



LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang - Jawa Tengah
Email: ngudifwaluyo@unw.ac.id, Telp: Telp. (024) 6925408 & Fax. (024) -6925408

Nomor Induk Mahasiswa : 152211124
Nama Mahasiswa : **Atika Rizki Suryani**
Ketua Program Studi : **Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M.Kes.**
Dosen Pembimbing (1) : **Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.**
Dosen Pembimbing (2) : **Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.**
Judul Ta/Skripsi : **Keefektifitas Hypnotherapi terhadap penurunan nyeri Dismenorea pada remaja**
Abstrak : Dalam istilah medis, nyeri haid disebut dismenorrhea. Dismenorrhea adalah nyeri sewaktu haid yang timbul berupa kram perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki dan biasanya disertai dengan diare, pusing dan kelemahan umum (Dewi, 2012). Dismenorrhea dikelompokkan sebagai dismenorrhea primer timbul sejak haid pertama dan akan pulih dengan jalannya waktu. Nyeri haid ini normal dan tidak membahayakan kesehatan. Dismenorrhea sekunder biasanya baru muncul kemudian, yaitu jika ada penyakit atau kelainan yang menetap seperti infeksi rahim, kista, tumor sekitar kandungan, kelainan kedudukan rahim yang dapat mengganggu organ dan jaringan disekitarnya (Indriyani, 2013).
Tanggal Pengajuan : **14/09/2022 08:53:06**
Tanggal Acc Judul : **14/09/2022 22:50:21**
Tanggal Selesai Proposal : -
Tanggal Selesai TA/Skripsi : -

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen/Mhs
BIMBINGAN PROPOSAL			

**BAB I
PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Menurut WHO (2020) yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa.

Menstruasi atau periode menstruasi merupakan fenomena alami yang biasa terjadi pada seorang wanita. Pada periode ini seseorang mengalami beberapa perubahan pada organ reproduksi, dimulai/ditandai dari menstruasi pertama (menarche) (Deshpande, 2019). Menstruasi merupakan pelepasan dinding endometrium yang disertai dengan pendarahan yang terjadi secara berulang setiap bulannya kecuali pada saat kehamilan (Aulia, 2009).

Lama siklus menstruasi rata-rata adalah 28 hari, namun adanya variasi umum terjadi. Hari pertama pendarahan disebut sebagai hari ke-1 dari siklus menstruasi, atau mens. Durasi rata-rata terjadinya menstruasi adalah 5 hari (berkisar 1 hingga 8 hari), dan kehilangan darah rata-rata sebanyak 50 ml berkisar 20 hingga 80 ml), namun ini semua bervariasi. Usia wanita, status fisik dan emosional, serta lingkungan juga memengaruhi regularitas siklus menstruasinya (Lowdermilk, 2013). Menarche merupakan menstruasi yang pertama kali terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun (Proverawati, 2009).

Menarche adalah haid pertama dari uterus yang merupakan awal dari fungsi menstruasi dan tanda telah terjadinya pubertas pada remaja putri (Pudiasuti, 2012).

Menurut Ratnawati (2013) tanda dan gejala seseorang yang mengalami menstruasi antara lain yaitu : perut terasa mules dan mual, meningkatnya suhu tubuh, pusing, payudara membengkak, gangguan pada kulit, terasa nyeri saat buang air besar, sering mengalami keputihan dan nafsu makan berlebihan.

Angka kejadian nyeri dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika Serikat angka persentase nya sekitar 60%. Klein dan Litt (2018) menemukan Studi epidemiologi pada populasi remaja (berusia 12-17 tahun) di Amerika Serikat angka kejadian (prevalensi) dismenore mencapai 59,7%. Studi ini juga menemukan dismenore menyebabkan 14% remaja sering tidak masuk sekolah dengan tingkat nyeri yang dikeluhkan oleh remaja antara lain 12% berat, 37% sedang, dan 49% ringan. Jika dibandingkan dengan kasus remaja tidak masuk sekolah karena dismenore, di Swedia lebih tinggi yaitu sekitar 72% dibandingkan dengan di Amerika Serikat yang angka kasusnya lebih rendah yaitu sekitar 14 %. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55 % perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita usia produktif (Atika dan Siti, 2009). Menurut data WHO (Word Health Organization) angka kejadian dismenore di Indonesia sebanyak 55% dikalangan usia produktif, dimana 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat dismenore (Fahmi, 2014).

Menurut (Setiawan, 2009:179) tentang Hipnoterapi, dikatakan bahwa Hipnoterapi dipandang sebagai salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku. Hipnoterapi dapat juga dikatakan sebagai salah satu teknik terapi pikiran yang menggunakan hipnotis. Hipnotis dapat diartikan sebagai ilmu memberi sugesti atau perintah kepada pikiran bawah sadar. Orang yang ahli dalam menggunakan hipnotis untuk terapi disebut "hipnoterapist" (hipnoterapis)

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan prnlitian yang berjudul "Keefektifitas Hypnoterapi Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja di Desa Jatijajar"

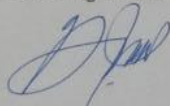
B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini

