

Lampiran 1

KISI-KISI KUISIONER

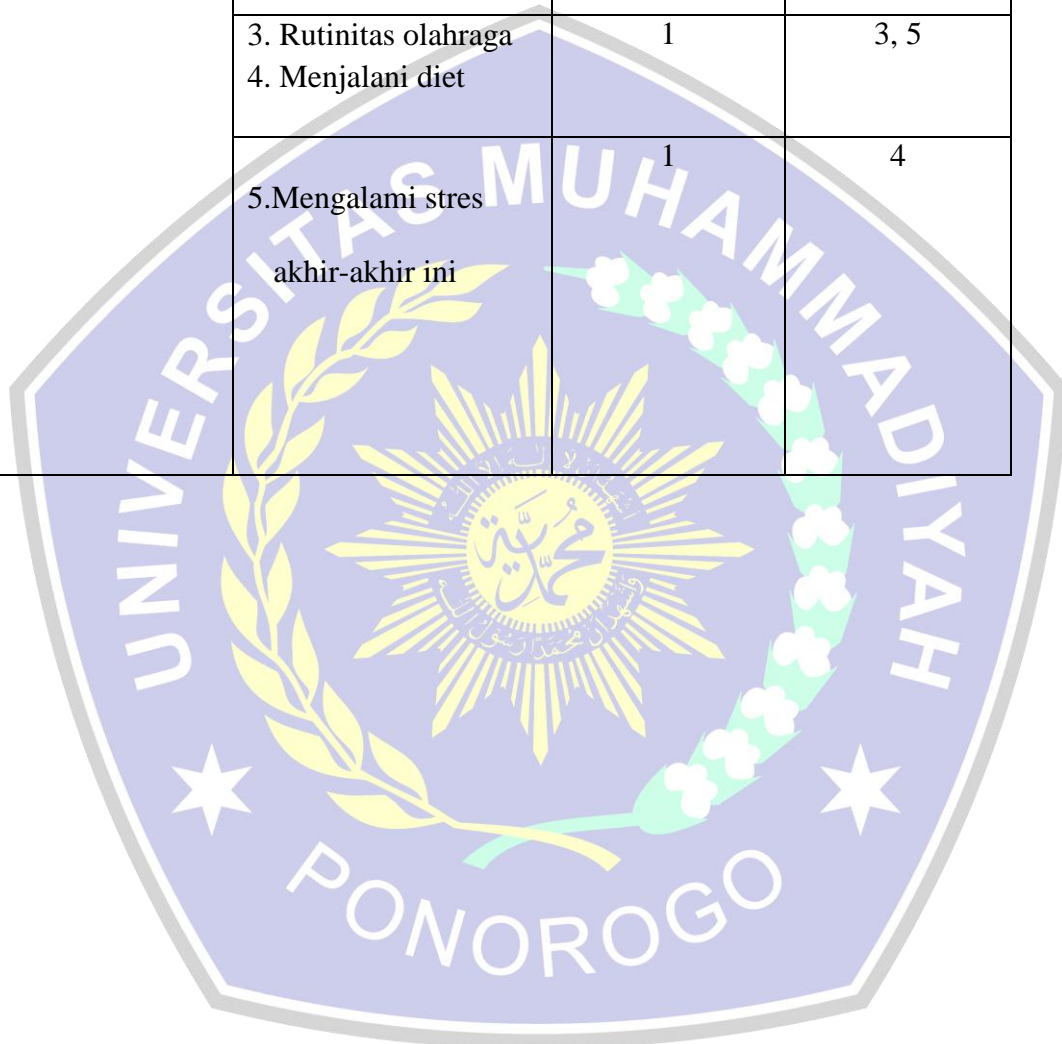
GAMBARAN STRES DAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI

TINGKAT AKHIR

TAHUN 2018

Variabe	Parameter	Jumlah	Nomor item yang mewakili
1		Soal	
Tingkat Stres	1. Perasaan Sehari-hari	14	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14
	2. Lingkungan Perkuliahan	6	15,16,17,18,19,20
	3. Individu dan Keluarga	6	21,22,23,24,25,26
	4. Sistem Pelaksanaan Perkuliahan	8	27,28,29,30,31,32,33,34

Variabel	Parameter	Jumlah Soal	Nomer item yang mewakili
Siklus Menstruasi	1.Riwayat amenore	1	1
	2.Siklus menstruasi	1	2
	3. Rutinitas olahraga 4. Menjalani diet	1	3, 5
	5.Mengalami stres akhir-akhir ini	1	4



Lampiran 2

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada,

Yth. Calon Responden penelitian

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Dengan hormat,


Saya mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, bermaksud melaksanakan penelitian dengan judul "**Gambaran Stres Dan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir**". Penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu kegiatan dalam mengambil data untuk menyelesaikan tugas akhir Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Saya berharap tanggapan atau jawaban yang saudara berikan sesuai dengan pendapat saudara sendiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Kami menjamin kerahasiaan pendapat dan identitas saudara. Informasi yang saudara berikan hanya akan dipergunakan untuk mengembangkan ilmu keperawatan dan tidak akan dipergunakan untuk maksud-maksud lain.

