan dan sudah mendapatkan penjelasan terkait prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh Mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong tentang “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian *Dismenorea* pada Siswi Di SMA Negeri 1 Gombong”.

Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negatif terhadap saya, sehingga jawaban yang saya berikan adalah yang sebenarnya dan data yang mengenai saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Semua berkas yang mencantumkan identitas saya hanya akan digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan. Demikian persetujuan ini saya tanda tangani dengan sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila saudara masih ada yang perlu ditanyakan, saudara dapat menghubungi peneliti di nomor 085725991170

Atas bantuan dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Kebumen, 2019

Partisipan

(.....)

(Nama dan No Hp)

Physical Activity Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)

Nomor Responden : _____
 Tanggal : _____
 Jenis Kelamin : M / F

Petunjuk:

- Pilihlah jawaban yang menurut adik paling benar.
 - Semua pernyataan harus dijawab dengan jujur.
 - Pilih salah satu jawaban dengan tanda silang (X).
3. Apakah adik melakukan beberapa olahraga dibawah ini selama seminggu ini? Jika "iya", berapa kali? Berikan tanda silang "X" pada jawaban yang sesuai.

	Tidak Pernah	1-2 kali	3-4 kali	5-6 kali	Lebih dari 7 kali
Bermain tali (lompat tali)					
Footbal					
Voli					
Basket					
Jalan					
Berapoda					
Lari-lari / jogging					
Senam					
Berenang					
Kasti					
Menari / balet					
Sepak bola					
Badminton					
Sepak takraw					
Sepatu roda					
Tenis					
Tenis meja					
Silat / karate / taekwondo					
Lainnya...					
Lainnya...					

2. Selama seminggu ini, selama pelajaran olahraga pernahkah adik bersikap aktif dalam melakukan olahraga?

- a. Tidak ikut pelajaran olahraga
- b. Jarang aktif
- c. Kadang-kadang aktif
- d. Sering aktif
- e. Selalu aktif

3. Selama seminggu ini, apa yang sering adik lakukan ketika waktu istirahat di sekolah?

- a. Duduk-duduk (mengobrol, membaca, mengerjakan tugas)
- b. Berdiri di sekitar
- c. Jalan-jalan berkeliling
- d. Kadang lari-lari dan bermain
- e. Sering berlari-lari dan bermain

4. Selama seminggu ini, apa yang sering adik lakukan ketika jam makan siang di sekolah selain makan?

- a. Duduk-duduk (mengobrol, membaca, mengerjakan tugas)
- b. Berdiri di sekitar
- c. Jalan-jalan berkeliling
- d. Kadang lari-lari dan bermain
- e. Sering berlari-lari dan bermain

5. Selama seminggu ini, setelah pulang sekolah pernahkah adik melakukan olahraga (sepakbola, kejar-kejaran sesama teman, atau menari yang membuat berkeringat)?

- a. Tidak pernah
- b. 1 kali seminggu
- c. 2-3 kali seminggu
- d. 4-5 kali seminggu
- e. 6-7 kali seminggu

6. Selama seminggu ini, pada sore hari pernahkah adik melakukan olahraga (sepakbola, kejar-kejaran sesama teman, atau menari yang membuat berkeringat)?

- a. Tidak pernah
- b. 1 kali seminggu
- c. 2-3 kali seminggu
- d. 4-5 kali seminggu
- e. 6-7 kali seminggu

7. Pada hari sabtu dan minggu kemarin, pernahkah adik melakukan olahraga (sepakbola, kejar-

kejaran sesama teman, atau menari yang membuat berkeringat)?

- a. Tidak pernah
- b. 1 kali
- c. 2-3 kali
- d. 4-5 kali
- e. Lebih dari 5 kali

8. Bacalah semua pernyataan di bawah ini, Pilih salah satu pernyataan yang menggambarkan dirimu!

- a. Hampir seluruh waktu luang saya habiskan untuk bersantai.
- b. Di waktu luang, saya kadang-kadang (1-2 kali seminggu) melakukan aktivitas seperti olahraga (lari-lari, sepakbola, bersepeda, dan lain-lain)
- c. Di waktu luang, saya sering (3-4 kali seminggu) melakukan aktivitas seperti olahraga (lari-lari, sepakbola, bersepeda, dan lain-lain)
- d. Di waktu luang, saya lebih sering (5-6 kali seminggu) melakukan aktivitas seperti olahraga (lari-lari, sepakbola, bersepeda, dan lain-lain)
- e. Di waktu luang, saya sangat sering (>6 kali seminggu) melakukan aktivitas seperti olahraga (lari-lari, sepakbola, bersepeda, dan lain-lain)

9. Kapan adik melakukan olahraga (seperti lari-lari, sepakbola, bersepeda, menari dan lain-lain). Berilah tanda silang "X" pada jawaban yang sesuai.

