

# LAMPIRAN

## Lampiran I. Lembar Permohonan Menjadi Responden

### **PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sri Rahayu Padminawangi  
Umur : 22 tahun  
Pekerjaan : Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY

Dengan ini mengajukan permohonan dengan hormat kepada Saudari untuk bersedia menjadi responden pada penelitian yang akan saya lakukan, dengan judul “Pengaruh Pemberian *Stretching Abdomen* Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *stretching abdomen* terhadap tingkat nyeri dismenore. Manfaat penelitian tersebut bagi responden adalah untuk meningkatkan pengetahuan responden tentang manfaat dari pengaruh *stretching abdomen* terhadap dismenore. *Stretching abdomen* dapat menurunkan nyeri dismenore dan merupakan tindakan yang aman, dan sampai saat ini belum ditemukan efek sampingnya.

Jika Saudari bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, maka akan diminta untuk mengisi kuesioner tentang tingkat nyeri dismenore yang dirasakan saat menstruasi. *Stretching abdomen* dilakukan pada saat mengalami dismenore, dan bisa dilakukan setiap merasakan nyeri dismenore.

Saudari berhak untuk tidak bersedia ikut dalam penelitian ini. Jika selama penelitian merasa tidak nyaman, maka dapat tidak meneruskan partisipasi dalam penelitian ini. Demikian permohonan ini saya buat, atas kerjasama yang baik saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta

Hormat Saya,

Sri Rahayu Padminawangi

No.

Lampiran II. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**  
*(Informed Consent)*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama (Inisial) :

Umur :

Menyatakan bahwa :

1. Telah mendapatkan penjelasan tentang penelitian “Pengaruh Pemberian Stretching Abdomen Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir”.
2. Telah diberikan kesempatan untuk bertanya dan mendapatkan jawaban terbuka dari peneliti.
3. Memahami prosedur penelitian yang akan dilakukan, tujuan dan manfaat dari penelitian yang dilakukan.

Dengan pertimbangan di atas, dengan ini saya memutuskan tanpa paksaan dari pihak manapun, bahwa **saya bersedia/tidak bersedia\*** berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan seperlunya.

Yogyakarta

Yang membuat pernyataan,

Nama & Tanda Tangan

\*Coret yang tidak perlu

No.

Lampiran III. Lembar Persetujuan Orang Tua/Wali

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

*(Informed Consent)*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama (Inisial) :

Umur :

Orang tua/wali dari :

Setelah mendapatkan penjelasan dan keterangan secara lengkap, maka dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan saya menandatangani dan menyatakan mengizinkan anak saya untuk menjadi responden penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian *Stretching Abdomen* Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir”.

Yogyakarta

Yang membuat pernyataan,

Orang tua/wali

## Lampiran IV. Lembar Informasi Penelitian

### LEMBAR INFORMASI PENELITIAN

Assalamua'alaikumWr.Wb

Saya Sri Rahayu Padminawangi Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Saya akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian *Stretching Abdomen* Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *stretching abdomen* terhadap tingkat nyeri dismenore pada santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir

Saya meminta dengan hormat kepada para responden yaitu para santriwati Pondok Pesantren Al Munawwir untuk bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Jika Anda bersedia ikut serta dalam penelitian ini, maka saya akan menjelaskan mengenai penelitian ini dengan sebaik - baiknya.

#### **a. Kesukarelaan untuk Ikut Penelitian**

Anda bebas memilih keikutsertaan dalam penelitian ini tanpa ada paksaan. Apabila Anda sudah memutuskan untuk ikut, Anda dibebaskan untuk mengundurkan diri atau berubah pikiran setiap saat tanpa dikenai denda atau sanksi apapun.

#### **b. Prosedur Penelitian**

Apabila Anda bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, Anda akan diminta menandatangani lembar persetujuan, selanjutnya Anda akan mengisi kuesioner yang telah disediakan.

