

**PENGARUH DISTRAKSI INTELEKTUAL TERHADAP PENURUNAN
INTENSITAS DISMINORE PADA SISWI KELAS VII DI SMPN 1
BLULUK, KECAMATAN BLULUK, KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI



SUPRAPTO
NIM : 13.02.01.1320

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN**

2017

**PENGARUH DISTRAKSI INTELEKTUAL TERHADAP PENURUNAN
INTENSITAS DISMINORE PADA SISWI KELAS VII DI SMPN 1
BLULUK, KECAMATAN BLULUK, KABUPATEN LAMONGAN**

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Persyaratan Mendapatkan gelar S1
Keperawatan**

**SUPRAPTO
NIM : 13.02.01.1320**

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN**

2017

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

NAMA : SUPRAPTO
NIM : 13.02.01.1320
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 30 APRIL 1995
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “*Pengaruh Distraksi Intelektual Terhadap Penurunan Intensitas Disminore Pada Siswi Kelas VII Di SMPN 1 Bluluk Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan*” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, Mei 2017
yang menyatakan

SUPRAPTO
NIM. 13.02.01.1320

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : SUPRAPTO
NIM : 13.02.01.1320
Judu : PENGARUH DISTRAKSI INTELEKTUAL TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS DISMINORE PADA SISWI
KELAS VII DI SMPN 1 BLULUK, KECAMATAN
BLULUK, KABUPATEN LAMONGAN

Telah disetujui dan diujikan di hadapan Dewan Sidang Skripsi pada
tanggal: 19 Mei 2017.

Mengetahui

Pembimbing I



Ns. Diah Eko Martini, M.Kep.
NIK. 1980 03 07 2009 044

Pembimbing II



Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes.
NIK. 1977 10 15 2005 011

LEMBAR PENGESAHAN


Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi
Di Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Muhammadiyah Lamongan.

Tanggal : 19 Mei 2017

PANITIA PENGUJI

Tanda tangan

Ketua : Virgianti Nur Faridah, S.Kep., Ns., M.Kep. 

Anggota : 1. Diah Eko Martini, S.Kep., Ns., M.Kep. 

2. Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes. 

Mengetahui,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)
Muhammadiyah Lamongan



Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M.Kes
NIK. 1954 08 2005 10 1 001

CURICULUM VITAE

Nama : SUPRAPTO

Tempat tanggal lahir : Lamongan, 30 April 1995

Alamat : Dsn. Tempuran Ds. Cangkring Kec. Bluluk Kab.
Lamongan

Riwayat Pendidikan :

1. TK MARDI RAHAYU Lulus Tahun 2001
2. SDN 1 CANGKRING BLULUK LAMONGAN Lulus Tahun 2007
3. SMPN 1 BLULUK LAMONGAN Lulus Tahun 2010
4. SMK AHMADYANI SUKORAME Lulus Tahun 2013
5. Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan Tahun 2013 s/d sekarang.

HALAMAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Bersyukurlah, karena hidup begitu penting untuk dijalani. tak terlepas, apakah itu penting untuk diri anda sendiri, keluarga anda, teman dekat anda, sahabat-sahabat anda atau orang yang anda sayang, atau siapapun :

hidup itu penting untuk dijalani

Kemudian, janganlah anda lelah untuk bersyukur. Apapun yang terjadi dalam kehidupan anda saat ini, semuanya harus disyukuri. Tetaplah berusaha untuk bersyukur sekalipun ada hal-hal yang tidak sesuai dengan harapan.

PERSEMBAHAN

Puji syukur alhamdulillah kepada Allah SWT atas segalanya, skripsi ini saya persembahkan untuk ayah dan ibu yang tercinta dan saya banggakan. Terimakasih atas segala pengorbanan, cinta, kasih dan sayang yang telah Engkau berikan kepada saya. Dan buat Semua Sahabatku di IMM Stikes Muhammadiyah Lamongan yang sudah mengiklaskan diri untuk menghidupi IMM dengan semboyan *Fastabiqul khairat*

ABSTRAK

Suprpto. 2017. **Pengaruh Teknik Distraksi Intelektual Terhadap Penurunan Intensitas Disminore Pada Siswi Kelas VII Di SMPN 1 Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.** Skripsi Program S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) Diah Eko Martini S.Kep.,Ns, M.Kes (2) Faizatul Ummah S.SiT., M.Kes.