Hari	Tidak pernah	1-2 kali	3-4 kali	5-6 kali	Lebih dari 7 kali
Senin	a	b	c	d	e
Selasa	a	b	c	d	e
Rabu	a	b	c	d	e
Kamis	a	b	c	d	e
Jumat	a	b	c	d	e
Sabtu	a	b	c	d	e
Minggu	a	b	c	d	e

10. Apakah selama seminggu ini adik pernah sakit sehingga tidak bisa berangkat sekolah dan harus tiduran di kamar?

- a. Ya
- b. Tidak

KUESIONER NYERI MENSTRUASI

A. Data Responden

1. Nama :
2. Umur :
3. Pendidikan :
- 4.

B. Kuesioner Nyeri Menstruasi

5. Jawablah pertanyaan dibawah ini sesuai dengan keadaan yang anda alami pada saat menstruasi dengan cara memberikan tanda ceklist (v)

6. No	7. Pertanyaan	8. Ya	9. Tidak
1	Nyeri saat menstruasi	.	.
2	Mual/muntah	.	.
3	Diare/mencret	.	.
4	Pegal pada mulut vagina	.	.
5	Sakit kepala	.	.
6	Lemas	.	.
7	pingsan	.	.



LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433, 473750, Gombong, 54412
Website : www.stikesmuhgombong.com E-mail : stikesmuhgombong@yahoo.com

Nomor : 0158.1/IV.3.LP3M/A/II/2019
Lamp : -
Hal : Permohonan Ijin

Gombong, 23 Februari 2019

Kepada Yth :
Kepala SMA N 1 Gombong

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat
lindungan dari Allah SWT. Amin.

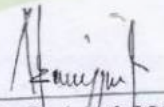
Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Prodi S1
Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya
untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami :

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum
NIM : A11501187
Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenorea pada
Siswa Kelas X SMA N 1 Gombong
Keperluan : Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

An. Ketua
Lembaga Penelitian Pengembangan dan
Pengabdian Masyarakat
Sekretaris


Arnika Dwi Asti, M.Kep.
NIK : 06048



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMA NEGERI 1 GOMBONG
Jalan Sempor Lama No. 64 Gombong Kebumen 54414 (0287) 471170

LEMBAR DISPOSISI

Tanggal Terima : 27-02-19
Nomor Agenda Surat : 420/097

Tanggal Surat : 27-02-19
Nomor Surat : 0158.Y/IV.3-LP3M/A/11/2019
Perihal : 1211 studi pendahuluan

No.	Sifat Surat	Kepada	Disposisi Kepala Sekolah
1	Sangat Rahasia	1. Wakasek Kurikulum	1. Untuk dipenuhi
2	Rahasia	2. Wakasek Kesiswaan	2. Untuk direalisasikan
3	Sangat Segera	3. Wakasek Sarpras	3. Untuk dibalas
4	Segera	4. Wakasek Humas	4. Untuk diperhatikan
5	Penting	5. Wakasek MM	5. Untuk diketahui
6	Biasa	6. Ka. TU	6. Untuk ditampung
		7. Ketua Korpri	7. Untuk dipertimbangkan
		8. Ketua PGRI	8. Untuk direkap
		9. Guru Mapel	9. Untuk dikoreksi
		10.	
10.	Untuk disiapkan jawaban	Catatan : <i>Silipinkan</i>	
11.	Untuk perpustakaan		
12.	Untuk diperbanyak		
13.	Untuk menjadi pedoman		
14.	Untuk saran dan pendapat		
15.	Untuk mewakili kepek		
16.	Untuk minta laporan		
17.	Untuk dikonsultasikan		

Kepala Sekolah,

[Signature]
BUDI RIANTO, S.Pd
NIP. 19700203 199702 1 003



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
GOMBONG**

Jalan Sempor Lama Nomor 64 Gombong Kebumen Kode Pos 54414 Telepon 0287 471170
Faksimilie 0287 471170 Surat Elektronik smansago@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.1/ 244