#### **c. Kewajiban Subjek Penelitian**

Anda sebagai objek penelitian berkewajiban mengikuti aturan atau petunjuk penelitian seperti yang tertulis di atas. Apabila ada yang belum jelas, Anda bisa bertanya lebih lanjut kepada peneliti.

**d. Kerahasiaan**

Semua informasi yang berkaitan dengan identitas objek penelitian akan dirahasiakan dan hanya akan diketahui oleh peneliti saja. Hasil penelitian akan dipublikasikan tanpa mencantumkan identitas objek penelitian.

**e. Pembiayaan**

Semua pembiayaan yang berhubungan dengan penelitian akan ditanggung oleh peneliti tanpa memberatkan objek penelitian.

**f. Informasi Tambahan**

Anda diberi kesempatan untuk menanyakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan penelitian ini. Apabila Anda membutuhkan penjelasan lebih lanjut, Anda dapat menghubungi saya pada nomor berikut 089663409559 (Sri Rahayu Padminawangi). Terimakasih atas kerjasama Anda dalam penelitian ini.

Salam Hormat

Peneliti

Sri Rahayu Padminawangi



**Gambar Numeric pain Rating Scale (NRS)  
Kuesioner Intensitas Nyeri Dismenore**

**A. Data Demografi**

Nama (Inisial) :

Tempat, tanggal lahir :

Usia :

Alamat :

No. HP/ WA :

**B. Intensitas Nyeri Dismenore**

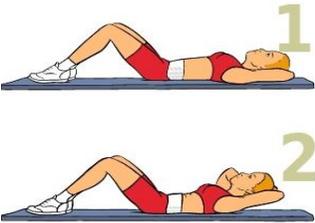
Petunjuk Pengisian :

Kuesioner ini berguna untuk mengukur intensitas nyeri dismenore anda **sesudah diberikan perlakuan Stretching Abdomen**. Lakukanlah stretching abdomen dengan rutin untuk mengurangi nyeri dismenore.

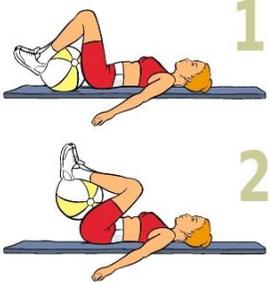
### Teknik Melakukan Stretching Abdomen

Teknik Melakukan Stretching Abdomen					
No	Gerakan	Cara	Gambar	Tindakan	
				Dilakukan	Tidak
1	<b>Cat Stretch</b>	<p>Posisi awal : posisikan tangan dan lutut menyentuh lantai sejajarkan tangan dengan bahu, lutut berada di bawah pinggul, rilekskan kaki, serta arahkan pandangan ke lantai.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Lengkungkan punggung, arahkan perut senyaman mungkin ke arah lantai, dagu ditegakkan, serta mata melihat ke arah lantai. Tahan posisi tersebut selama 10 detik sembari menghitung dengan suara.</li> <li>8. Gerakan punggung ke arah atas dengan kepala tertunduk. Tahan posisi selama 10 detik sembari menghitung dengan suara</li> <li>q) Posisi duduk di atas tumit kaki, rentangkan lengan ke arah depan sejauh mungkin. Tahan posisi selama 20 detik sembari menghitung dengan suara.</li> </ol> <p>Lakukan gerakan sebanyak 3 kali</p>			
2	<b>Lower Trunk Rotation</b>	<p>Posisi awal : berbaring dengan posisi terlentang, lutut ditekuk, dan lengan dibentangkan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Putar lutut ke arah kanan hingga berjarak sedekat mungkin dengan lantai secara perlahan. Tahan selama 20 detik sembari menghitung dengan suara</li> <li>2. Putar lutut ke arah kiri hingga berjarak sedekat mungkin dengan lantai secara perlahan. Tahan selama 20 detik sembari menghitung dengan suara. Usahakan bahu tetap di lantai.</li> <li>3. Kembali ke posisi awal</li> <li>4. Lakukan gerakan sebanyak 3 kali</li> </ol>			

