

**PENGARUH PUASA SENIN KAMIS TERHADAP SKALA NYERI PADA  
WANITA DENGAN DISMENORE PRIMER  
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2007**

**Karya Tulis Ilmiah**

**Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**NONA ARDANI SETIAWAN  
20030320066**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
YOGYAKARTA  
2007**

**PENGARUH PUASA SENIN KAMIS TERHADAP SKALA NYERI PADA  
WANITA DENGAN DISMENORE PRIMER  
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2007**

**Karya Tulis Ilmiah**

**Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**NONA ARDANI SETIAWAN  
20030320066**

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENGARUH PUASA SENIN KAMIS TERHADAP SKALA NYERI PADA**  
**WANITA DENGAN DISMENORE PRIMER**  
**DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**  
**2007**

**Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Dan Diterima**  
**Sebagai Sebagian Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**  
**Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran**  
**Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

Oleh :

**NONA ARDANI SETIAWAN**

**20030320066**

Pada Tanggal :

**13 Agustus 2007**

Dewan Penguji :

1. Penguji I : Catur Budi Susilo, S.Kep., S.Pd., M.Kes (.....)
2. Penguji II : Azizah Khoiriyati, S.Kep., Ns (.....)
3. Penguji III : Arianti, S.Kep., Ns (.....)

**Mengetahui**  
**Dekan Fakultas Kedokteran**  
**Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



(dr. H. Erwin Santosa, Sp.A., M.Kes)

1950

1951

1952

1953

1954

1955

1956

1957

1958

1959

1960

1961

1962

1963

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang tidak menghendaki hambaNya dalam kesusahan dan memberikan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah **Pengaruh Puasa Senin Kamis Terhadap Tingkat Nyeri Pada Wanita Dengan Dismenore Primer Di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta** ini.

Penelitian ini bertujuan untuk membahas keadaan tubuh ketika berpuasa sehingga dapat meringankan penderitaan yang dialami oleh setiap wanita yang mengalami dismenore primer saat menstruasi.

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Catur Budi Susilo, S. Kep., S. Pd., Mkes., sebagai pembimbing satu dan Ibu Azizah Khoiriyah, S. Kep., Ns., sebagai pembimbing dua yang telah membantu dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.

Kepada orang tua, adik-adikku tercinta dan keluarga terima kasih atas do'a dan dukungan yang telah diberikan. Selanjutnya kepada Ibu kos dan teman-teman yang telah membantu, sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Akhirnya terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Yogyakarta khususnya kepada seluruh dosen Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menyelesaikan studi.

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Nona Ardani Setiawan

## INTI SARI

Dismenore primer menyebabkan wanita mengalami nyeri yang pada akhirnya dapat menurunkan kinerja wanita dan beresiko terkena penyakit akibat efek samping obat-obatan penghilang rasa nyeri karena harus mengkonsumsinya setiap bulan. Oleh karena itu dibutuhkan penanganan alternatif yang dapat mengurangi penderitaan pada wanita yang mengalami dismenore dari segi bio-psiko-sosio-spiritual yaitu dengan puasa Senin Kamis.

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh puasa Senin Kamis terhadap skala nyeri pada wanita dengan dismenore primer. Responden pada penelitian ini adalah mahasiswi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sebanyak 30 orang dimana 15 orang sebagai kelompok eksperimen dan 15 orang lainnya sebagai kelompok kontrol. Penelitian ini merupakan penelitian pre-experiment dengan "the static group comparison". Alat penelitian berupa skala nyeri Mc Gill Melzack yang diisi oleh responden ketika menstruasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh puasa Senin Kamis terhadap penurunan skala nyeri pada wanita dengan dismenore primer secara signifikan dengan nilai signifikansi 0,020. Penurunan skala nyeri yang terjadi karena puasa merupakan proses belajar untuk mengendalikan diri sehingga memperkuat perasaan tenang yang ada di sistem limbik otak sehingga dapat meningkatkan kekebalan tubuh dan adanya proses secara biokimiawi dengan meningkatkan produksi endorfin sehingga mengurangi persepsi terhadap nyeri.

Penelitian ini menunjukkan ada pengaruh puasa Senin Kamis terhadap penurunan skala nyeri pada wanita dengan dismenore primer. Untuk penelitian selanjutnya akan lebih baik jika menggunakan metodologi true experiment dengan "pre post test with control group" design, pengambilan sampel dilakukan secara random, puasa pada kelompok eksperimen dilakukan lebih dari 1 bulan dan menggunakan pengukuran laboratorium.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
INTISARI.....	iv
ABSTRACT .....	v
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	11

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori .....	12
B. Kerangka Konsep .....	31
C. Penelitian Yang Berhubungan.....	31
D. Hipotesis.....	32

### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian .....	33
B. Populasi dan Sampel .....	33
C. Variabel dan Definisi Operasional .....	35
D. Instrumen Penelitian .....	36

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1</b> Karakteristik Kelompok Eksperimen Berdasarkan Umur Responden di UMY Tahun 2007.....	39
<b>Tabel 2</b> Karakteristik Kelompok Kontrol Berdasarkan Umur Responden di UMY Tahun 2007 .....	40
<b>Tabel 3</b> Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Saat Menstruasi Pada Responden di UMY Tahun 2007.....	40
<b>Tabel 4</b> Hasil Pengujian Perbedaan Tingkat Nyeri Dismenore Primer Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Responden di UMY Tahun 2007 .....	42
<b>Tabel 5</b> Hasil Pengujian Normalitas Data Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Responden di UMY Tahun 2007 .....	43
<b>Tabel 6</b> Data Pengukuran Skala Nyeri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Responden di UMY Tahun 2007 .....	44



## DAFTAR GAMBAR

Hubungan antar variabel .....	35
Gambar 1. Patogenesis dismenore primer .....	16
Gambar 2. Pengaturan Ketogenesis.....	46
Gambar 3. Pengaturan oksidasi asam lemak rantai panjang hepar .....	47
Gambar 4. Ikhtisar metabolisme asam lemak yang memperlihatkan lintasan utama dan produk akhir yang penting .....	48
Gambar 5. Biosintesis Estrogen .....	49
Gambar 6. Ragan Kemungkinan Tesis Penelitian	51