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Gombong, Kabupaten Kebumen, Propinsi Jawa Tengah, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : SARAH WENDI PUSPITANINGRUM
N I M : A11501187
Tempat, Tgl. Lahir : Kebumen, 2 Mei 1997
Smt / Jurusan : 8 / S1 Keperawatan
Nama Perguruan Tinggi : STIKES Muhammadiyah Gombong

Yang bersangkutan tersebut di atas benar-benar telah melaksanakan Studi Pendahuluan pada tanggal 25 Maret 2019. Maksud Tujuan Studi Pendahuluan dengan Judul : **HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN DIMENOREA PADA SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG.**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat agar dapat digunakan seperlunya.

Gombong, 4 April 2019

Kepala Sekolah,



RUDI RIANTO, S.Pd

NIP. 19700203 199702 1 003

LEMBAGA PENELITIAN PENGEMBANGAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG

Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong Kebumen Telp. (0287)472433
email : lp3mstikesmugo@gmail.com

No : 0236.1/IV.3.LP3M/A/IV/2019
Lampiran : -
Hal : Permohonan ijin

Gombong, 23 April 2019

Kepada Yth.
Kepala SMA Negeri 1 Rowokele
Di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring doa semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat
lindungan dari Allah SWT. Amiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Prodi S1
Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediannya
untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami :

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum
NIM : A11501187
Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenorea pada
Siswi di SMA Negeri 1 Gombong
Keperluan : Ijin Uji Validitas dan Reliabilitas

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.





PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
**SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
ROWOKELE**

Jalan Jatijajar km 04 Rowokele, Kab. Kebumen. ☎ 54472
☎ 08112668516 Email : smansaro@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

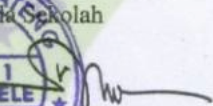
Nomor : 421.1/879/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Rowokele Kabupaten Kebumen, Provinsi Jawa Tengah, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : SARAH WENDI PUSPITANINGRUM
N I M : A11501187
Tempat, tgl. Lahir : Kebumen, 2 Mei 1997
Semester/Jurusan : 8 / S1 Keperawatan
Nama Perguruan Tinggi : STIKES Muhammadiyah Gombong.

Yang bersangkutan tersebut di atas benar-benar telah melaksanakan Uji Validitas dan Realibilitas kuesioner nyeri menstruasi pada tanggal 3 Mei 2019 dengan judul : HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA SISWI DI SMA NEGERI 1 GOMBONG.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat agar dapat digunakan seperlunya.

Rowokele, 3 Mei 2019
Kepala Sekolah

Drs. Sutwardi, M.M.
NIP. 19620909 199403 1 005

	SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG	Nomor	FRM-LPM-006
		Revisi ke	00
		Tanggal Berlaku	1 Maret 2017

SURAT KETERANGAN LOLOS UJI ETIK

NO: 367.6/IV.3.AU/F/ETIK/V/2019

Tim Etik Penelitian STIKES Muhammadiyah Gombong dalam upaya melindungi hak azasi dan kesejahteraan subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti proposal berjudul :

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA SISWI
DI SMA NEGERI 1 GOMBONG**

Nama peneliti utama : Sarah Wendi Puspitaningrum
 Nama institusi : STIKES Muhammadiyah Gombong
 Prodi : S1 Keperawatan

Dan telah menyetujui proposal tersebut.

Gombong, 10 Mei 2019

Ketua Tim Etik Penelitian,




Dyah Puji Astuti, S.SiT., MPH



**LEMBAGA PENELITIAN PENGEMBANGAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong Kebumen Telp. (0287)472433
email : lp3mstikesmugo@gmail.com

No : 0280.1/IV.3.LPPM/A/V/2019
Lampiran : -
Hal : Permohonan ijin

Gombong, 11 Mei 2019

Kepada Yth.