Disminore pada remaja dapat ditangani dengan pengobatan secara farmakologi dan non farmakologi untuk menghindari hal yang lebih berat yang mengganggu aktivitas siswi saat belajar. Terapi non farmakologi yang banyak digunakan adalah dengan mengalihkan perhatiannya (distraksi) untuk mengurangi intensitas disminore. Berdasarkan survei pendahuluan 40% Siswi Kelas VII B di SMPN 1 Bluluk Lamongan mengalami disminore. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik distraksi intelektual terhadap penurunan intensitas disminore.

Desain penelitian menggunakan *true eksperimental (two groups pretest-posttest desing)*. Sample berjumlah 30 siswi terbagi dua kelompok secara random. Data diambil menggunakan skala nyeri VAS. Setelah tabulasi data dianalisa menggunakan *uji t independent*. Intensitas disminore (posttest) pada kelompok kontrol mengalami peningkatan 0,8 point sedangkan pada kelompok intervensi mengalami penurunan sebesar 0,53 ponit. rerata intensitas disminore (post) pada kelompok control lebih tinggi di bandingkan kelompok perlakuan. Nilai uji t = 6,811, ($p < 0,01$) sehingga H1 diterima artinya terdapat pengaruh distraksi intelektual terhadap penurunan intensitas disminore.

Melihat hasil penelitian ini disarankan agar tenaga kesehatan memberikan edukasi terhadap penanganan disminore pada remaja atau dengan teknik distraksi.

Kata Kunci : Distraksi intelektual, Disminore

ABSTRACT

Suprpto. 2017. The Effect of Intellectual Distraction Technique on Decreasing Intensity of Disminore In Grade VII Students In SMPN 1 Bluluk Bluluk Sub-District, Lamongan District. Thesis S1 Program of Nursing, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Supervisor (1) Diah Eko Martini S. Kep, Ns, M.Kes (2) Faizatul Ummah S.SiT.,M.Kes.

Dysminorrhea in adolescents can be treated with pharmacological and nonpharmacologic treatments to avoid the more severe things that enthusiastic student activity while studying. Non-pharmacological therapy is widely used is to divert attention (distraksi) to reduce the intensity of disminore. Based on preliminary survey 40% of VII B students of SMPN 1 Bluluk Lamongan have disminore. The purpose of this study to determine the effect of intellectual distraction techniques on the decrease in intentitas disminore.

The research design uses true experimental (two groups pretest-posttest desing). Sample amounted to 30 female students divided into two groups random. Data taken using the scale of pain VAS. After tabulation the data were analyzed using independent t test. The dysminore (posttest) intensity in the control group experienced an increase of 0.8 points while in the intervention group decreased by 0.53 pounds. The mean intensity of disminore (post) in the control group was higher than the treatment group. The test value $t = 6.811$, ($p < 0.01$) so that H1 is accepted means that there is an effect of intellectual distraction on the decrease of the intensity of dismnoe.

Seeing the results of this study suggested that health workers provide education to penajanan disminore in adolescents or with distraction techniques.

Keywords: Intellectual distraction, Disminore

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Distraksi Intelektual Terhadap Penurunan Intensitas Disminore Pada Siswi Kelas VII Di SMPN 1 BLULUK, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan” sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan , penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu:

1. Drs. H. Budi Utomo., Amd., Kep., M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris., S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Kaprodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan
3. Diah Eko M., S.Kep.,Ns, M.Kep, selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selam penyusunan proposal skripsi ini.
4. Faizatul Ummah,S.Sit.,M.Kes, selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selam penyusunan proposal skripsi ini.

