

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan hikmat yang telah diberikan-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Tugas Akhir yang berjudul **“PENGARUH AKTIVITAS FISIK DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP PREVALENSI DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN ANGKATAN 2018”** ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pelita Harapan, Tangerang.

Tentunya dalam penyusunan Tugas Akhir ini ada hambatan yang penulis hadapi. Selain itu, penulis juga menyadari bahwa Tugas Akhir ini tidak akan selesai dengan baik tanpa adanya bantuan dari pihak-pihak yang memberikan doa, dukungan, serta bimbingan kepada penulis. Maka dari itu, penulis hendak berterima kasih kepada:

1. Kedua orang tua dan saudara yang telah memberikan dukungan serta doa kepada saya
2. Prof. Dr. Dr. dr. Eka J. Wahjoepramono, Sp.BS, Ph.D selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
3. Dr. dr. Allen Widysanto, Sp.P, CTTS, FAPSR selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
4. dr. Jephtah Furano Lumban Tobing, Sp.OT Selaku dosen pembimbing utama Tugas Akhir yang telah memberikan banyak saran, masukan, dan waktunya kepada penulis
5. dr. Tirta Darmawan Susanto, M.Kes selaku pembimbing statistic yang telah memberikan sarannya kepada penulis
6. Seluruh dosen, staf pengajar, serta staf karyawan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

7. Teman-teman dekat penulis, Joshua Jason, Cindy Clarissa, Nivia Permatasari, Shania Lokito, Klarasita Wibowo, dan Greg Faldo yang telah memberikan dukungan moril dan saran kepada penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir
8. Seluruh jajaran *Executive Board* AMSA-Indonesia 2020/2021 yang telah memberikan dukungan moril kepada penulis
9. Seluruh responden yang telah menyempatkan waktunya dan bersedia menjadi responden penelitian
10. Semua pihak lain yang berkontribusi dan tidak dapat disebutkan satu-persatu

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penulisan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi seluruh pihak yang membaca.

Tangerang, 27 April 2021

Yang membuat pernyataan



Naomi Rachel Ivania

DAFTAR ISI

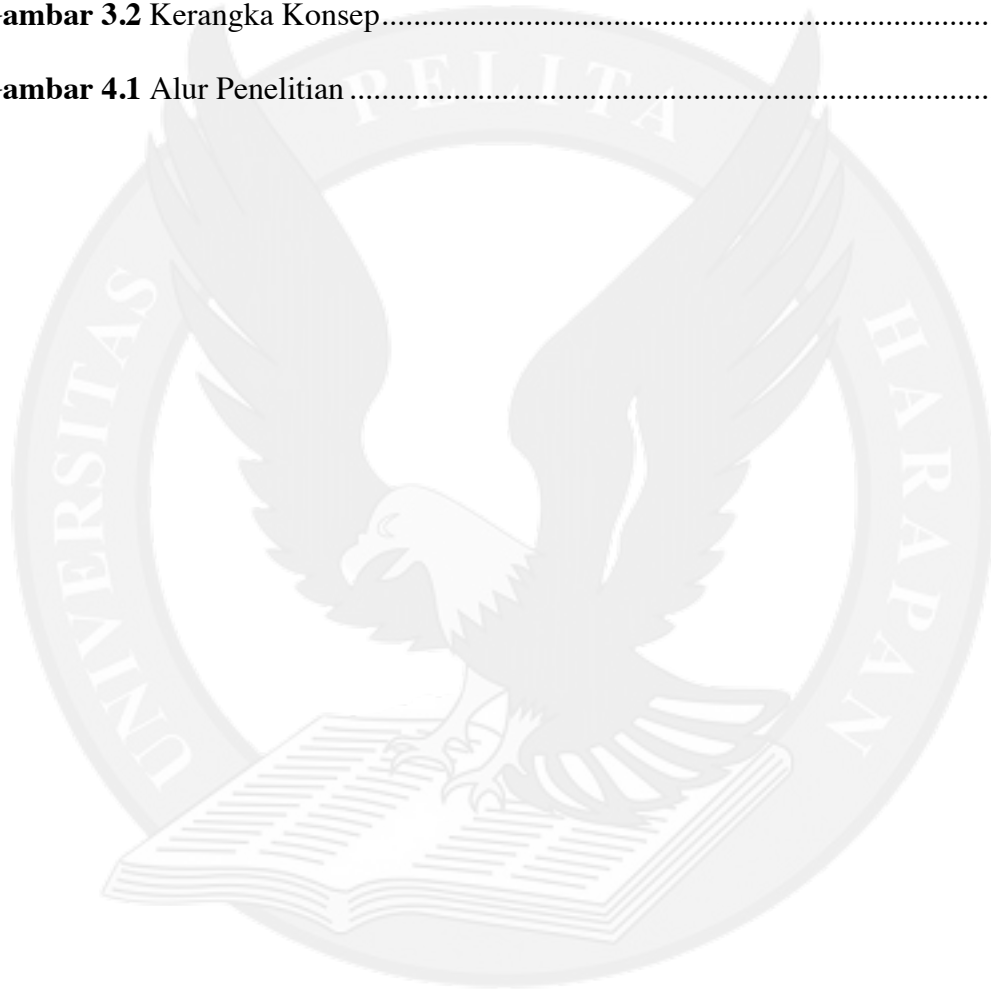
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR.....	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	4
1.3 Pertanyaan Penelitian	5
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.4.1 Tujuan Umum	5
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.5 Manfaat Penelitian	6
1.5.1 Manfaat Akademik	6
1.5.2 Manfaat Praktis	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Menstruasi.....	7
2.2 Dismenore.....	10
2.2.1 Dismenore Primer	11
2.2.2 Dismenore Sekunder.....	15
2.3 Aktivitas Fisik	15