Kepala SMA Negeri 1 Gombong

Di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring doa semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat
lindungan dari Alloh SWT. Amiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Prodi S1
Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediannya
untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami :

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum
NIM : A11501187
Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenorea pada
Siswi di SMA Negeri 1 Gombong
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

a.n Ketua LPPM,
Sekretaris



Arnika Dwi Asti, M.Kep

NIK. 06048

LAMPIRAN KEGIATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Sarah Wendi Puspitaningrum

Nim : A11501187

Nama Pembimbing 1 : Herniyatun, M.kep, Sp.Mat

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
18/10 - 2018	Menentukan Tema / Topik Penelitian	hs
31/10 - 2018	Tema / Topik didukung dengan Jurnal	hs
6/11 - 2018	Resume Jurnal penelitian terbaru terkait judul	hs
24/11 - 2018	ACC Judul	hs
16/1 - 2019	konsul BAB I, Perbaiki Latar Belakang	hs
23/1 - 2019	Tambahkan Penelitian Sebelumnya	hs
6/2 - 2019	StuPen : Ganti tempat Penelitian	hs
21/2 - 2019	Perbaiki rumusan masalah	hs
6/3 - 2019	ACC BAB I	hs
8/3 - 2019	konsul BAB II, Perbaiki kerangka Teori → BAB III	hs
16/3 - 2019	cari kuesioner aktivitas fisik → jurnal International	hs
23/3 - 2019	Revisi BAB III : kerangka konsep, sampel	hs
28/3 - 2019	Perbaiki hasil ukur di Definisi operasional	hs
2/4 - 2019	ACC Proposal	hs

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Keperawatan

(.....)
Eka Riyanti, M. Kep, Sp.Mat

•

Nim : A11501187

Nama Pembimbing 1 : Herniyatun, M.kep, Sp.Mat

3	menambahkan uji normalitas	
4	Acc Hasil	

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Eka Riyanti, M. Kep, Sp.Mat

LAMPIRAN KEGIATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Sarah Wendi Puspitaningrum

Nim : A11501187

Nama Pembimbing 2 : Kusumastuti, S.SIT., M.kes

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
22/10 - 2018	Topik penelitian harus didukung dg jurnal	
30/10 - 2018	Tambahkan fenomena & kejadian prevalensi yang mendukung topik penelitian	
6/2 - 2019	Konsul BAB I → lanjut BAB II	
20/2 - 2019	Ketangkai Teori bentuk pathways sesuai BAB II, lanjut BAB II	
28/2 - 2019	ACC BAB II	
17/3 - 2019	Konsul BAB III, Perbaiki DO + lengkapi studi Pendahuluan	
23/3 - 2019	BAB III dan kuesioner	
25/3 - 2019	BAB III, Perbaiki Instrumen & validitas	
28/3 - 2019	ACC proposal	
1/7 - 2019	Konsul BAB IV, Perbaiki pembahasan, + jurnal	
8/7 - 2019	Konsul Abstrak & PPT Hasil	
9/7 - 2019	ACC Hasil	
	acc revisi	

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Keperawatan

(.....)
Eka Rivanti, M. Kep, Sp.Mat

KEGIATAN BIMBINGAN

Nama : Sarah Wendi Puspitaningrum
 NIM : A11501187
 Prodi : S1 Keperawatan
 Pembimbing : Muhammad As'ad, M. Pd
 Judul : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian *Dismenorea*
 pada Siswi di SMA Negeri 1 Gombong

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
19 Juli 2019	Abstract Perbaikan	f.
20 Juli 2019	Acc Abstract (perbaikan)	f.
22 Juli 2019	Acc	f.



Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan,

(Eka Riyanti, M. Kep, Sp. Mat)

JADWAL RENCANA PENYUSUNAN SKRIPSI

NO	Jenis Kegiatan	Oktober (2018)	November (2018)	Desember (2018)	Januari (2019)	Februari (2019)	Maret (2019)	April (2019)	Mei (2019)	Juni (2019)	Juli (2019)
1.	Pengajuan Tema dan Judul										
2.	Studi pendahuluan										
3.	Penyusunan proposal										
4.	Seminar proposal										
5.	Revisi										
6.	Pengumpulan data										
7.	Pengolahan data										
8.	Analisa data										
9.	Penyusunan laporan hasil										
10.	Seminar hasil										
11.	Revisi										
12.	Pengumpulan hasil										

