

Daftar Pustaka

- Abu Bakar, Sukawati. 2014. *Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana Dalam Tanya Jawab*. Yogyakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Anggarwati, Erna Sivia Budi, et.al. 2016. Peningkatan Kualitas Tidur Wanita Menopause Melalui Kerutinan Melakukan Senam Tai Chi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. Vol. 19 No.1. Edisi Maret 2016 (Hal 41-48). <https://www.google.com/url?q=https://media.neliti.com/media/publication/110532-ID-peningkatan-kualitas-tidur-wanita-menopause.pdf&sa=U&ved=2ahU> (diunduh 24 Oktober 2019).
- Arief, Hakim. 2016. *Menopause Gejala Multisistem Organ*. Jakarta: Dunia Sehat.
- Astari, Ruri Yuni et al. 2016. Hubungan Antara Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause di Puskesmas Suka Haji Kabupaten Majalengka. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. Vol. 42 No.3. Edisi September 2016. <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/BPK/article/view/3622>. (diunduh 24 Oktober 2019).
- Ayuningtyas, Ika Fitria. 2019. *Kebidanan Komplementer*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Badan Koordinasi Keluarga Berencana. 2017. <https://www.bkkbn.go.id/po-content/uploads/lakip-BKKBN-2017.pdf> (diakses 15 Mei 2019).
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. 2017. *Badan Pusat Statistik Sumatera Utara*. <https://sumut.bps.go.id/Publikasi.html> (diakses 15 Mei 2019).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Langkat. 2017. *Profil Kesehatan Kabupaten Langkat*. http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2017/1213_Sumut_Kab_Langkat_2017.pdf (diakses 14 Mei 2019).
- Farisin, Mohammad Syaiful. 2018. Pengaruh Latihan Senam Bugar Lansia Terhadap Menopause Rating Scale (MRS) Pada Wanita Madya Lansia Panti Werdha Surya Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. Vol. 02 No.7 Edisi Juli 2018 (Hal 6-13). <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/articleview/25137> (diakses 18 Mei 2019).
- Francis, Catherine. 2017. *Langkah Pertama Melalui Menopause*. Jakarta: Libri.
- Hamilton M., 1959. The Assesment of Anxiety States By Rating. *British Journal of Medical Psychology*. 32; 50 - 55
- Hidayah, Indrawati Nurul. 2018. *Pijat Refleksi Untuk wanita*. Jakarta: Dunia Sehat.
- Janah, Nurul dan Rahayu, Sri. 2018. *Kesehatan Reproduksi & Keluarga Berencana*. Jakarta: EGC.

- Juliani et al., 2018. Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Hot Flashes Pada Wanita Menopause. *Jurnal Keperawatan*. Vol.5 NO.2 9 (Juli – Desember) 2018. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/viewFile/21305/20614> (diakses 16 Mei 2019).
- Kementrian Kesehatan RI. 2016. Profil Kesehatan Indonesia. <Http://www.depkes.go.id/download/profil-kesehatan-indonesia-2016.Pdf> (Diakses tanggal 16 Mei 2019).
- _____. 2017. Profil Kesehatan Indonesia. <Http://www.depkes.go.id/download/profil-kesehatan-indonesia-2017.Pdf> (Diakses tanggal 16 Mei 2019).
- Khamida et al., 2018. *Senam Tai Chi dalam Menurunkan Kecemasan Lansia*. <https://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk> (diunduh 18 Mei 2019).
- Kharisma. 2016. http://kharismakeperawatan.blogspot.com/2016/11/gerakan-dan-cara-melakukan-senam-taichi_4.html (diunduh 20 Juli 2019).
- Muhith, A. 2015. *Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi)*. Yogyakarta: Andi.
- News, Medical Life Sciences. (8 September 2016). *Studi menemukan terapi non hormonal dapat mengurangi hot flashes pada wanita dengan kanker payudara*. <https://www.news-medical.net/news/20100908/49/Indonesia.aspx> (diunduh 17 Mei 2019).
- Nogroho, Untung. 2015. *Langkah Sukses Menjadi Pemimpin Melalui Media Olahraga*. Purwodadi: CV. Sarnu Untung.
- Notoadmojo, Soekidjo. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2013. *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. 2017. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: PT. Nuha Medika.
- Proverawati, Atikah. 2017. *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purnamasari, Suci Indah, et.al. 2018. Pengaruh Senam Tai Chi Terhadap Nyeri Persendian Pada Wanita Menopause di UPT Bandowoso. *Jurnal Keperawatan*. Vol.10 No.2 Edisi Oktober 2018 (Hal 32-38). <https://www.google.com/url?q=http://digilib.unmuhjember.ac.id/download.php%3Fid%3D3503&sa=U&ved=2ahUKEwi1gOLyqMTIAhUMWCsKH> (diunduh 24 Oktober 2019).
- Putra, Winkanda. S., 2014. *Sehat Dengan Terapi Refleksi Dan Herbal di Rumah sendiri*. Yogyakarta: Katahati.

