

# LAMPIRAN





## Hasil Uji Reliabilitas

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	47	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	47	100.0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.917	14

**SURAT PERSETUJUAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**

***(Informed Consent)***

Setelah diberi penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian oleh peneliti, maka saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : .....  
TTL/Usia : .....  
Kelas : (SMA/SMK/Mahasiswa) \*coret yang bukan anda  
Nomor HP : .....  
Nomor Kamar : .....

Dengan ini menyatakan bersedia turut berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang bernama Nida' Urrahmah dengan judul "Gambaran Faktor-Faktor Yang Berkaitan Dengan Sinkroni Menstruasi Pada Santri Wanita di Pondok Pesantren Krpyak Yogyakarta Tahun 2017"

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak membahayakan dan merugikan bagi privasi hidup saya sehingga saya bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

Yogyakarta, ..... 2017  
Responden

(.....)

## KUISIONER PENELITIAN

### Pengukuran Menstrual Hygiene dan Tingkat Stres (DASS)

---

#### A. Data Umum Responden

Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan keadaan diri anda sendiri.

1. Usia berapakah anda mengalami menstruasi (menarche) ?

.....

2. Apakah siklus haid/menstruasi anda teratur setiap bulannya ?

- a. Ya  
b. Tidak

3. Berapa lama siklus menstruasi anda ?

..... hari.

#### B. Test *Menstrual Hygiene*

Jawablah beberapa pertanyaan berikut dengan memberikan tanda (√) sesuai dengan kondisi anda.

No	Perilaku Hygiene	SL	SR	KD	TP
1	Saya menggunakan air bersih untuk membersihkan alat kelamin dan sekitarnya.				
2	Saya mencuci alat kelamin saya dengan larutan pembersih yang dijual di pasaran.				
3	Saya membersihkan alat kelamin dari arah depan kearah anus.				
4	Saya menggunakan pembalut yang beraroma (parfum) untuk mengurangi bau darah menstruasi.				
5	Saya langsung membersihkan alat kelamin dan mengganti pembalut setiap merasa sudah banyak keluar darah				

6	Pada saat deras, saya mengganti pembalut selama menstruasi secara teratur 4-5 kali atau setiap setelah mandi dan buang air kecil.				
7	Saya membuang pembalut ke tempat sampah tanpa membersihkannya terlebih dahulu.				
8	Saya mencuci tangan pada saat sebelum dan sesudah mengganti pembalut.				
9	Pada saat saya menstruasi tidak boleh keramas dan memotong kuku.				
10	Dalam keadaan normal, saya mengganti pembalut 2 kali dalam sehari.				
11	Saya membiarkan saja celana dalam yang terkena darah menstruasi.				
12	Saya menyimpan pembalut yang belum digunakan di dalam kamar mandi.				
13	Saya lebih menjaga kebersihan pada saat menstruasi.				
14	Saya memperhatikan tanggal kadaluarsa pembalut yang saya beli				

**Keterangan :**

SL : Selalu

SR : Sering

KD : Kadang-kadang

TP : Tidak Pernah

**C. Test Tingkat Stress (DASS)**

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

- 0 : Tidak pernah.  
 1 : Kadang kadang.  
 2 : Lumayan sering.  
 3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Anda diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman anda selama **satu minggu belakangan** ini. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri anda yang sesungguhnya.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.				
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.				
3	Saya merasa sulit untuk bersantai.				
4	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.				
5	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.				
6	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).				
7	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				
8	Saya merasa sulit untuk beristirahat.				
9	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.				
10	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.				
11	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.				
12	Saya sedang merasa gelisah.				
13	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.				
14	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.				



Data Hasil Penelitian.