5. Kepala sekolah SMPN 1 BLULUK yang telah memberikan ijin dan fasilitas untuk melakukan penelitian.
6. Seluruh responden yang telah membantu dalam penyusunan proposal skripsi ini.
7. Teman-teman mahasiswa jurusan S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan Angkatan 2013.
8. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari proposal skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Mei 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
CURICULUM VITAE	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Dasar Disminore	2
2.2 Konsep Dasar Nyeri	21
2.3 Konsep Distraksi	37
2.4 Kerangka Konsep	41
2.5 Hipotesis.....	44
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	45
3.2 Waktu dan Lokasi Penelitian	46
3.3 Kerangka Kerja Penelitian	46
3.4 Populasi Sample dan Sampling.....	48

3.5	Identifikasi Variabel Penelitian	49
3.6	Definisi Operasional Variabel	50
3.7	Pengumpulan Data dan Analisa Data	52
3.8	Etika Penelitian	57

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Dampak Atau Respon Tubuh Terhadap Nyeri	21
Tabel 2.2 Skala Pengukuran Nyeri.....	22
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian Pengaruh Distraksi Intelektual Terhadap Penurunan Intensitas Disminore Pada Siswi Kelas VII Di SMPN 1 Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan	34
Tabel 4.1 Distribusi siswi kelas VII berdasarkan umur di SMPN I Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan, April 2017	
Gambar 4.2 Diagram Intensitas Disminore Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Control Yang Tidak Diberikan Teknik <i>Distraksi Intelektual</i> Pada Siswi Kelas VII di SMPN I Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan, April 2017	34
Gambar 4.3 Diagram Intensitas Disminore Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan Yang Diberikan Teknik <i>Distraksi Intelektual</i> Pada Siswi Kelas VII di SMPN I Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan, April 2017	34
Gambar 4.4 perbedaan rerata Intensitas Disminore sebelum dan Sesudah diberikan Teknik <i>Distraksi Intelektual</i> Pada Siswi Kelas VII di SMPN I Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan, April 2017	34
Tabel 4.5: Distribusi responden berdasarkan tingkat intensitas disminore kelompok control dan kelompok perlakuan di SMPN I Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan, April 2017	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Distraksi Intelektual Terhadap Penurunan Intensitas Disminore Pada Sisiwi Kelas VII Di SMPN 1 Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan.....	26
Gambar 3.1 Rancangan Desain Penelitian <i>two Group Pretest-Posttest Design</i>	28
Gambar 3.2 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi Distraksi Intelektual Terhadap Penurunan Intensitas Disminore Pada Sisiwi Kelas VII Di SMPN 1 Bluluk, Kecamatan Bluluk, Kabupaten Lamongan.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Proposal
- Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Melakukan Survei Awal dari Ketua STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 3 Surat Permohonan Ijin Melakukan Penelitian dari Ketua STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 4 surat Pemohonan Ijin Melakukan Penelitian Dari KESBANGPOL Lamongan
- Lampiran 5 surat Pemohonan Ijin Melakukan Penelitian Dari Kecamatan Bluluk Lamongan
- Lampiran 6 Surat Balasan Ijin Penelitian Dari Kepala Sekolah SMPN 1 Bluluk
- Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Lembar Observasi
- Lampiran 10 Lembar Tabulasi
- Lampiran 11 Hasil SPSS
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi

DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

SINGKATAN

PRP : Penyakit Radang Pangul

AKDR : AKDR

SSO : Sistem Syaraf Otonom

SST : Spniothalmic

IASP : Internasional Association for Study of Pain

NSAID : Nonsteroid Anti Inflamai Drug

SSPS : Statistifical Produk and Service Solution

DAFTAR SIMBOL

% : Persen

= : Sama dengan

< : Kurang dari

> : Lebih dari

- : Sampai

P : Proporsi

H1 : Terdapat hubungan yang signifikan

Z : Hasil uji wicoxson

T : Jumlah ringking dari nilai selisih yang negatif atau positif

N : Jumlah datas

X1 : Tingkat yang dilakukan perlakuan

O : Tingkat dengan pemberian terapi

X2 : Tingkat perlakuan