- Riset Kesehatan Dasar. 2017. <http://labdata.litbang.depkes.go.id/riset-badan-litbangkes/menu-riskesdas/426-rkd-2017> (diakses 16 Mei 2019).
- Sears, D.O., Fredman, J.L., & Peplau, L.A. (1985). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga
- Smart, Aqila. 2015. *Bahagia di Usia Menopause*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Solehati, T. dan E.K., Cecep. 2018. *Relaksasi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Suparni, I.E. dan Y.A. Reni. 2016. *Menopause Masalah & Penanganannya*. Jakarta: Deepublish. [https://books.google.co.id/books? isbn=6024531525](https://books.google.co.id/books?isbn=6024531525) (diunduh 17 Mei 2019).
- Suparman, E. dan Suparman, E. (November 2018). Peran Estrogen dan Progesterone Terhadap Kanker Payudara. *Jurnal Biomedik (JBM)* Vol.6, No.3. Fakultas Kedokteran. Universitas Sam Ratulangi Manado. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/biomedik/article/download/6319/5839> (diunduh 17 Mei 2019).
- Swandari, Atik et al. 2018. Pengaruh Senam Tai Chi Terhadap Penurunan Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. Vol.1, No.1*. Fakultas Kedokteran. Universitas Airlangga. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/502>. (diunduh 17 Mei 2019).
- WHO. 2015. World Health Statistics 2015. <https://translated.google.co.id/translated?hl=id&sl=en&u=http://www.who.int/prev=search> (diakses 14 Mei 2019).
- Yuni, R. Dan Astari. 2014. Hubungan Antara Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause di Puskesmas Suka Haji Kabupaten Majalengka. *Jurnal Kesehatan Vol.42, No 3 Sep (2014)*.<http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/BPK/article/view/3622> (diunduh 18 Mei 2019).

LAMPIRAN



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061-8368633 – Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id , email : poltekkes_medan@yahoo.com



Nomor : PP.08.02/00.02/ 1313 / 2019
Lampiran : 1 (Satu) set
Perihal : Izin Survey Lahan Penelitian
Prodi D-IV Kebidanan

.... Mei 2019

Yth,
Ibu Pimpinan **PUSTU DESA PAYA BENGMANG**
Di-
Tempat

Sehubungan dengan Mata Kuliah Pengembangan Proposal (SKRIPSI) pada mahasiswa Prodi D-IV Kebidanan Alih Jenjang semester I maka dengan ini kami meminta kepada Bapak/Ibu Pimpinan Lahan Praktek untuk dapat memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan survey penelitian di tempat yang bapak /ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa sebagai berikut :

Nama Mahasiswa : **DINDA AYUNI PUTRI**

Nim : **P07524418035**

Demikianlah surat permintaan ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Betty Mangkuji, SST,M.Keb
NIP.196609101994302001



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061-8368633 – Fax : 061-8368644

Website : www.poltekkes-medan.ac.id , email : poltekkes_medan@yahoo.com



Nomor : LB.02.01/00.02/2459.26 /2019

Medan, 26 Agustus 2019

Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth :
Pimpinan Puskesmas Pembantu Desa Paya Bengkuang
di –
Tempat