### Teknik Melakukan Stretching Abdomen

Teknik Melakukan Stretching Abdomen					
No	Gerakan	Cara	Gambar	Tindakan	
				Dilakukan	Tidak
3	<b><i>Buttock / Hip Stretch</i></b>	Posisi awal : berbaring dengan posisi terlentang, lutut ditekuk 1. Posisikan pergelangan kaki kanan pada paha kiri di atas lutut 2. Dengan nyaman, pegang bagian belakang paha lalu tarik ke arah dada. Tahan posisi selama 20 detik sembari hitung dengan suara. Lalu kembali ke posisi awal 3. Lakukan gerakan sebanyak 3 kali			
4	<b><i>Abdominal Strengthening : Curl Up</i></b>	Posisi awal : berbaring dengan posisi terlentang, lutut ditekuk, pertahankan kaki tetap menyentuh lantai, simpan tangan di belakang kepala 1. Kencangkan otot perut dan bokong dengan posisi punggung sejajar dengan lantai 2. Lengkungkan tubuh bagian atas ke arah lutut. Tahan posisi selama 20 detik sembari hitung dengan suara 3. Lakukan gerakan sebanyak 3 kali.			

### Teknik Melakukan Stretching Abdomen

Teknik Melakukan Stretching Abdomen					
No	Gerakan	Cara	Gambar	Tindakan	
				Dilakukan	Tidak
5	<b>Lower Abdominal Strengthening</b>	<p>Posisi awal : berbaring dengan posisi terlentang, lutut ditekuk, lengan dibentangkan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Letakan bola di antara tumit dan bokong, kencangkan otot perut dan bokong dengan posisi punggung sejajar dengan lantai</li> <li>2. Dengan gerakan perlahan, tarik lutut ke arah dada sambil menarik tumit dan bola, punggung akan dilengkungkan, dan kencangkan otot bokong</li> <li>3. Lakukan gerakan sebanyak 15 kali</li> </ol>			
6	<b>“The Bridge” Position</b>	<p><i>(Jangan lakukan gerakan ini jika sedang mengalami sakit di area leher)</i></p> <p>Posisi awal : berbaring dengan posisi terlentang, lutut ditekuk, posisikan kaki dan siku menyentuh lantai, lengan dibentangkan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kencangkan otot perut dan bokong dengan posisi punggung sejajar dengan lantai</li> <li>2. Angkat punggung bawah dan pinggul agar membentuk garis lurus dari dada ke lutut. Tahan posisi selama 20 detik sembari hitung dengan suara. Kemudian dengan perlahan kembali ke posisi semula</li> <li>3. Lakukan gerakan sebanyak 3 kali</li> </ol>			

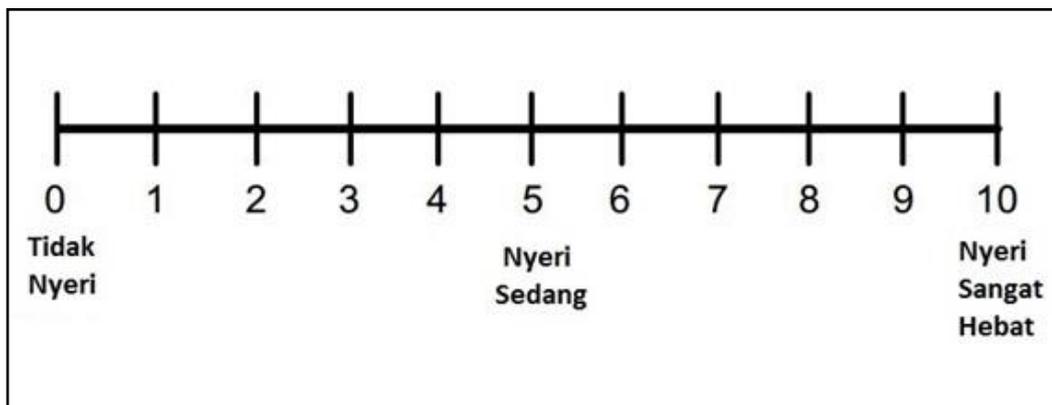
Setelah melakukan tindakan stretching abdomen, pilihlah dengan memberi tanda X pada garis antara 0 – 10 yang menunjukkan tingkan nyeri dismenore anda setelah dilakukannya tindakan. Bacalah keterangan arti skala 0 – 10 seperti yang dijelaskan dibawah.