Atas perhatian dan kesediaannya saya ucapkan terimakasih.

Ponorogo, 28 Maret 2018

Peneliti,



Dwi Rohmaning Tyas

*Lampiran 3***LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam pengambilan data atau sebagai responden pada penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang bernama Dwi Rohmaning Tyas yang berjudul “**Gambaran Stres Dan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir**”.

Saya mengetahui bahwa informasi yang saya berikan ini besar manfaatnya bagi peningkatan ilmu keperawatan dan akan dijamin kerahasiaanya.

Ponorogo, 28 Maret 2018

Responden

\_\_\_\_\_  
No. Responden:

*Lampiran 4***KUISIONER SIKLUS MENSTRUASI**

Kode :

Usia :

1. Apakah anda memiliki riwayat amenore ( tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan ) Ya / Tidak
2. Siklus menstruasi anda ( 3 bulan terakhir ini ) :
  - a. Polimenore ( < 21 hari )
  - b. Normal ( 24 – 35 hari )
  - c. Oligomenore ( >35 hari )
  - d. Amenore ( tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan)
3. Apakah anda melakukan olahraga minimal satu minggu sekali? Ya/Tidak
4. Apakah anda mengalami stres 3 bulan terakhir ini ? Ya/Tidak
5. Apakah anda sedang melakukan diet ? (Diet rendah lemak, Diet rendah kalori seperti daging merah ) Ya/Tidak

Lampiran 5

**KUISIONER**

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Saudara/(i) 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, Saudara/(i) diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Saudara/(i) selama **satu minggu belakangan** ini. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Saudara/(i) yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Saudara/(i).

No	PERNYATAAN	tidak pernah dialami)	jarang dialami	sering dialami	selalu dialami
<b>A.</b>	<b>Perasaan Sehari – hari</b>				
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 merasa diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan ( 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 merasa diri saya mudah gelisah.				
<b>B.</b>	<b>Lingkungan Perkuliahan</b>				
15.	Saya merasa tidak nyaman perkuliahan terlalu lama dan banyak tugas sehingga saya merasa lelah dan sulit untuk tidur				
16.	Saya merasa tidak nyaman karena suhu ruangan kelas tidak menentu sehingga mengganggu proses perkuliahan				
17.	Saya merasa tidak nyaman ketika saya harus mencari referensi tetapi rata-rata jurnal dalam bahasa Inggris				

18.	Saya merasa tidak nyaman mengerjakan tugas karena kelompok tidak sesuai				
19.	Saya merasa tidak nyaman ketika saya ingin belajar lalu terganggu karena teman sering mengganggu dan mengajak bercanda				
20.	Banyak materi yang harus saya persiapkan untuk tugas dan ujian besok, sehingga saya kurang tidur				
<b>C.</b>	<b>Individu dan Keluarga</b>				
21.	Saya merasa tidak nyaman ketika teman sekelas saya bising dan mempengaruhi situasi kelas				
22.	Saya merasa tidak nyaman ketika materi yang diberikan tidak saya mengerti dan saya malu bertanya karena takut di tertawakan				
23.	Saya merasa tidak nyaman ketika tidak dapat mengatur waktu antara kegiatan organisasi dan akademik				
24.	Saya sangat tidak nyaman ketika hasil akademik saya tidak sesuai dengan pengharapan orang tua				
25.	saya merasa kurang frustrasi dan takut dalam mengerjakan tugas akhir				
26.	Saya merasa tidak nyaman ketika tidak dapat berkonsentrasi di dalam kelas				
<b>D.</b>	<b>Sistem Pelaksanaan Perkuliahan</b>				
27.	Saya merasa tidak nyaman dengan tugas saya ketika tugas tersebut tidak dikoreksi oleh dosen				
28.	Saya merasa tidak nyaman ketika sehabis diskusi tidak mendapatkan solusi karena tidak ada pencerahan dari dosen				
29.	Saya merasa tidak nyaman ketika jadwal yang ditetapkan jurusan tidak tepat waktu				
30.	Saya merasa tidak nyaman ketika materi perkuliahan yang seharusnya selesai dalam beberapa pertemuan digabung menjadi satu pertemuan				



31.	Saya merasa tidak nyaman ketika jadwal final tidak sesuai dengan aturan jurusan sehingga waktu libur semester jadi berkurang				
32.	Saya merasa tidak nyaman dengan sistem pemberian nilai ujian praktek yang bervariasi karena belum adanya standar penilaian dari jurusan				
33.	Saya merasa tidak nyaman ketika saya tidak dapat beradaptasi dengan metode pengajaran beberapa dosen				
34.	Saya merasa tidak nyaman ketika range waktu perkuliahan tidak menentu kadang cepat dan kadang sangat lama di dalam kelas				