13	Sabtu,19/11/2022 10:15:08	Saran 1. Cari tindakan yg bisa anda lakukan sendiri tanpa harus dengan bantuan expert contoh yoga atau akupresur untuk mengurangi nyeri dismenorea 2. Buatlah kesimanambungan antar paragraf 3. Susun dr yg umum ke khusus 4. Tujuan khusu di revisi sesuai dengan tujuan dari penelitian	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
14	Minggu,20/11/2022 13:10:20	baik ibu terimakasih	-
15	Rabu,23/11/2022 06:38:09	assalamualaikum, selamat pagi Ibu mohon maaf mengganggu waktunya izin mengumpulkan kembali revisian https://drive.google.com/drive/folders/1a_fgb7zJULY7T2FyVVXnly1Av2eYG9jgm terimakasih bu	Atika Rizki Suryani
16	Senin,28/11/2022 13:27:25	kirim nya link file ya... jangan link folder	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
17	Senin,28/11/2022 14:45:21	baik ibu..	-
18	Senin,28/11/2022 14:49:55	assalamualaikum selamat sore ibu mohon maaf mengganggu waktunya izin mengumpulkakan revisi kembali ibu terimakasih	Atika Rizki Suryani
19	Senin,28/11/2022 16:24:42	lanjut bab 2	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
20	Senin,28/11/2022 22:13:54	baik ibu terimakasih	-
21	Rabu,07/12/2022 12:59:24	assalamualaikum selamat siang ibu izin mengumpulkan revisian bu sebelumnya terimakasih	Atika Rizki Suryani
22	Rabu,07/12/2022 13:16:01	Bab II 1. Bagian dismenorea bagaimana terjadinya patofisiologi 2. Point dismenorea digabung dengan gangguan yang berkaitan pada menstruasi 3. Bagaimana yoga bisa mengatasi dismenorea?? 4. Dijabarkan nyeri yaitu dengan skala nyeri dengan numerik dan face 5. Pada gerakan yoga dijabarkan gerakan sepertiapa bagaimana perhitungannya dan diambil dari penelitian siapa 6. Kerangka teori diperbaiki menurut teori 7. Kerangka konsep diperbaiki 8. Hipotesisnya disesuaikan Bab III 1. Penulisan diperbaiki 2. Pada populasi ditambah bulan haidnya 3. Pada sampelnya dilihat lagi berapa jumlahnya 4. Pada eksklusi ditambah menggunakan metode farma dan non farma 5. Tabel definisi operasional diperbaiki 6. Analisis univariat dan bivariat ditambahkan dengan rumus	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
23	Senin,12/12/2022 11:50:08	Assalamualaikum selamat siang ibu izin mengirimkan revisi skripsi bu sebelumnya terimakasih	Atika Rizki Suryani
24	Senin,12/12/2022 11:54:16	1. Pada variable penelitian point no 5 kata sudah diganti dengan yang menggunakan 2. Analisis univariat dan bivariat dikasih rumus	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.

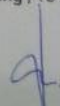
25	Selasa,13/12/2022 13:09:35	Baik bu terimakasih	-
26	Jumat,16/12/2022 13:26:04	Assalamualaikum, selamat siang ibu mohon maaf mengganggu waktunya izin mengumpulkan revisian ibu sebelumnya terimakasih	Atika Rizki Suryani
27	Senin,19/12/2022 11:40:30	lanjut EC	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
28	Jumat,27/01/2023 08:39:37	Assalamualaikum selamat pagi ibu mohon maaf mengganggu waktunya, izin mengumpulkan bab 4 dan 5 bu sebelumnya terimakasih	Atika Rizki Suryani
29	Jumat,27/01/2023 14:46:26	1. Tabel 41. Frekuensi 100? 2. Lihat penulisan tabel 3. Untuk analisa univariate dipisah tabel nya antara yg sebelum dan sesudah Lihat tujuan khusus 4. Lihat contoh2 skripsi di perpus. Tidak copas hasil SPPD yg ditampilkan di bab 4 5. Urutan bab 4 dan 5 disesuaikan tujuan khusus 6. Pembahasan diperdalam tambahkan jurnal2. 7. Keterbatasan lebih aplikatif 8. Saran lebih aplikatif	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
30	Jumat,27/01/2023 16:32:08	Baik bu terimakasih	-
31	Senin,30/01/2023 11:44:52	Assalamualaikum selamat siang ibu mohon maaf mengganggu waktunya, izin mengumpulkan revisi bu sebelumnya terimakasih	Atika Rizki Suryani
32	Senin,30/01/2023 14:29:09	1. Tabel disamakan ukuran ya 2. Tabel ditambahkan kata2 3. Menggunakan mean median syaratnya apa? 4. Dikaitkan dengan umur dan keluhan 5. Univariate 2 sebelum dan sesudah (minimal maksimal dan alasan) 6. Ditambahkan dengan penelitian yang mendukung atau tolak belakang 7. Keterbatasan ditambah kan tertuju pada responden	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
33	Kamis,02/02/2023 09:10:22	assalamualaikum, selamat pagi ibu mohon maaf mengganggu waktunya izin mengumpulkan kembali bab 4 dan 5 ibu sebelumnya terimakasih	Atika Rizki Suryani
34	Jumat,03/02/2023 19:55:11	Lanjut turnitin	Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.

Mengetahui,
Ketua Program Studi



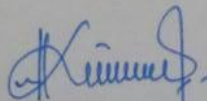
Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M.Kes.
(NIDN: 0627048302)

Semarang, 13 Pebruari 2023



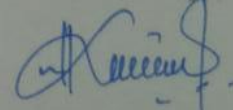
Atika Rizki Suryani
(NIM: 152211124)

Dosen Pembimbing (1)



Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
(NIDN: 0616047901)

Dosen Pembimbing (2)



Kartika Sari, S.Si.T., M.Keb.
(NIDN: 0616047901)