No.	Usia	Tingkat Belajar	Usia menarche	Siklus Menstruasi	Sinkroni Menstruasi	Menstrual Hygiene	Tingkat Stress
1	22	Mahasiswa	13	Teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
2	23	Mahasiswa	14	Teratur	tidak tersinkroni	baik	normal
3	20	Mahasiswa	12	tidak teratur	tersinkroni	baik	sedang
4	17	Mahasiswa	12	Teratur	tersinkroni	baik	sedang
5	20	Mahasiswa	15	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
6	21	Mahasiswa	11	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	sedang
7	21	Mahasiswa	15	tidak teratur	tersinkroni	baik	sedang
8	19	Mahasiswa	13	Teratur	tersinkroni	baik	sedang
9	22	Mahasiswa	16	Teratur	tersinkroni	baik	normal
10	21	Mahasiswa	14	Teratur	tersinkroni	cukup	normal
11	22	Mahasiswa	15	Teratur	tersinkroni	baik	parah
12	21	Mahasiswa	13	Teratur	tersinkroni	baik	normal
13	21	Mahasiswa	12	Teratur	tersinkroni	baik	parah
14	21	Mahasiswa	13	Teratur	tersinkroni	baik	sedang
15	20	Mahasiswa	14	Teratur	tersinkroni	baik	normal
16	20	Mahasiswa	13	tidak teratur	tersinkroni	cukup	ringan
17	24	Mahasiswa	13	Teratur	tidak tersinkroni	baik	normal
18	22	Mahasiswa	13	tidak teratur	tidak tersinkroni	cukup	sedang
19	22	Mahasiswa	12	Teratur	tersinkroni	cukup	sangat parah
20	21	Mahasiswa	13	Teratur	tersinkroni	baik	ringan

21	21	Mahasiswa	13	Teratur	tidak tersinkroni	baik	normal
22	23	Mahasiswa	14	Teratur	tidak tersinkroni	baik	normal
23	21	Mahasiswa	13	Teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
24	20	Mahasiswa	12	Teratur	tidak tersinkroni	baik	normal
25	20	Mahasiswa	13	Teratur	tidak tersinkroni	cukup	ringan
26	21	Mahasiswa	14	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
27	22	Mahasiswa	13	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	sedang
28	20	Mahasiswa	14	Teratur	tidak tersinkroni	cukup	ringan
29	21	Mahasiswa	14	tidak teratur	tersinkroni	baik	ringan
30	20	Mahasiswa	16	tidak teratur	tersinkroni	baik	normal
31	22	Mahasiswa	11	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	sedang
32	19	Mahasiswa	13	tidak teratur	tidak tersinkroni	cukup	ringan
33	21	Mahasiswa	14	Teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
34	20	Mahasiswa	12	Teratur	tidak tersinkroni	cukup	sedang
35	21	Mahasiswa	12	Teratur	tersinkroni	cukup	normal
36	21	Mahasiswa	15	teratur	tersinkroni	baik	ringan
37	22	Mahasiswa	14	teratur	tersinkroni	baik	parah
38	20	Mahasiswa	16	teratur	tersinkroni	baik	sedang
39	21	Mahasiswa	12	teratur	tidak tersinkroni	baik	sedang
40	22	Mahasiswa	15	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	sedang
41	20	Mahasiswa	12	teratur	tersinkroni	cukup	normal
42	21	Mahasiswa	13	teratur	tersinkroni	cukup	ringan
43	20	Mahasiswa	13	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
44	20	Mahasiswa	12.5	teratur	tidak tersinkroni	cukup	normal

45	21	Mahasiswa	15	tidak teratur	tersinkroni	cukup	sedang
46	19	Mahasiswa	11	teratur	tersinkroni	baik	ringan
47	20	Mahasiswa	14	teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
48	21	Mahasiswa	14	teratur	tidak tersinkroni	baik	ringan
49	22	Mahasiswa	13	teratur	tidak tersinkroni	baik	normal
50	22	Mahasiswa	11	teratur	tidak tersinkroni	baik	normal
51	21	Mahasiswa	13	teratur	tersinkroni	baik	ringan
52	21	Mahasiswa	12	teratur	tersinkroni	baik	normal
53	22	Mahasiswa	14	tidak teratur	tersinkroni	baik	normal
54	21	Mahasiswa	12	tidak teratur	tersinkroni	baik	normal
55	22	Mahasiswa	15	teratur	tersinkroni	cukup	ringan
56	20	Mahasiswa	11	tidak teratur	tersinkroni	baik	sedang
57	23	Mahasiswa	12	teratur	tersinkroni	baik	ringan
58	19	Mahasiswa	12	teratur	tersinkroni	cukup	sedang
59	23	Mahasiswa	13	teratur	tersinkroni	baik	ringan
60	20	Mahasiswa	12	tidak teratur	tersinkroni	cukup	sedang
61	21	Mahasiswa	12	teratur	tidak tersinkroni	baik	parah
62	19	Mahasiswa	12	teratur	tidak tersinkroni	cukup	ringan
63	22	Mahasiswa	12	teratur	tersinkroni	baik	ringan
64	19	Mahasiswa	14	teratur	tersinkroni	baik	normal
65	23	Mahasiswa	12	teratur	tersinkroni	baik	normal
66	20	Mahasiswa	13	tidak teratur	tersinkroni	cukup	normal
67	20	Mahasiswa	9	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	parah
68	19	Mahasiswa	12	tidak teratur	tidak tersinkroni	baik	normal

