

Lampiran 1

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Dengan hormat, saya yang bertandatangan dibawah ini,

Nama : Kartika Sanra Dila

NIM : 405140232

Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, bermaksud melakukan penelitian berjudul “HUBUNGAN STRES TERHADAP SINDROM PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA”.

Saya berharap Saudari bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Identitas semua responden dan informasi yang diperoleh dalam penelitian ini akan menjadi tanggung jawab saya sebagai peneliti apabila terdapat informasi yang diberikan merugikan di kemudian hari. Saya memohon untuk mengisi dengan jawaban sebenar-benarnya karena semua aspek dalam penelitian ini akan didiskusikan dengan ahlinya di Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara. Informasi yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan bahan atau data yang akan bermanfaat bagi pengembangan penelitian dan akan dipublikasikan dalam bentuk skripsi. Atas kesediaan dan kerjasama Saudari, saya ucapkan terimakasih.

Jakarta,..... 2018

Kartika Sanra Dila

(405140232)

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini

Nama :

Blok :

Jenis Kelamin :

Usia :

Alamat :

No telepon :

Setelah mendapat penjelasan dari peneliti, saya bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Stres Terhadap Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara” yang dilakukan oleh Kartika Sanra Dila, NIM 405140232, Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta.

Saya menyatakan bersedia untuk ikut serta dalam penelitian ini. Demikian lembar persetujuan ini saya buat dan saya tanda tangani dalam keadaan sadar serta tanpa paksaan.

Jakarta, 2017

Responden,

Lampiran 3

TES DASS

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Saudari dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

- 0 : **Tidak sesuai** dengan saya sama sekali, atau **tidak pernah**.
- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau **kadang kadang**.
- 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan **sering**.
- 3 : **Sangat sesuai** dengan saya, atau **sering sekali**.

Selanjutnya, Saudari diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Saudari selama **satu minggu belakangan** ini. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	I found it hard to wind down Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal				
2	I was aware of dryness of my mouth Saya merasa bibir saya sering kering				
3	I couldn't seem to experience any positive feeling at all Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif				

4	I experienced breathing difficulty (eg, excessively rapid breathing, breathlessness in the absence of physical exertion) Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya				
5	I found it difficult to work up the initiative to do things Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu				
6	I tended to over-react to situations Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi				
7	I experienced trembling (eg, in the hands) Saya merasa gemetar (misalnya pada tangan)				
8	I felt that i was using a lot of nervous energy Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas				
9	I was worried about situations in which might panic and make a fool of myself Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri				
10	I felt that i had nothing to look forward to Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.				
11	I found myself getting agitated Saya merasa diri saya mudah gelisah				
12	I found it difficult to relax Saya merasa sulit untuk bersantai				
13	I felt down-hearted and blue Saya merasa putus asa dan sedih				

14	I was intolerant of anything that kept from getting on with what i was doing Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.				
15	I felt i was close to panic Saya merasa saya hampir panik				
16	I was unable to become enthusiastic about anything Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun				
17	I felt i wasn't worth much as person Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.				
18	I felt that i was rather touchy Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				
19	I was aware of the action of my heart in the absence of physical exertion (eg, sense of heart rate increase, heart missing a beat) Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).				
20	I felt scared without any good reason Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.				
21	I felt that life was meaningless Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.				

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

Lampiran 4

Menstrual Distres Questionnaire

1. Nama :
2. NIM :
3. Agama :
4. Alamat :
5. Berapa bersaudara :
6. Kebiasaan makanan :
(vegan, carnivora, etc)
7. Kebiasaan olahraga fisik secara teratur :
(Jelaskan berapa kali seminggu)
8. Tinggi Badan :
9. Berat Badan :
10. Apakah dikeluarga mempunyai riwayat gejala-gejala yang dialami pada sebelum atau saat menstruasi? (**Ya / Tidak**)
11. Apakah saudara mengonsumsi alkohol? (**Ya / Tidak**)
12. Apakah saudara merokok? (**Ya / Tidak**)
13. Apakah saudara mengonsumsi obat-obatan (produk-produk hormon, diuretik, dan antidepresan) (**Ya / Tidak**)

Menstrual History

1. Umur menstruasi pertama kali :
2. Siklus menstruasi teratur? (**Ya / Tidak**)
3. Panjangnya siklus menstruasi :
4. Lamanya menstruasi :
5. Berapa banyak softex yang digunakan setiap kali menstruasi per hari :

6. Apakah saudara mempunyai riwayat dismenore (nyeri perut saat menstruasi)? (**Ya / Tidak**), Jika pernah/Ya bagaimana rasanya? Sampai absen di sekolah / diobati sendiri / pergi ke dokter

Menstrual Distres Questionnaire

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Saudari terhadap tanda-tanda menstruasi. Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

- 0 : **Tidak sesuai** dengan saya sama sekali, atau **tidak pernah**.
- 1 : **Ringan**.
- 2 : **Sedang**.
- 3 : **Berat**.

Selanjutnya, Saudari diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Saudari.