0 : Tidak terdapat keluhan nyeri dismenore

1 – 3 : Nyeri ringan, aktivitas sehari – hari tidak terganggu

4 – 6 : Nyeri sedang, memerlukan obat untuk mengurangi rasa sakit dan sedikit mengganggu aktivitas sehari - hari

7 – 10 : Nyeri berat, memerlukan obat atau istirahat untuk mengurangi rasa sakit dan mengganggu aktivitas sehari – hari



**Gambar Numeric pain Rating Scale (NRS)**

## Kuesioner Karakteristik Nyeri Dismenore Berdasarkan Waktu

### A. Data Demografi

Nama (Inisial) :

Tempat, tanggal lahir :

Usia :

Alamat :

No. HP/WA :

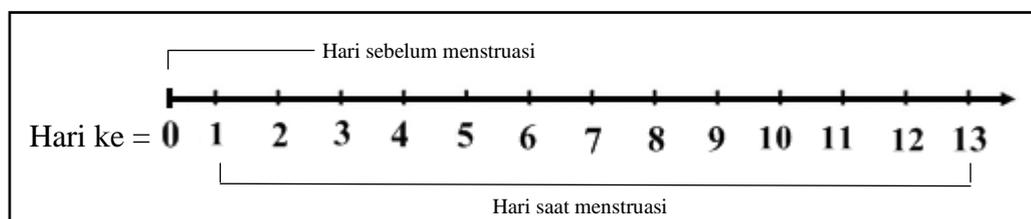
### B. Karakteristik Nyeri Dismenore berdasarkan Waktu

Petunjuk pengisian :

Kuesioner ini berguna untuk mengetahui kapan nyeri dismenore dimulai hingga nyeri dismenore berakhir.

Petunjuk pengisian :

- Lingkari angka 0 jika mengalami dismenore kapanpun sebelum menstruasi
- Lingkari angka 1 jika mengalami dismenore pada saat hari pertama menstruasi
- Lingkari angka selanjutnya jika pada hari berikutnya masih mengalami dismenore, namun jangan beri tanda pada angka jika tidak mengalami dismenore
- Beri tanda "X" pada angka jika dismenore sudah tidak dirasakan lagi



## Lampiran V. Surat Survei Penelitian



Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Status: Terakreditasi A

SK BAN-PT

No: 851/SK/BAN-PT/IAK-SURV/PN/III/2015

Nomor : 286/ B.3-III / PSIK / XI / 2018

H a l : Survey Penelitian

Lamp. : -0-

Kepada Yth. : Bapak/Ibu

Pondok Pesantren Al - Munawwir

**di tempat**

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Pimpinan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, memohon ijin :

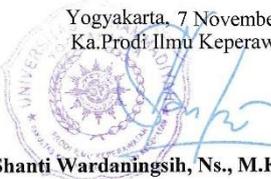
N a m a : Sri Rahayu Padminawangi  
Nomor Mahasiswa. : 20150320014  
Pembimbing : Dewi Puspita,S. Kp., M. Sc  
NIK : 19771104200501 2001  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk mengadakan Survey Pendahuluan pada Instansi yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka persiapan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ( KTI ) sebagai akhir studi Sarjana Keperawatan ( S1 ). *"Pengaruh Pemberian Stretching Abdomen Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir"*

Demikian, atas perkenan dan kerjasama yang diberikan diucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 7 November 2018  
Ka.Prodi Ilmu Keperawatan

  
Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep., Sp.Jiwa.,Ph.D

Kampus:

Jl. Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183  
Telp. (0274) 387656 ext. 215 Fax. FKIK (0274) 387658, Fax. Universitas (0274) 387646