Uji Validitas

Correlations

Correlations

	butir_1	butir_2	butir_3	butir_4	butir_5	butir_6	butir_7	jumlah
butir_1 Pearson Correlation	1	.245	.203	.392	.027	.392	.302	.572**
Sig. (2-tailed)		.273	.366	.071	.905	.071	.172	.005
N	22	22	22	22	22	22	22	22
butir_2 Pearson Correlation	.245	1	.449*	.134	.314	.624**	.174	.661**
Sig. (2-tailed)	.273		.036	.553	.155	.002	.440	.001
N	22	22	22	22	22	22	22	22
butir_3 Pearson Correlation	.203	.449*	1	.516*	.428*	.280	.466*	.753**
Sig. (2-tailed)	.366	.036		.014	.047	.207	.029	.000
N	22	22	22	22	22	22	22	22
butir_4 Pearson Correlation	.392	.134	.516*	1	.322	.083	.770**	.703**
Sig. (2-tailed)	.071	.553	.014		.144	.712	.000	.000
N	22	22	22	22	22	22	22	22
butir_5 Pearson Correlation	.027	.314	.428*	.322	1	.322	.199	.582**
Sig. (2-tailed)	.905	.155	.047	.144		.144	.374	.004
N	22	22	22	22	22	22	22	22

butir_6 Pearson Correlation	.392	.624**	.280	.083	.322	1	-.024	.587**
Sig. (2-tailed)	.071	.002	.207	.712	.144		.915	.004
N	22	22	22	22	22	22	22	22
butir_7 Pearson Correlation	.302	.174	.466*	.770**	.199	-.024	1	.636**
Sig. (2-tailed)	.172	.440	.029	.000	.374	.915		.001
N	22	22	22	22	22	22	22	22
jumlah Pearson Correlation	.572**	.661**	.753**	.703**	.582**	.587**	.636**	1
Sig. (2-tailed)	.005	.001	.000	.000	.004	.004	.001	
N	22	22	22	22	22	22	22	22

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Uji Reliabilitas

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	22	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	22	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.759	7

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
butir_1	.5909	.50324	22
butir_2	.3636	.49237	22
butir_3	.4545	.50965	22

butir_4	.1818	.39477	22
butir_5	.6818	.47673	22
butir_6	.1818	.39477	22
butir_7	.2727	.45584	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
butir_1	2.1364	3.361	.373	.754
butir_2	2.3636	3.195	.492	.727
butir_3	2.2727	2.970	.611	.698
butir_4	2.5455	3.307	.585	.712
butir_5	2.0455	3.379	.398	.747
butir_6	2.5455	3.498	.440	.738
butir_7	2.4545	3.307	.475	.730

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
2.7273	4.303	2.07437	7

Frequencies

Statistics

		Physical Activity Questionnaire Adolescent	Disminore
N	Valid	88	88
	Missing	0	0
	Mean	1.19	1.22
	Median	1.00	1.00
	Mode	1	1
	Std. Deviation	.397	.414
	Variance	.158	.171
	Range	1	1
	Minimum	1	1
	Maximum	2	2
	Sum	105	107
	Sum of Squares	13.86	14.56
Percentiles	25	1.00	1.00
	50	1.00	1.00
	75	1.00	1.00