Sesuai dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan D-IV Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntu untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada :

Nama : DINDA AYUNI PUTRI
NIM : P07524418035
Pogram : ALIH JENJANG
Prodi : D4 KEBIDANAN MEDAN
Judul Penelitian : EVEKTIVITAS LATIHAN SENAM TAI CHI TERHADAP
PENGURANGAN KELUHAN SINDROM MENOPAUSE PADA WANITA
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEMBANTU DESA PAYA
BENGKUANG KECAMATAN GEBANG KABUPATEN LANGKAT
TAHUN 2019

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Jurusan Kebidanan Medan
Ketua,

Beti Langkuji, SST, MKeb
196609101994032001





DINAS KESEHATAN KABUPATEN LANGKAT
PUSTU DESA PAYA BENGMUANG

Dusun II Desa Paya Bengkuang Kec. Gebang Kab. Langkat. KP : 20856
Telepon (061) 8361237



Paya Bengkuang, 28 Agustus 2019

Nomor : 1872/PSTPB/II/2019
Lampiran : -
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth :
Ibu Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes RI Medan
Di-
Tempat

Berdasarkan surat dari Ketua Jurusan Kebidanan Program Studi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI No.L.B.02.01/00.02/2459.26/2019 tanggal 26 Agustus 2019 hal Permohonan Izin Survey Awal dalam rangka penyusunan skripsi, maka :

Nama : Dinda Ayuni Putri
NIM : P07524418035
Judul Penelitian : Efektivitas Latihan Senam Tai Chi Terhadap Pengurangan Keluhan Sindrom Menopause Pada Wanita Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Desa Paya Bengkuang Kecamatan Gebang Kabupaten Langkat Tahun 2019

Bersama ini kami sampaikan bahwa kami tidak menaruh keberatan untuk menerima Nama yang tertera diatas untuk melakukan studi pendahuluan di Puskesmas Pembantu Desa Paya Bengkuang.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Kepala Pustu Desa Paya Bengkuang


Indah Rafiana
NIP. 19700418 200312 2 002



KEMENKES RI

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136

Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644

email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor 1164/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2019**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

“Efektivitas Latihan Senam Tai Chi Terhadap Pengurangan Keluhan Sindrom Menopause Pada Wanita Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Desa Paya Bengkuang Kecamatan Gebang Kabupaten Langkat Tahun 2019”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Dinda Ayuni Putri**
Dari Institusi : **Prodi DIV Kebidanan Medan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian kebidanan.
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, Nopember 2019
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan

☞ Ketua,

Zuraidah Nasution

Dr.Ir. Zuraidah Nasution,M.Kes
NIP. 196101101989102001

Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
Umur :
Agama :
Pekerjaan :
Alamat :

Dengan ini saya menyatakan untuk bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian skripsi dengan senang hati dan suka rela menerima dan berpartisipasi dalam kegiatan latihan senam Tai Chi yang dilakukan oleh mahasiswa :

Nama : Dinda Ayuni Putri
NIM : P07524418035

Kepada saya sudah diinformasikan penjelasan dan informasi mengenai latihan senam Tai Chi dan manfaatnya untuk keluhan sindrom menopause

Medan, Juli 2019

()

KUESIONER SINDROM MENOPAUSE

Instruksi :

Jawablah dari pernyataan berikut ini manakah gejala yang anda alami sekarang ini dan seberapa berat atau ringankah keluhan tersebut?

Tolong anda berikan tanda “✓” di kotak yang tepat untuk setiap keluhan yang tertera dibawah ini.