*Muda mendunia*

## Lampiran VI. Surat Permohonan Pengajuan Etik



Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Status: Terakreditasi A

SK BAN-PT

No: 851/SK/BAN-PT/AK-SURV/PN/III/2015

Nomor : 096/ C.6-III/PSIK /XI /2018  
Hal : **Permohonan Pengajuan *Ethical Clearance***  
Lamp. : -0-

Kepada Yth. :  
Ketua KEPK FKIK  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

di-

**YOGYAKARTA.**

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Bersama ini kami sampaikan dengan hormat, bahwa untuk memperoleh derajat sarjana Keperawatan, mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diberi tugas Penulisan Karya Tulis Ilmiah ( KTI ). Untuk itu diperlukan penelitian di lapangan guna mendapatkan kebenaran dalam penulisan.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mengajukan permohonan pembuatan surat *ethical clearance* adapun data mahasiswa sebagai berikut :

**Nama** : Sri Rahayu Padminawangi  
**NIM** : 20150320014  
**Pembimbing** : Dewi Puspita,S. Kp., M. Sc

**Judul KTI** : "*Pengaruh Pemberian Stretching Abdomen Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al-Munawwir*".

Demikian surat permohonan ijin ini kami ajukan, atas terkabulnya serta kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, 24 November 2018  
Ka.Prodi Ilmu Keperawatan



Shanti Wardaningsih, M.Kep.,Sp.Jiwa., Ph.D



Kampus:

Jl. Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183  
Telp: (0274) 387655 ext. 215, Fax FKIK (0274) 387658, Fax Universitas (0274) 387646

*Muda mendunia*

## Lampiran VII. Surat Keterangan Lolos Etik



**UMY** UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
YOGYAKARTA  
Unggul & Islami

FAKULTAS  
KEDOKTERAN DAN  
ILMU KESEHATAN

Nomor : 015/EP-FKIK-UMY/I/2019

### **KETERANGAN LOLOS UJI ETIK** **ETHICAL APPROVAL**

Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan responden/subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul :

*The Ethics Committee of the Faculty of Medicine and Health Sciences, University of Muhammadiyah Yogyakarta, with regards of the protection of human rights and welfare in research, has carefully reviewed the research protocol entitled :*

#### **“Pengaruh Pemberian *Stretching* Abdomen terhadap Tingkat Nyeri Dismenore pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir”**

**Peneliti Utama** : Dewi Puspita  
**Principal Investigator** : Sri Rahayu Padminawangi

**Nama Institusi** : Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY  
**Name of the Institution**

**Negara** : Indonesia  
**Country**

Dan telah menyetujui protokol tersebut diatas.  
*And approved the above-mentioned protocol.*

Yogyakarta, 09 Januari 2019  
Ketua  
*Chairperson*  
  
Dr. dr. Titiek Hidayati, M.Kes.,  
Sp.DLP., FISPH., FISCM.

**\*Peneliti Berkewajiban :**

1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
2. Memberitahukan status penelitian apabila :
  - a. Setelah masa berlakunya keterangan lolos uji etik (1 tahun sejak tanggal terbit), penelitian masih belum selesai, dalam hal ini *ethical clearance* harus diperpanjang
  - b. Penelitian berhenti di tengah jalan
3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan (*serious adverse events*).
4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada responden/subyek sebelum penelitian lolos uji etik.

**ADDRESS**

Kampus Terpadu UMY Gd. Siti Walidah LT.3  
Jl. Brawijaya (Lingkar Selatan)  
Tamantirto • Kasihan • Bantul  
D.I.Yogyakarta 55183

**CONTACT**

Phone : (0274) 387656 ext. 213  
Fax : (0274) 387658  
Email : [fkik@umy.ac.id](mailto:fkik@umy.ac.id)  
[www.fkik.umy.ac.id](http://www.fkik.umy.ac.id)

Lampiran VIII. Surat Pernyataan Kesediaan

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI REVIEWER  
KUESIONER**

Assalamualaikum wr.wb

Sehubung dengan surat permohonan sebagai pakar uji validitas instrument penelitian yang diajukan oleh :