No		Pernyataan	0	1	2	3
1	Pain (Rasa Sakit)	Muscle Stiffness (pegal-pegal)				
		Headache (Sakit Kepala)				
		Cramps (Kram)				
		Backache (Sakit Pinggang)				
		Fatigue (Lelah)				

		General aches and pains (sakit dan nyeri yang umum)				
2	Consentration (Konesentrasi)	Insomnia (insomnia)				
		Forgetfulness (lalai/tidak fokus)				
		Confusion (Kebingungan)				
		Lowered Judgement (Penurunan Keputusan)				
		Difficulty concentrating (Sulit berkonsentrasi)				
		Distriactable (Mudah tersinggung)				
		Lowered motor coordination (Penurunan koordinasi motorik)				
		Accidents during driving vehicle (Kecelakaan saat mengemudi kendaraan)				
3	Behavioural Change (Perubahan perilaku)	Lowered school or work performance (Penurunan kinerja disekolah/kantor)				
		Take naps or stay in bed (Berbaring di tempat tidur)				
		Stay at home (absenteeism) (Tidak masuk sekolah/kampus)				
		Avoid social activities (Menghindari aktivitas sosial)				
		Decreased efficiency (Berkurangnya ketanggapan)				
		Change in eating habits / craving for sweets				

		(Perubahanan kebiasaan makan/ ingin makan makanan yang manis)				
4	Autonomic Reactions (Reaksi otonom)	Dizziness / faintness (Pusing / pingsan)				
		Cold sweats (Berkeringat dingin)				
		Nausea / vomiting (mual / muntah)				
		Hot flashes.				
5	Water Retention (Retensi Air)	Weight gain (Kenaikan berat badan)				
		Skin disorders (Kelainan kulit)				
		Painful breasts (Payudara terasa nyeri)				
		Swelling / bloating (Kembung)				
6	Negative Effect (Efek Negatif)	Crying (Menangis)				
		Loneliness (Kesepian)				
		Anxiety (Kecemasan)				
		Restlessness (Kegelisahan)				
		Irritability (Mudah marah)				
		Mood swings (Mood berubah-ubah)				
		Depression (Depresi)				
		Tension (Ketegangan)				
7	Arousal (Gairah)	Affectionate (Penuh kasih sayang)				
		Orderliness (Ketertiban)				
		Excitement (Kegembiraan)				
		Feelings of wellbeing (Merasa segar)				
		Bursts of energy / activity (Bersemangat)				

8	Control (Kontrol)	Feeling of suffocation (Merasa sesak nafas)				
		Chest pains (Nyeri dada)				
		 ringing in the ears (Terdengar bunyi nyaring di telinga)				
		Heart pounding (Jantung berdebar)				
		 Numbness / tingling (Mati rasa / Kesemutan)				
		Blind spots / fuzzy vision (Pandangan kabur)				

Lampiran 5

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Kartika Sanra Dila

NIM : 405140232

Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta/21 April 1996

Agama : Islam

Status Perkawinan : Belum menikah

Anak ke : 2 (dua) dari 3 (tiga) bersaudara

Alamat Rumah : Jalan Ardodedali No.22a Jakarta

Riwayat Pendidikan :

2001-2002	TK Nurul Falah
2003-2008	SDIT Nurul Falah
2009-2011	SMP Negri 231 Jakarta
2012-2014	SMA Negri 52 Jakarta
2014-	Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Lampiran 6



19 Februari 2018

Nomor : 029 -Adm/FK- Untar/II/2018
Lampiran :
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.
Koord. Blok Muskuloskeletal
Fakultas Kedokteran
Universitas Tarumanagara
Jakarta

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian mahasiswa untuk skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, maka dengan ini kami mohon agar mahasiswa tersebut dapat diijinkan untuk penelitian dengan metode penelitian pengisian kuesioner terhadap 148 responden selama satu semester di Blok Muskuloskeletal.

Mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Kartika Sanra Dila/405140232
Judul Skripsi : Hubungan stres terhadap pramenstrual sindrom pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Pjs. Wakil Dekan

dr. Ernawati, SE, MS, FISPH, FISCN, Sp.DLP

Tembusan :

- Ketua Unit Penelitian FK UNTAR

19 Februari 2018

Nomor : 023 -Adm/FK- Untar/II/2018
Lampiran :
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.
Koord. Blok Urogenital
Fakultas Kedokteran
Universitas Tarumanagara
Jakarta


Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian mahasiswa untuk skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, maka dengan ini kami mohon agar mahasiswa tersebut dapat diijinkan untuk penelitian dengan metode penelitian pengisian kuesioner terhadap 148 responden selama satu semester di Blok Urogenital.

Mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Kartika Sanra Dila/405140232
Judul Skripsi : Hubungan stres terhadap pramenstrual sindrom pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Pjs. Wakil Dekan,


dr. Ernawati, SE, MS, FISP, FISC, Sp.DLP

Tembusan :

- Ketua Unit Penelitian FK UNTAR

Lampiran 7