Keterangan :

- 0 : Tidak ada keluhan
- 1 : Ringan (bila keluhan timbul sekali-kali dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari)
- 2 : Sedang (bila keluhan timbul sekali-kali tetapi mengganggu aktivitas sehari-hari)
- 3 : Berat (bila keluhan timbul sering timbul dan mengganggu aktivitas sehari-hari)
- 4 : Sangat berat (sulit diatasi dan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari)

NO	PERNYATAAN	0	1	2	3	4
1.	Badan terasa sangat panas, berkerigat					
2.	Masalah tidur (susah tidur, susah untuk tidur nyenyak, bangun terlalu pagi)					
3.	Perasaan tertekan (merasa tertekan, sedih, mudah menangis, tidak bergairah/ lesu, mood yang berubah-ubah)					
4.	Keluhan fisik dan mental (menurunnya kinerja secara umum, berkurangnya daya ingat, menurunnya konsentrasi, mudah lupa/ pikun)					

5.	Masalah-masalah seksual (perubahan dalam gairah seksual, aktivitas seksual dan kepuasan seksual)					
6.	Masalah-masalah pada kandung dan saluran kemih (sulit buang air kecil, sering buang air kecil, buang air kecil yang tidak terkontrol)					
7.	Kekeringan pada vagina (rasa kering atau terbakar pada vagina, kesulitan dalam berhubungan intim)					
8.	Rasa tidak nyaman pada persendian otot (sakit kepala pada persendian, keluhan rematik)					
9.	Kulit kering (terasa lebih tipis, kendur dan membuat kurang nyaman)					
10.	Ketidakteraturan siklus haid menyebabkan rasa cemas					
11.	Sesak napas yang menyebabkan terganggunya kegiatan sehari-hari					

LEMBAR OBSERVASI SETELAH DIBERIKAN LATIHAN SENAM TAI CHI

PETUNJUK :

Berilah tanda (✓) pada kolom nilai angka (score). 0 → jika ada perubahan setelah diberi perlakuan dan 1 → jika tidak ada perubahan setelah diberi perlakuan.

No.	Masalah	Nilai Angka (Score)		Keterangan
		0	1	
1.	Keluhan Sindrom Menopause			

2. Menopause Rating Scale

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	20	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.816	11

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
P1	.90	.308	20
P2	.60	.523	20
P3	.95	.686	20
P4	.75	.550	20
P5	.75	.550	20
P6	.75	.550	20
P7	.90	.553	20
P8	1.10	.447	20
P9	.70	.470	20
P10	1.05	.394	20

	Mean	Std. Deviation	N
P1	.90	.308	20
P2	.60	.523	20
P3	.95	.686	20
P4	.75	.550	20
P5	.75	.550	20
P6	.75	.550	20
P7	.90	.553	20
P8	1.10	.447	20
P9	.70	.470	20
P10	1.05	.394	20
P11	1.15	.459	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P1	8.90	10.200	.418	.809
P2	9.00	9.053	.568	.793
P3	8.55	8.450	.550	.798
P4	9.05	9.418	.413	.808
P5	9.05	9.208	.481	.801
P6	9.05	9.313	.447	.805
P7	8.90	9.042	.532	.798
P8	8.70	9.484	.520	.798
P9	9.10	9.674	.418	.807
P10	8.75	9.987	.391	.809
P11	8.55	9.082	.609	.769

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
8.80	11.118	3.334	11



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

JL. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20146
Telepon : 061-8368633- Fax : 061-8368644

Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com



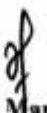
LEMBAR KONSULTASI

NAMA MAHASISWA : DINDA AYUNI PUTRI
NIM : P07524418035
**JUDUL SKRIPSI : EFEKTIVITAS LATIHAN SENAM TAI CHI
TERHADAP PENGURANGAN KELUHAN
SINDROM MENOPAUSE PADA WANITA
MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PEMBANTU DESA PAYA
BENGKUANG KECAMATAN GEBANG
KABUPATEN LANGKAT TAHUN 2019**
**DOSEN PEMBIMBING : 1. EFENDI SIANTURI, SKM, M.Kes
2. TRI MARINI S, S.ST, M.Keb**

No.	Tanggal	Uraian Kegiatan Bimbingan	Hasil	Paraf Pembimbing
1.	09 Mei 2019	Pengajuan Judul	Revisi Judul	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
2.	13 Mei 2019	Revisi Judul	ACC Judul	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes

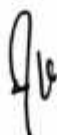
3.	20 Mei 2019	Konsul BAB I	Revisi BAB I	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
4.	28 Mei 2019	Konsul Revisi BAB I	ACC BAB I	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
5.	13 Mei 2019	Konsul BAB I dan BAB II	Revisi BAB II dan BAB III	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
6.	17 Mei 2019	Konsul BAB II dan BAB III, Penyerahan Instrumen Penelitian	ACC BAB II dan Revisi BAB III	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
7.	21 Mei 2019	Konsul BAB I, BAB II dan BAB III	Revisi BAB I, BAB II dan BAB III	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
8.	24 Mei 2019	Konsul Revisi BAB III	ACC BAB III dan Lengkapi Ketentuan Untuk Ujian Proposal	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
9.	28 Juni 2019	ACC Ujian Proposal	ACC Seminar Proposal	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
10.	28 Juni 2019	Konsul Revisi BAB I, BAB II dan BAB III	ACC BAB I, BAB II dan BAB III, Revisi Daftar Pustaka	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb

11.	08 Juli 2019	Konsul Perbaikan Daftar Pustaka	ACC Daftar Pustaka dan Lengkapi Ketentuan Untuk Ujian Proposal	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
12.	10 Juli 2019	ACC Ujian Proposal	ACC Seminar Proposal	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
13.	24 Juli 2019	Konsul Revisi Proposal	ACC Revisi Proposal	 dr. Lestari Rahmah, MKT
14.	25 Juli 2019	Konsul Revisi Proposal	ACC Revisi Proposal	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
15.	02 Agustus 2019	Konsul Revisi Proposal	ACC Revisi Proposal	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
16.	26 September 2019	Konsul BAB IV dan BAB V	Revisi BAB IV dan BAB V	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
17.	27 September 2019	Konsul Revisi BAB IV dan BAB V	ACC BAB IV dan Revisi BAB V	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
18.	01 Oktober 2019	Konsul Revisi BAB V	ACC BAB V dan Lengkapi Abstrak	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes

19.	04 Oktober 2019	Konsul Abstrak	ACC Abstrak, Lengkapi Ketentuan Untuk Seminar Hasil	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
20.	07 Oktober 2019	ACC Seminar Hasil	ACC Ujian Skripsi	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
21.	07 Oktober 2019	Konsul BAB IV dan BAB V	Revisi BAB IV dan BAB V	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
22.	08 Oktober 2019	Revisi BAB IV dan BAB V	ACC BAB IV dan BAB V. Lengkapi Ketentuan Untuk Seminar Hasil	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
23.	09 Oktober 2019	ACC Seminar Hasil	ACC Ujian Skripsi	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
24.	18 November 2019	Konsul Revisi Skripsi	ACC Jilid Lux	 dr. Lestari Rahmah, MKT

25.	20 November 2019	Konsul Revisi Skripsi	ACC Jilid Lux	 Tri Marini S, S.ST, M.Keb
26.	20 November 2019	Konsul Revisi Skripsi	ACC Jilid Lux	 Efendi Sianturi, SKM, M.Kes

Dosen Pembimbing Utama



Efendi Sianturi, SKM, M.Kes
NIP. 19660716 199803 1 003

Dosen Pembimbing Pendamping



Tri Marini S, S.ST, M.Keb
NIP.19800308 200112 2 002

**Master Tabel Keluhan Sindrom Menopause Pada Kelompok Perlakuan
Sebelum Dan Setelah Diberikan Latihan Senam Tai Chi**

No	Umur	Pre	Kategori	Post	Kategori
1	46	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
2	48	3	Berat	1	Ringan
3	46	2	Sedang	1	Ringan
4	50	2	Sedang	1	Ringan
5	47	1	Ringan	1	Ringan
6	47	2	Sedang	1	Ringan
7	46	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
8	53	3	Berat	1	Ringan
9	47	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
10	48	1	Ringan	1	Ringan
11	49	2	Sedang	1	Ringan
12	51	2	Sedang	1	Ringan
13	48	2	Sedang	2	Sedang
14	47	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
15	49	2	Sedang	1	Ringan
16	49	2	Sedang	1	Ringan
17	53	3	Berat	1	Ringan
18	50	3	Berat	1	Ringan
19	47	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
20	53	3	Berat	2	Sedang
21	47	1	Ringan	1	Ringan
22	48	2	Sedang	2	Sedang
23	48	2	Sedang	1	Ringan
24	47	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
25	46	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
26	49	2	Sedang	1	Ringan
27	53	4	Sangat Berat	2	Sedang
28	48	2	Sedang	0	Tidak ada keluhan
29	46	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
30	48	1	Ringan	1	Ringan
31	54	3	Berat	1	Ringan
32	47	2	Sedang	1	Ringan
33	46	1	Ringan	0	Tidak ada keluhan
Rata-Rata		1,79		0,81	