Frequency Table

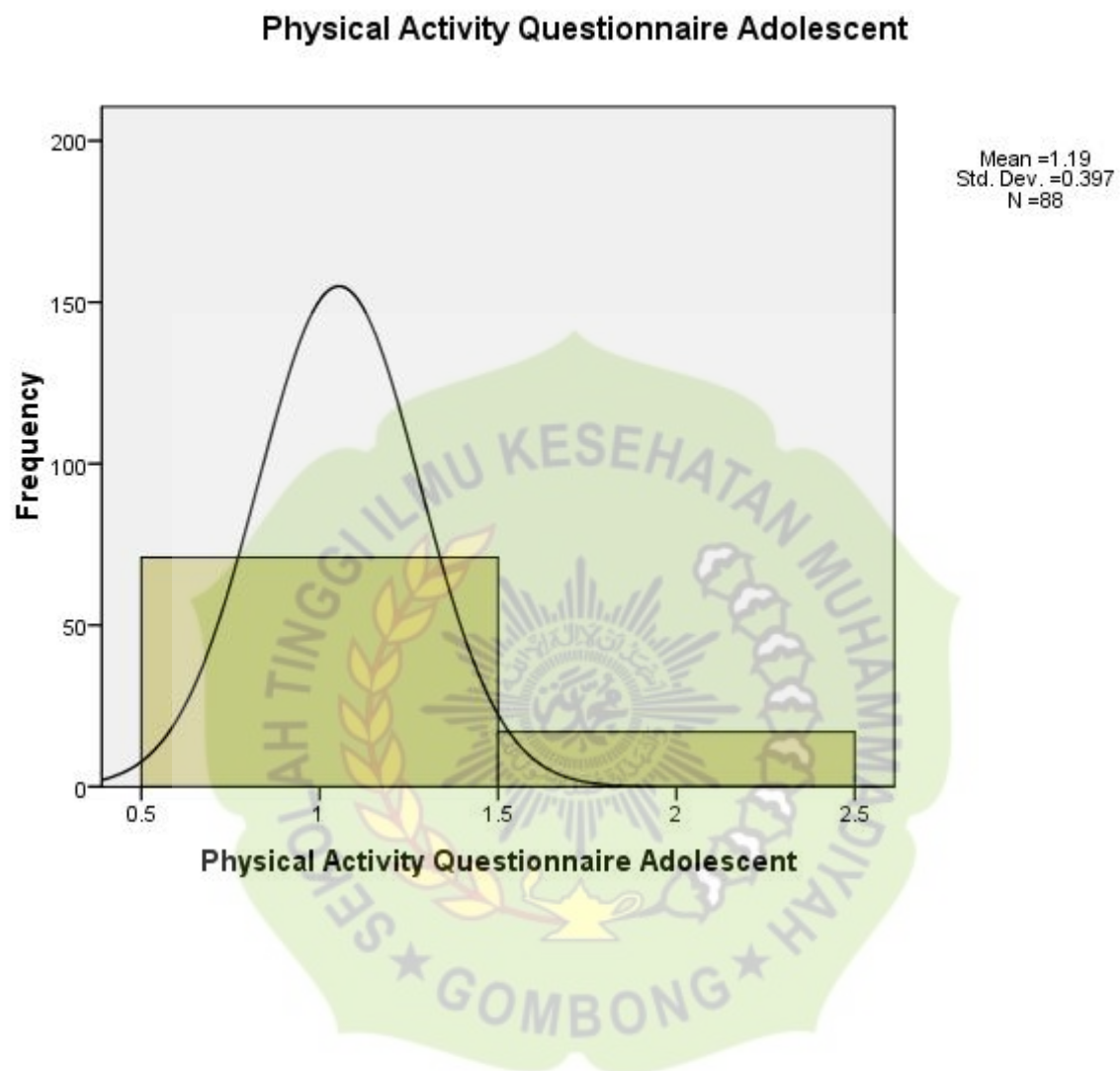
Physical Activity Questionnaire Adolescent

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	71	80.7	80.7	80.7
tinggi	17	19.3	19.3	100.0
Total	88	100.0	100.0	