2.4 Kualitas Tidur.....	17
BAB III.....	21
KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS.....	21
3.1 Kerangka Teori	21
3.2 Kerangka Konsep.....	22
3.3 Hipotesis	22
3.3.1 Hipotesis Null	22
3.3.2 Hipotesis Kerja	23
3.4 Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.4.1 Variabel Independen.....	23
3.4.2 Variabel Dependen	23
3.4.3 Variabel Perancu.....	23
3.5 Definisi Operasional	24
BAB IV	26
METODOLOGI PENELITIAN.....	26
4.1 Desain Penelitian	26
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
4.3 Bahan dan Cara Penelitian.....	26
4.3.1 Bahan Penelitian	26
4.3.2 Cara Pengambilan Data	27
4.4 Populasi Penelitian.....	27
4.4.1 Populasi Target	27
4.4.2 Populasi Terjangkau	28
4.5 Sampel Penelitian	28
4.6 Cara Pengambilan Sampel.....	28
4.7 Cara Penghitungan Jumlah Sampel	28
4.8 Kriteria Penelitian	32
4.8.1 Kriteria Inklusi.....	32
4.8.2 Kriteria Eksklusi	32

4.9 Pengolahan Data	33
4.10 Alur Penelitian	34
4.11 Uji Statistik	35
4.12 Etika Penelitian	35
BAB V	36
HASIL DAN PEMBAHASAN	36
5.1 Hasil	36
5.1.1 Karakteristik Responden	36
5.1.2 Hasil Analisis Bivariat Variabel Independen Aktivitas Fisik terhadap Variabel Dependen Kejadian Dismenore	38
5.1.3 Hasil Analisis Bivariat Variabel Independen Kualitas Tidur dengan Variabel Dependen Kejadian Dismenore	40
5.1.4 Hasil Analisis Bivariat Variabel Perancu Periode Lama Menstruasi dengan Variabel Dependen Kejadian Dismenore Primer	41
5.2 Pembahasan	42
BAB VI	49
KESIMPULAN DAN SARAN	49
6.1 Kesimpulan	49
6.2 Keterbatasan Penelitian	49
6.3 Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	1

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Siklus Menstruasi.....	9
Gambar 3.1 Kerangka Teori	16
Gambar 3.2 Kerangka Konsep.....	17
Gambar 4.1 Alur Penelitian.....	29



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	22
Tabel 3.2 Tabel Hasil Jurnal Acuan	36
Tabel 5.1 Tabel Karakteristik Responden	34
Tabel 5.2 Hasil Analisis Bivariat Variabel Independen Aktivitas Fisik terhadap Variabel Dependen Kejadian Dismenore	36
Tabel 5.3 Hasil Analisis Bivariat Variabel Independen Kualitas Tidur terhadap Variabel Dependen Kejadian Dismenore	37
Tabel 5.4 Hasil Analisis Bivariat Variabel Perancu Periode Lama Menstruasi terhadap Variabel Dependen Kejadian Dismenore	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Surat Pernyataan Persetujuan Keikutsertaan (<i>Informed Consent</i>)...A-1	A-1
Lampiran B. Surat Permohonan Kesiediaan Menjadi Sampel PenelitianB-1	B-1
Lampiran C. Permohonan Kesiediaan untuk Menjadi Sampel Penelitian pada KuesionerC-1	C-1
Lampiran D. Surat Pernyataan Persetujuan untuk Ikut Serta dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>) dalam KuesionerD-1	D-1
Lampiran E. Formulir Penelitian.....E-1	E-1
Lampiran F. Format KuesionerF-1	F-1

DAFTAR SINGKATAN

WHO	<i>World Health Organization</i>
PSQI	<i>Pittsburg Sleep Quality Index</i>
GnRH	<i>Gonadotropic-Releasing Hormone</i>
FSH	<i>Follicle Stimulating Hormone</i>
LH	<i>Luteinizing Hormone</i>
PGF2 α	<i>Prostaglandin 2 alpha (PGF2α)</i>
COX-2	<i>Siklooksigenase</i>
WaLIDD	<i>Working ability, Location, Intensity, Days of pain, Dysmenorrhea</i>
IPAQ	<i>International Physical Activity Questionnaire</i>
MET	<i>Metabolic Equivalent</i>
REM	<i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	<i>Non-Rapid Eye Movement</i>
PSQI	<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
IL-6	<i>Interleukin-6</i>
(TNF- α)	<i>Tumor Necrosis Factor alpha</i>
IMT	<i>Indeks Massa Tubuh</i>