69	18	SMK	12	teratur	tidak tersinkroni	baik	sedang
70	16	SMK	11	teratur	tidak tersinkroni	cukup	ringan
71	16	SMK	12	tidak teratur	tersinkroni	cukup	normal
72	16	SMK	13	tidak teratur	tersinkroni	baik	ringan
73	18	SMK	13	tidak teratur	tersinkroni	cukup	sedang
74	17	SMK	13	teratur	tersinkroni	baik	ringan
75	17	SMK	13	teratur	tersinkroni	baik	ringan
76	17	SMK	13	teratur	tersinkroni	baik	sedang
77	18	SMK	12	teratur	tersinkroni	cukup	normal
78	16	SMK	12	tidak teratur	tersinkroni	baik	ringan

Hasil Perhitungan Data dengan SPSS 16.0

**Frequencies**

**Statistics**

	Umur	Usia_Menar che	Siklus_Menst ruasi	Sinkroni_Me nstruasi	Menstrual_ Hygiene	Tingkat_Str es
N Valid	78	78	78	78	78	78
Missing	0	0	0	0	0	0

**Frequency Table**

**Usia**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 14-17	1	1.3	1.3	1.3
17-21	35	44.9	44.9	46.2
21-40	42	53.8	53.8	100.0
Total	78	100.0	100.0	

**Usia\_Menarche**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 9	1	1.3	1.3	1.3
11	6	7.7	7.7	9.0
12	24	30.8	30.8	39.7
13	24	30.8	30.8	70.5
14	13	16.7	16.7	87.2
15	7	9.0	9.0	96.2
16	3	3.8	3.8	100.0
Total	78	100.0	100.0	

**Siklus\_Menstruasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid teratur	52	66.7	66.7	66.7
tidak teratur	26	33.3	33.3	100.0
Total	78	100.0	100.0	

**Sinkroni\_Menstruasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tersinkroni	46	59.0	59.0	59.0
tidak tersinkroni	32	41.0	41.0	100.0
Total	78	100.0	100.0	

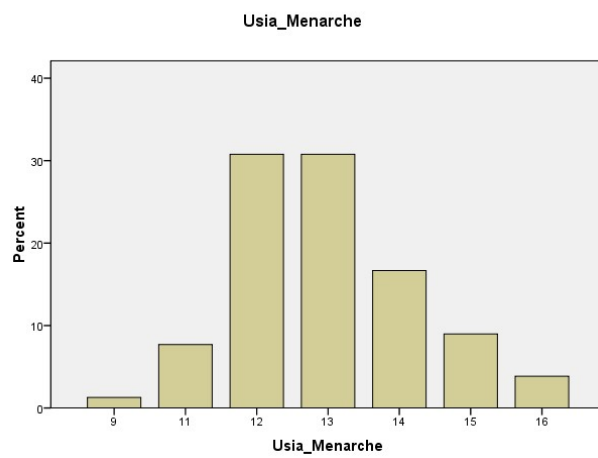
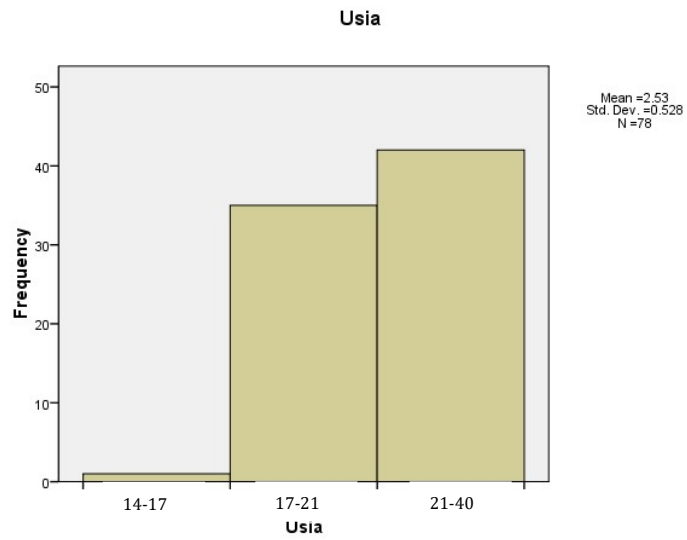
**Menstrual\_Hygiene**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	56	71.8	71.8	71.8
Cukup	22	28.2	28.2	100.0
Total	78	100.0	100.0	