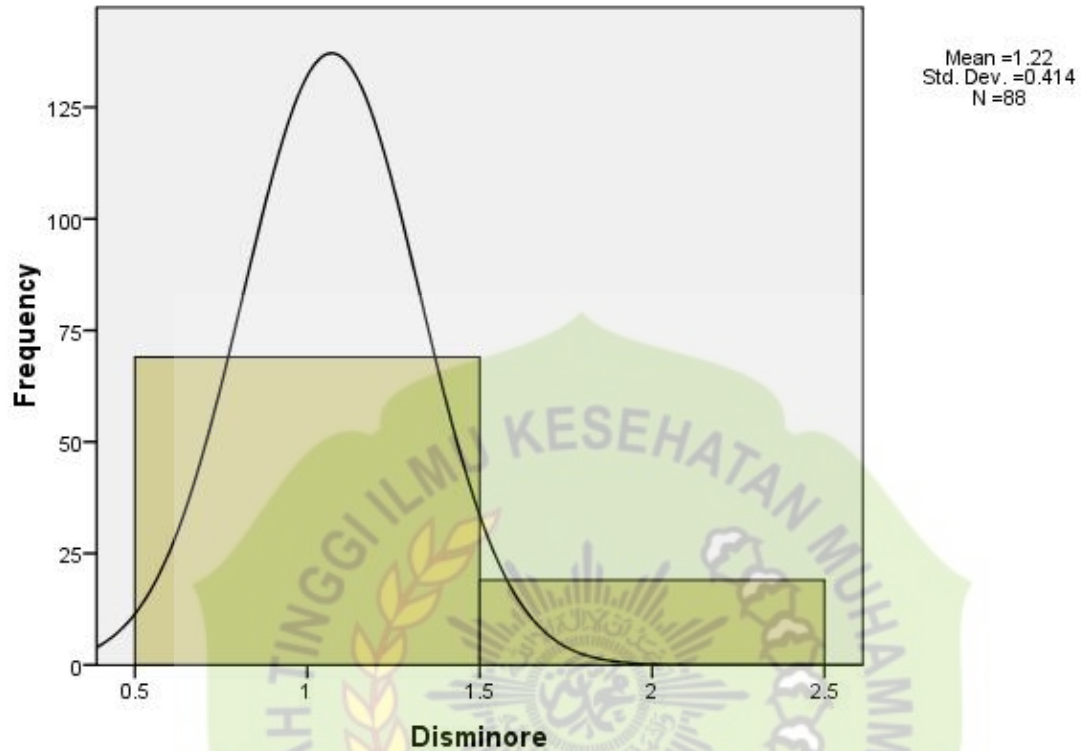
Disminore

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Disminore	69	78.4	78.4	78.4
tidak disminore	19	21.6	21.6	100.0
Total	88	100.0	100.0	

Histogram



Disminore



Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent

Physical Activity Questionnaire Adolescent	88	100.0%	0	.0%	88	100.0%
Disminore	88	100.0%	0	.0%	88	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error
Physical Activity Questionnaire Adolescent	Mean	1.19	.042
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	1.11	
	Upper Bound	1.28	
	5% Trimmed Mean	1.16	
	Median	1.00	
	Variance	.158	
	Std. Deviation	.397	
	Minimum	1	
	Maximum	2	
	Range	1	
	Interquartile Range	0	
Skewness		1.581	.257

	Kurtosis	.512	.508
Disminore	Mean	1.22	.044
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.13	
	Upper Bound	1.30	
	5% Trimmed Mean	1.18	
	Median	1.00	
	Variance	.171	
	Std. Deviation	.414	
	Minimum	1	
	Maximum	2	
	Range	1	
	Interquartile Range	0	
	Skewness	1.405	.257
	Kurtosis	-.027	.508

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Physical Activity Questionnaire Adolescent	.494	88	.000	.482	88	.000
Disminore	.483	88	.000	.507	88	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Correlations

Correlations

		Physical Activity Questionnaire Adolescent	Disminore
Physical Activity Questionnaire Adolescent	Pearson Correlation	1	.723**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	88	88
Disminore	Pearson Correlation	.723**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	88	88

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Physical Activity Questionnaire Adolescent * Disminore	88	100.0%	0	.0%	88	100.0%

Physical Activity Questionnaire Adolescent * Disminore Crosstabulation

			Disminore		Total
			disminore	tidak disminore	
Physical Activity Questionnaire Adolescent	Rendah	Count	66	5	71
		% within Physical Activity Questionnaire Adolescent	93.0%	7.0%	100.0%
		% within Disminore	95.7%	26.3%	80.7%
		% of Total	75.0%	5.7%	80.7%
tinggi			Count	3	14

	% within Physical Activity Questionnaire Adolescent	17.6%	82.4%	100.0%
	% within Disminore	4.3%	73.7%	19.3%
	% of Total	3.4%	15.9%	19.3%
Total	Count	69	19	88
	% within Physical Activity Questionnaire Adolescent	78.4%	21.6%	100.0%
	% within Disminore	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	78.4%	21.6%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	45.952 ^a	1	.000		
Continuity Correction ^b	41.611	1	.000		
Likelihood Ratio	39.800	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	45.429	1	.000		
N of Valid Cases	88				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.67.

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	45.952 ^a	1	.000	.000	.000
Continuity Correction ^b	41.611	1	.000		
Likelihood Ratio	39.800	1	.000		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	45.429	1	.000		
N of Valid Cases	88				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.67.

b. Computed only for a 2x2 table

Directional Measures

			Value
Nominal by Interval	Eta	Physical Activity Questionnaire Adolescent Dependent	.723
		Disminore Dependent	.723

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Physical Activity Questionnaire Adolescent (Rendah / tinggi)	61.600	13.164	288.251
For cohort Disminore = disminore	5.268	1.883	14.739
For cohort Disminore = tidak disminore	.086	.036	.205
N of Valid Cases	88		