

# LAMPIRAN

**Lampiran 1**

## **PENJELASAN PENELITIAN**

Judul Penelitian : Karakteristik remaja putri yang mengalami premenstruasi syndrome di SMAN 14 Bandar Lampung Tahun 2019

Penelitian : Anggun Prantika

NIM : 1615301048

Saya mahasiswa DIV kebidanan politeknik kesehatan tanjung karang bermaksud melakukan penelitian tentang Karakteristik remaja putri dengan premenstruasi syndrome di SMAN 14 Bandar Lampung Tahun 2019. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik remaja putri yang mengalami menstruasi syndrome di SMAN 14 Bandar Lampung

Dalam penelitian ini, tidak ada dampak negative atau merugikan terhadap responden, Apabila selama penelitian ini pelajar SMA merasakan ketidaknyamanan maka pelajar berhak berhenti dan tidak melanjutkan proses penelitian. Penelitian akan berusaha menjaga hak-hak pelajar SMA sebagai responden dari kerahasiaan selama penelitian berlangsung. Penelitian akan menghargai keinginan responden untuk tidak meneruskan penelitian kapan saja saat penelitian berlangsung. Penelitian mengharapkan partisipasi pelajar SMA setelah penjelasan ini disampaikan. Atas perhatian dan partisipasi pelajar SMA dalam penelitian ini, penelitian mengucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, November 2019

Peneliti

Anggun Prantika

**Lampiran 2**

**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**(PERSETUJUAN RESPONDEN)**

Yang bertandatangan dibawa ini:

Nama :

Usia :

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya dan penelitian serta mengetahui manfaat penelitian yang berjudul “Karakteristik remaja putri yang mengalami premenstruasi syndrome di SMAN 14 Bandar Lampung Tahun 2019” Saya menyatakan (Bersedia/Tidak bersedia)\* untuk diikuti sertakan dalam penelitian ini.

Bandar Lampung, November 2019

Penulis

Responden

( Anggun Prantika )

( )

Keterangan (\*) = coret yang tidak perlu

**Lampiran 3**

## Pengukuran Premenstruasi Syndrome (PMS)

### SPAF (the shortened premenstruasi assesmenst form)

1. Berikut gejala-gejala yang muncul beberapa hari (kurang lebih 5 sampai 7 hari ) saat menjelang haid (dating bulan/mentruasi).
2. Petunjuk : berikan tanda ceklis pada kolom skor, setiap gejala premenstruasi yang ada rasakan.

#### A. Identitas Responden

Nama lengkap :  
Tempat/tanggal lahir :  
No.hp :  
Usia menarche :  
Riwayat keluarga (pms) : ya / tidak

Bacalah sebelum mengisi table tersebut :  
Skor menunjukkan tingkat keparahan yang dialami:

- 1=tidak ada keluhan  
2=sangan ringan (gejala yang dialami hanya sedikit terasa)  
3= ringan (gejala terasa, namun tidak mengganggu aktivitas sehari-hari)  
4= sedang (gejala terasa dan mempengaruhi aktivitas sehari-hari)  
5= berat (gejala terasa sekali dan terjadi penurunan fungsi, beberapa aktivitas sehari-hari tidak bisa dilakukan)  
6 = berat sekali ( gejala sangat terasa sekali ,tetapi terjadi penurunan fungsi fisik dan psikis sehingga tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari).

no	Gejala	1	2	3	4	5	6
1.	Payudara terasa bengkak dan nyeri tekan terjadi pembengkakan atau pembesaran						
2.	Berjerawat						
3.	Merasa <span style="float: right;">dibawa</span> tekanan(cemas/tertekan)						
4.	Mudah tersinggung, lekas marah yang meledak ledak atau berlebihan						
5.	Merasa sedih, galau, tidak bersemangat sensitive terhadap						

	penolakan meningkat, mudah menangi						
6.	Sakit punggung dan panggul, nyeri sendi dan otot atau kekakuan sendi						
7.	Peningkatan berat badan						
8.	Perut terasa berat tidak nyaman dan nyeri atau sakit						
9.	Adanya edema pembengkakan/bengkak atau retensi air pada kaki atau pergelangan kaki						
10	Perut terasa kembung						

## B. Aktivitas Olahraga

Petunjuk : untuk setiap pilihan jawaban dibawah ini diberi tanda (x) pada jawaban yang paling sesuai dengan yang kamu lakukan .