Nama : Sri Rahayu Padminawangi  
NIM : 20150320014  
Judul KTI : Pengaruh Pemberian Stretching Abdomen Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir  
Prodi/Fakultas : Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta  
Dosen Pembimbing : Dewi Puspita, S.Kp., M.Sc  
NIK : 197711042005012001

Maka dengan ini saya :

Nama :  
NIK :  
Jabatan :  
Kepakaran :

Menyatakan bersedia sebagai pakar penguji instrument penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian *Stretching Abdomen* Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir”. Untuk itu secara sukarela saya menyatakan bersedia menjadi reviewer pada penelitian tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa paksaan dan penuh kesadaran.

Wassalamualaikum wr.wb

Yogyakarta, .....2019

Pakar penguji instrumen

(.....)

## Lampiran IX. Surat Izin Uji Validitas



Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Status: Terakreditasi A  
SK BAN-PT  
No: 851/SK/BAN-PT/AK-SURV/IPN/VIII/2015

Nomor : 136/ C.6-III/PSIK / I / 2019  
Hal : Uji Validitas  
Lamp. : -0-

Kepada Yth. : Bapak/Ibu  
Kepala Pondok Pesantren Nurani Insani  
**di tempat**

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Pimpinan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, memohon ijin :

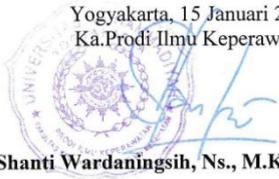
Nama : Sri Rahayu Padminawangi  
Nomor Mahasiswa. : 20150320014  
Pembimbing : Dewi Puspita, S. Kp., M. Sc  
NIK : 19771104200501 2001  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk mengadakan Uji Validitas pada Instansi yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka persiapan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ( KTI ) sebagai akhir studi Sarjana Keperawatan ( S1 ). "*Pengaruh Pemberian Stretching Abdomen Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al- Munawwir .*"

Demikian, atas perkenan dan kerjasama yang diberikan diucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 15 Januari 2019  
Ka.Prodi Ilmu Keperawatan

  
Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep., Sp.Jiwa., Ph.D



Kampus:

Jl. Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183  
Telp. (0274) 387656 ext. 215 Fax. FKIK (0274) 387658, Fax. Universitas (0274) 387646

*Muda mendunia*

## Lampiran X. Surat Permohonan Izin Penelitian



Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Status: Terakreditasi A  
SK BAN-PT  
No: 851/SK/BAN-PT/IAK-SURV/PN/VIII/2015

Nomor: 262/ C.6-III/PSIK / II/2019  
Hal : **Permohonan Ijin Penelitian**  
Lamp. : -0-

Kepada Yth. : Bapak/Ibu  
Kepala Pondok Pesantren Al Munawwir  
Di tempat

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Bersama ini kami sampaikan dengan hormat, bahwa untuk memperoleh derajat sarjana Keperawatan, mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diberi tugas Penulisan Karya Tulis Ilmiah ( KTI ). Untuk itu diperlukan penelitian di lapangan guna mendapatkan kebenaran dalam penulisan.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini dapat diijinkan untuk mencari data dan informasi sebagai penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Nama : Sri Rahayu Padminawangi  
NIM : 20150320014  
Pembimbing : Dewi Puspita,S. Kp., M. Sc

KTI : *“Pengaruh Pemberian Streching Abdomen Terhadap Tingkat Nyeri Disminore Pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir ”*

Demikian surat permohonan ijin ini kami ajukan, atas terkabulnya serta kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.*



Yogyakarta, 1 Februari 2019  
Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

**Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep.,Sp.Kep.Jiwa.,Ph.D**



Kampus:

Jl. Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183  
Telp: (0274) 387656 ext 215 Fax FKIK (0274) 387658 Fax Universitas (0274) 387646