**Tingkat\_Stres**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid normal	24	30.8	30.8	30.8
ringan	28	35.9	35.9	66.7
sedang	20	25.6	25.6	92.3
Parah	5	6.4	6.4	98.7
sangat parah	1	1.3	1.3	100.0
Total	78	100.0	100.0	

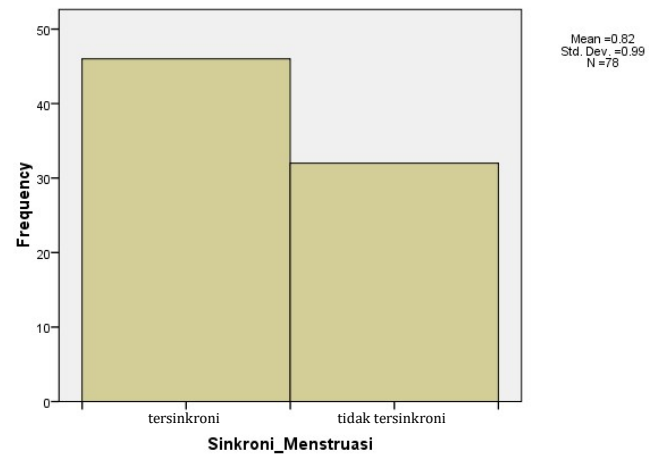
## Bar Chart



Siklus\_Menstruasi



Histogram





Menstrual\_Hygiene



Tingkat\_Stres

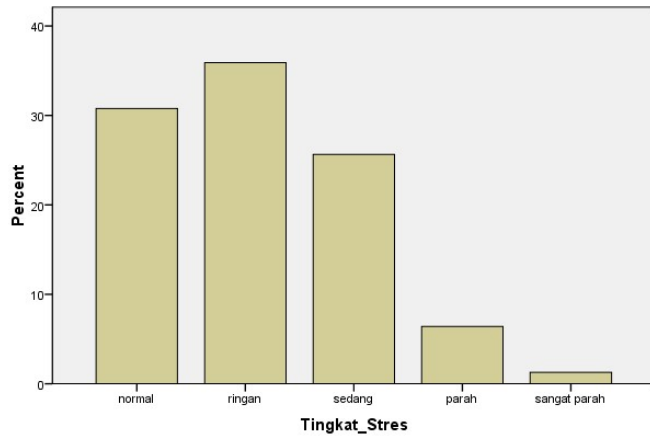


Foto Jalannya Penelitian



Gambar 1.  
Area Pondok Pesantren Krapyak  
Tampak dari Jalan Luar.



Gambar 2.  
Area Pondok Pesantren Krapyak  
Tampak dari Dalam.



Gambar 3.  
Kunjungan Peneliti Guna Sosialisasi  
dan Permintaan Izin kepada  
Ukhti Khalimatun Nisa  
selaku Ketua Santri Wanita



Gambar 4.  
Bilik Kamar Satu  
Area Santri Mahasiswa



Gambar 5.  
Bilik Kamar Dua  
Area Santri Mahasiswa



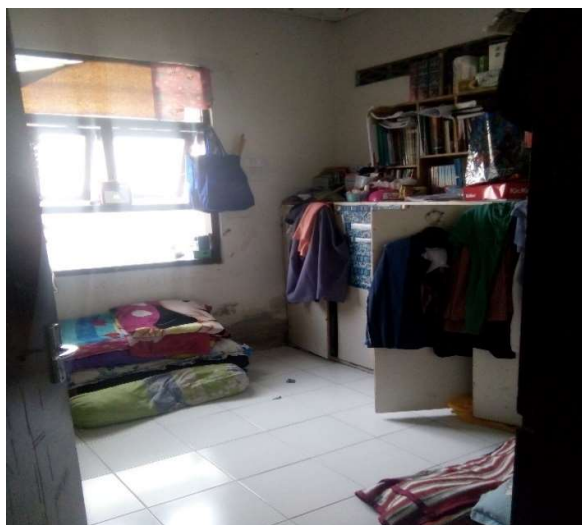
Gambar 6.  
Salah Satu Kamar Santri Mahasiswa



Gambar 7.  
Area Santri SMK  
Tampak Luar.



Gambar 8.  
Bilik Kamar Area Santri SMK.



Gambar 9.  
Salah Satu Kamar Santri SMK.