1. Olahraga apa yang paling sering anda lakukan ?

- a. jalan kaki
- b. senam
- c. bersepeda
- d. renang
- e. jogging

dll, sebutkan:

2. Berapakah anda melakukan olahraga dalam seminggu ?

- a. < 3 hari dalam seminggu dan < 30 menit
- b. < 3 hari dalam seminggu dan  $\geq$  30 menit
- c.  $\geq$  3 hari dalam seminggu dan < 30 menit
- d.  $\geq$  3 hari dalam seminggu dan  $\geq$  30 menit

## lampiran 4



89



'rperson.

**lampiran 5**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN**  
**SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG**  
Jalan Sekeloa - Hata No. 5 Bandar Lampung  
Telp : 0721 - 751 952 Faksimile : 0721 - 773 915  
Website : <http://poltekkes-tk.ac.id> E-mail : [direktur@poltekkes-tk.ac.id](mailto:direktur@poltekkes-tk.ac.id)



03 Mei 2020

Nomor            PP.03.01.11.17.MF.3.12020  
Lampiran        1  
Hal                1 (satu) Lembar

**Yang terhormat**

1. Kepala Kebergang Provinsi Lampung
2. Kepala Kebergang Kota Bandar Lampung
3. Kepala Dinas Kesehatan Kota Bandar Lampung
4. Kepala Dinas Pendidikan Kota Bandar Lampung

**Di-**

**Tempat**

Sehubungan akan dilaksanakannya penelitian bagi Mahasiswa Program Studi Kebidanan Tanjungpinang Program Sarjana Terapan Politeknik Tanjungpinang Tahun Akademik 2019/2020 maka kami menghormati dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan Penelitian di Institut yang Bapak pimpin. Sebagai bahan pertimbangan bersama ini kami lampirkan nama Mahasiswa dan Institut yang terkait dengan proposal penelitian.

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



**WARJUN ALIYANTO, SKM, M.Kes**  
NIP. 196401281989021007

- Tembusan
1. Ke Jurusan Kebidanan
  2. Ke-CPT PKM
  3. Kepala Seksi
  4. Kepala PAKSI
  5. Pimpinan PMD



Lampiran 1 : Isi Penelitian  
 Nomor : PM 07.Dit.Iv ...../2020  
 Tanggal : 25 Maret 2020

DAFTAR NAMA DAN JUDUL SKRIPSI MAHASISWA TINGKAT IV  
 PROGRAM STUDI KEBIDANAN TANJUNGPINRANG PROGRAM SARJANA TERAPAN  
 JURUSAN KEBIDANAN POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINRANG T.A 2019/2020

No	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN
1	Ayuning Tias Budi Lesian	1615301002	Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Dismenorea Fasa Awal Kelas X Di SMAN 12 Bandar Lampung Pada Tahun 2020
2	Berli Wanyu Aulia	1615301011	Pengaruh Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan Anemia Di BPM Nurhasanah Bandar Lampung Tahun 2020
3	Yesi Nova Gehla	1615301013	Pengaruh Pemberian Sisir Bayam Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Dengan Anemia Di SMPN 19 Bandar Lampung Tahun 2020
4	EM Nurina Subahini	1615301015	Pengaruh Pemberian Air Kelapa Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 12 Bandar Lampung Tahun 2020
5	Anaya Adalana	1615301016	Pertandingan Pengetahuan Dan Sikap Wanita Usia Subur (WUS) Tentang Flour Abus Antara Mahasiswa Dan Karyawati Di Kota Bandar Lampung Tahun 2020
6	Fahriani Dewi Putri	1615301003	Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Kondisi Berat Badan Anak Balita Usia 3-5 Tahun Di PAUD Kemuning Jaya Bandar Lampung
7	Azalia Berenice Putri	1615301020	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Bidan Dalam Penatalaksanaan Keamilan Dengan Hepatitis E Di Puskesmas Kota Bandar Lampung
8	Tae Ineska	1615301023	Pengaruh Pemberian Kacang Panjang Terhadap Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia
9	Nina Anika Dawa	1615301024	Pengaruh Pemberian Jus Wortel (Daucus Carota L.) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sukabumi Kota Bandar Lampung Tahun 2020
10	Agus Febi Smitika	1615301026	Pengaruh Bermin Slimo Terhadap Keterampilan Motorik Halus Anak Usia 4-5 Tahun Di PAUD Kemuning Jaya Kota Bandar Lampung Tahun 2020
11	Sisa Nur Anika	1615301025	Pengaruh Pombolan Jus Kacang Hijau Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Di SMPN 16 Bandar Lampung Tahun 2020
12	Syandra Divalendra	1615301027	Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Di SMPN 19 Bandar Lampung Tahun 2020
13	Monica Christani Egit	1615301028	Hubungan Paparan Promotor Media Massa Dengan Usia Menarche Pada Siswa Kelas V Dan VI Di SD Al Kautsar Tahun 2020
14	Sulalawati	1615301031	Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Vitamin C Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan Anemia Di PMS Nurhasanah Bandar Lampung Tahun 2020
15	Riza Amidyanti	1615301032	Hubungan Antara Penggunaan Alat Kontrasepsi