*Muda mendunia*

Lampiran XI. Hasil Olah Data

**Distribusi Usia**

**Usia\_INT**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 17	2	8,3	8,3	8,3
18	2	8,3	8,3	16,7
19	3	12,5	12,5	29,2
20	6	25,0	25,0	54,2
21	6	25,0	25,0	79,2
22	4	16,7	16,7	95,8
23	1	4,2	4,2	100,0
Total	24	100,0	100,0	

**Usia\_KK**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 17	2	8,3	8,3	8,3
18	4	16,7	16,7	25,0
19	4	16,7	16,7	41,7
20	5	20,8	20,8	62,5
21	5	20,8	20,8	83,3
22	2	8,3	8,3	91,7
23	2	8,3	8,3	100,0
Total	24	100,0	100,0	

**Karakteristik Tingkat Nyeri Dismenore pada Kelompok Intervensi**

**Pre Test**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Ringan	4	16,7	16,7	16,7
Sedang	13	54,2	54,2	70,8
Berat	7	29,2	29,2	100,0
Total	24	100,0	100,0	

**Post Test**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Normal	2	8,3	8,3	8,3
Ringan	13	54,2	54,2	62,5
Sedang	9	37,5	37,5	100,0
Total	24	100,0	100,0	

## Karakteristik Tingkat Nyeri Dismenore pada Kelompok Kontrol

### Pre Test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	12	50,0	50,0	50,0
	Sedang	7	29,2	29,2	79,2
	Berat	5	20,8	20,8	100,0
	Total	24	100,0	100,0	

### Post Test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	7	29,2	29,2	29,2
	Sedang	15	62,5	62,5	91,7
	Berat	2	8,3	8,3	100,0
	Total	24	100,0	100,0	

## Gambaran Tingkat Nyeri Dismenore pada Responden di Pondok Pesantren

### Al Munawwir

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Median	Mean	Std. Deviation
Pre_INT	24	1	9	6	5,42	1,932
Post_INT	24	0	6	3	2,83	1,579
Pre_KK	24	1	9	3,5	4,17	2,426
Post_KK	24	2	9	4,5	4,58	1,742
Valid N (listwise)	24					

## Uji Normalitas

### a. Uji Normalitas Kelompok Intervensi

#### Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov(a)			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	Kelompok Intervensi	,206	24	,010	,932	24	,110
	Kelompok Intervensi	,145	24	,200(*)	,958	24	,405

### b. Uji Normalitas Kelompok Kontrol

#### Tests of Normality

Group		Kolmogorov-Smirnov(a)			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Posttest	Kelompok Kontrol	,185	24	,033	,931	24	,105
	Kelompok Kontrol	,131	24	,200(*)	,940	24	,163

## Independent T Test pada Pre Test Kelompok Kontrol dan Intervensi

### Group Statistics

Kelompok		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	Kelompok Kontrol	24	4,17	2,426	,495
	Kelompok Intervensi	24	5,42	1,932	,394

### Independent Samples Test

		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	Lower	Upper	Lower	Upper	Lower	Upper	Lower
Pretest	Equal variances assumed	3,440	,070	-1,975	46	,054	-1,250	,633	-2,524	,024
	Equal variances not assumed			-1,975	43,806	,055	-1,250	,633	-2,526	,026

**Paired Sample T Test Pada Kelompok Kontrol**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PreTest_KK & PostTest_KK	24	,850	,000

**Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest_KK - PostTest_KK	-,417	1,316	,269	-,972	,139	-1,551	23	,135

### Paired Sample T Test Pada Kelompok Intervensi

#### Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PreTest_KK & PostTest_KK	24	,850	,000

#### Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest_KK - PostTest_KK	-,417	1,316	,269	-,972	,139	-1,551	23	,135

### Independent T Test pada Post Test Kelompok Kontrol dan Intervensi

#### Group Statistics

Group		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Posttest	Kelompok Kontrol	24	4,58	1,742	,356
	Kelompok Intervensi	24	2,83	1,579	,322

#### Independent Samples Test

		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
Posttest	Equal variances assumed	,267	,608	3,646	46	,001	1,750	,480	,784	2,716
	Equal variances not assumed			3,646	45,560	,001	1,750	,480	,784	2,716