

LAMPIRAN

QUESTIONER PENELITIAN

DATA DIRI

Nama Lengkap :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

Status(single/married) :

PERTANYAAN

Berikan tanda silang pada jawaban yang sesuai dengan keadaan anda saat ini :

1. Apakah anda sering merasakan nyeri saat menstruasi?
 - a. Ya
 - b. Tidak

2. Apakah anda memiliki gangguan/keluhan didaerah rahim/didaerah sekitar perut, seperti adanya kista, miom, usus buntu?
 - a. Ya
 - b. Tidak

3. Jika tidak, berapa lama setiap kali anda merasakan nyeri menstruasi ?
 - a. 3 hari
 - b. Lebih dari 1 minggu

4. Apakah setiap kali nyeri, anda meminum obat penghilang rasa sakit ?
 - a. Ya
 - b. Tidak

5. Apakah nyeri yang dirasakan dibagian perut bawah ?
 - a. Ya
 - b. Tidak

6. Apakah nyeri yang dirasakan sampai timbul mual atau muntah?
 - a. Ya
 - b. Tidak

SURAT PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini. Oleh karena itu saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian dengan judul :

Perbedaan Pengaruh Antara Pemberian Jogging Continue Dengan Senam Aquarobik Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Penderita Dishmenorhea

Demikianlah pernyataan ini saya setuju untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, Desember 2010

Peneliti

Sampel Peneliti

(.....)

(.....)

LEMBAR PENGUKURAN NYERI

JOGGING CONTINUE

Berikan tanda silang pada angka yang sesuai dengan nyeri yang anda rasakan pada skala di bawah ini :

Nilai nyeri	Nyeri yang dirasakan	Sebelum intervensi	Intervensi 1	Intervensi 2
0	Nyeri Luar biasa Sedikit (Extremely Weak)			
1	Nyeri Sangat Sedikit (Very Weak)			
2	Nyeri Sedikit (Weak)			
3	Nyeri Sangat ringan (very Mild)			
4	Nyeri Ringan (Mild)			
5	Nyeri Sangat Sedang (Very Moderate)			
6	Nyeri Sedikit Sedang (Slightly Moderate)			
7	Nyeri Sedang (Moderate)			
8	Nyeri Tidak Terlalu Kuat (Barely Strong)			
9	Nyeri Sedikit Berat (Slightly Intense)			
10	Nyeri Kuat (strong)			
11	Nyeri Hebat (Intense)			
12	Nyeri Sangat Kuat (very Strong)			
13	Nyeri sangat Berat (Very intense)			
14	Nyeri Luar Biasa Berat (extremely Intense)			










LEMBAR PENGUKURAN NYERI

SENAM AQUAROBIK

Berikan tanda silang pada angka yang sesuai dengan nyeri yang anda rasakan pada skala di bawah ini :

Nilai nyeri	Nyeri yang dirasakan	Sebelum intervensi	Intervensi 1	Intervensi 2
0	Nyeri Luar biasa Sedikit (Extremely Weak)			
1	Nyeri Sangat Sedikit (Very Weak)			
2	Nyeri Sedikit (Weak)			
3	Nyeri Sangat ringan (very Mild)			
4	Nyeri Ringan (Mild)			
5	Nyeri Sangat Sedang (Very Moderate)			
6	Nyeri Sedikit Sedang (Slightly Moderate)			
7	Nyeri Sedang (Moderate)			
8	Nyeri Tidak Terlalu Kuat (Barely Strong)			
9	Nyeri Sedikit Berat (Slightly Intense)			
10	Nyeri Kuat (strong)			
11	Nyeri Hebat (Intense)			
12	Nyeri Sangat Kuat (very Strong)			
13	Nyeri sangat Berat (Very intense)			
14	Nyeri Luar Biasa Berat (extremely Intense)			

Nama : Deviani
 N.I.M : 2006 65 002
 Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pemberian Latihan Joging continue dan seram Aquarobik terhadap Penurunan nyeri menstruasi
 Pembimbing I : Bapak Syahmirza Indra Lemang, SKM, SST, PT, M OR
 Pembimbing II : Ibu Fudjiwati Ichsani SKM, SST, FF

NO.	HARI / TGL	MATERI KONSULTASI	NAMA PEMBIMBING	PARAF
1.	25/3/2010	Bab I	Ibu Fuji (Pemb. II)	
2.	1/4/2010	Bab I	Ibu Fuji (Pemb. II)	
3.	5/5/2010	II (teori) (bab)	Ibu Fuji (Pemb. II)	
4.	10/6/2010	II (teori) (bab)	Ibu Fuji (Pemb. II)	
5.	14/6/2010	II (teori) (bab)	Ibu Fuji (Pemb. II)	
6.	28/10/2010	Bab III	Ibu Fuji (Pemb. II)	
7.	29/10/2010	I, II, III (bab)	Ibu Fuji (Pemb. II)	
8.	1/11/2010	Revisi sidang proposal	Ibu Fuji (Pemb. II)	
9.	10/2/2011	IV, V, VI	Ibu Fuji (Pemb. II)	

Catatan :

1. Bimbingan skripsi minimal 8 (delapan) kali. Formulir dapat difotokopi sesuai kebutuhan
2. Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian sidang

Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a		Shapiro-Wilk	
	Statistic	df	Statistic	Sig.
Nilai VRS sebelum latihan jogging continue pada kelompok perlakuan 1	.245	10	.820	.025
Nilai VRS sesudah latihan jogging continue pada kelompok perlakuan 1	.307	10	.797	.014
Selisih nilai VRS sebelum dan sesudah latihan jogging continue pada kelompok perlakuan 1	.245	10	.820	.025
Nilai VAS sebelum latihan senam Aquarobik pada kelompok perlakuan 2	.246	10	.874	.111
Nilai VAS sesudah latihan senam Aquarobik pada kelompok perlakuan 2	.433	10	.594	.000
Selisih nilai VRS sebelum dan sesudah senam Aquarobik pada kelompok perlakuan 2	.307	10	.797	.014

a. Lilliefors Significance Correction

Hipotesis 1,2

Paired Samples Test

	Paired Differences							t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		Upper				
				Lower	Upper					
Pair 1 Nilai VRS sebelum latihan joging continue pada kelompok perlakuan 1 - Nilai VRS sesudah latihan joging continue pada kelompok perlakuan 1	2.800	.789	.249	2.236	3.364	11.225	9	.000		
Pair 2 Nilai VAS sebelum latihan senam Aquarobik pada kelompok perlakuan 2 - Nilai VAS sesudah latihan senam Aquarobik pada kelompok perlakuan 2	7.000	1.155	.365	6.174	7.826	19.170	9	.000		

Hipotesis 3

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
VAR00001	3.329	.085	-9,498	18	.000	-4,200	.442	-5,129	-3,271	
			-9,498	15,898	.000	-4,200	.442	-5,138	-3,262	

AQUAROBIK

PEMANASAN

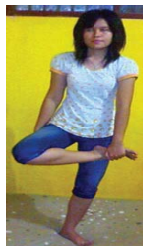
1.



2.



3.



4.



LATIHAN INTI

1.



2.



3.



4.