			Dengan Kesehatan Rambut Badan Di PMB Zubodah Syah Kota Bandar Lampung
16	Dendi Ariyanti	1615301044	Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Papernit Terhadap Masi Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Sukohumi Tahun 2020
17	Ayri Sari Wani	1615301044	Pengaruh Lada Sari Dan Daun Bimbang Wulu Terhadap Tekanan Darah Di Puskesmas Sutomoji
18	Diana Ayu Gudawa Suseno	1615301048	Pengaruh Pemberian Kacang Kedelai Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Rajabasa
19	Seti Restina	1615301047	Hubungan Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Kronis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kamling Bandar Lampung Tahun 2020
20	Anggun Pratikha	1615301048	Hubungan Kecemasan Terhadap Penerimaan Sertam Pada Komika Putri Di SMAN 14 BCI
21	Amalia Syafiqi A	1615301094	Pengaruh Pemberian Teh Rosella Kering (Hibiscus Sabdariffa) Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Asrama Kebidanan Poltekkes Tjk
22	Putri Ayu Azmah	1615301040	Pengaruh Pemberian Sayur Bayam Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II Di PMB Wilayah Kota Bandar Lampung Tahun 2020
23	Savitri Wulandari	1615301042	Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukohumi Bandar Lampung Tahun 2020
24	Vina Erolina Putri	1615301049	Perbedaan Efektivitas Jus Kacang Hijau Dan Jus Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia Di Puskesmas Segala Mada Bandar Lampung 2020
26	Carita Yulianti Penady	1615301021	Pengaruh Kelahiran Ibu Hamil Trimester 3 Dalam Pernatal Yang Terhadap Lamanya Purusikan Kala 2 Di BPM Wichaya



DEKAN  
**WAHIDIN ADYANDIO, SKM, M.Kes**  
 NIP. 195160201405021021

## Lampiran 6

### Frekuensi Jenis Gejala Prmenstruasi Syndrome Pada Remaja Putri

**Table**  
**Sebaran subjek penelitian berdasarkan jenis gejala premenstruasi syndrome yang dialami remaja putri diSMAN 14 Bandar Lampung**

Jenis gejala premenstruasi syndrome	n ya	%	N Tidak	%
1. Payudara terasa bengkak da nyeri tekan terjadi pembangkakan atau pembesaran.	86	52.36	79	47.88
2. Berjerawat	93	56.36	72	43.64
3. Merasa dibawa tekanan (cemas/tertekan)	76	46.06	89	53.94
4. Mudah tersinggung,lekas marah yang meledak-ledak atau berlebihan	77	46.67	88	53.33
5. Merasa sedih,galau,tidak bersemangat,sensitive,terhadap penolakan meningkat, mudah menangis	93	56.36	72	43.64
6. Sakit punggung dan panggil,nyeri sedih dan otot atau kekakuan sendi	103	62.42	62	37.58
7. Peningkatan berat badan	52	31.52	113	68.48
8. Perut terasa berat, tidak nyaman, nyeri atau sakit	71	43.03	94	56.97
9. Adanya edema,pembengkakan/bengkak atau retensi air pada kaki atau pergelangan kaki	47	28.48	118	71.52
10. Perut terasa kembung	69	41.82	96	58.18