Σ Responden = 33

Σ Ringan = 13 responden
 Σ Sedang = 13 responden
 Σ Berat = 6 responden
 Σ Sangat Berat = 1 responden

Σ Tidak ada kel.= 10 responden
 Σ Ringan = 19 responden
 Σ Sedang = 4 responden

**Master Tabel Keluhan Sindrom Menopause Pada Kelompok Kontrol
Sebelum Dan Setelah Diberikan Latihan Senam Tai Chi**

No	Umur	Pre	Kategori	Post	Kategori
1	48	2	Sedang	2	Sedang
2	47	2	Sedang	2	Sedang
3	53	3	Berat	3	Berat
4	46	1	Ringan	1	Ringan
5	52	2	Sedang	3	Berat
6	46	1	Ringan	1	Ringan
7	47	1	Ringan	1	Ringan
8	53	3	Berat	3	Berat
9	46	1	Ringan	1	Ringan
10	48	2	Sedang	2	Sedang
11	47	1	Ringan	1	Ringan
12	48	2	Sedang	2	Sedang
13	46	1	Ringan	1	Ringan
14	48	1	Ringan	1	Ringan
15	50	2	Sedang	3	Berat
16	49	2	Sedang	2	Sedang
17	46	2	Sedang	2	Sedang
18	48	1	Ringan	1	Ringan
19	48	1	Ringan	1	Ringan
20	52	2	Sedang	3	Berat
21	50	2	Sedang	2	Sedang
22	53	3	Berat	3	Berat
23	47	2	Sedang	2	Sedang
24	46	2	Sedang	2	Sedang
25	49	2	Sedang	2	Sedang
26	50	2	Sedang	2	Sedang
27	48	2	Sedang	3	Berat
28	53	2	Sedang	3	Berat
29	52	2	Sedang	3	Berat
30	50	3	Berat	3	Berat
31	51	2	Sedang	3	Berat
32	48	2	Sedang	2	Sedang
33	52	3	Berat	3	Berat

Σ Responden = 33

Σ Ringan = 9 responden
 Σ Sedang = 19 responden
 Σ Berat = 5 responden

Σ Ringan = 9 responden
 Σ Sedang = 12 responden
 Σ Berat = 12 responden

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
	Kelompok	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kelompok	Perlakuan	66	100,0%	0	0,0%	66	100,0%
	kontrol	66	100,0%	0	0,0%	66	100,0%

Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Kelompok	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kelompok	Perlakuan	,277	66	,000	,861	66	,000
	kontrol	,236	66	,000	,810	66	,000

a. Lilliefors Significance Correction

Group Statistics

	Test	N	Mean	Std. Deviation
Perlakuan	Pre-Test	33	1,8485	,83371
	Post-Test	33	,8182	,63514

Group Statistics

	Test	N	Mean	Std. Deviation
Kelompok Kontrol	Pre-Test	33	1,8788	,64988
	Post-Test	33	2,0909	,80482

Ranks

	Hasil	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil	1,00	33	47,24	1559,00
	2,00	33	19,76	652,00
	Total	66		

WAKTU PENELITIAN

[illegible]

DOKUMENTASI





DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. DATA PRIBADI

Nama : Dinda Ayuni Putri
Tempat/Tanggal Lahir : Tanjung Pura, 18 Mei 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Anak Ke : 2 Dari 4 Bersaudara
Telp : 082372509608
E-Mail : dinda18ayuni@gmail.com
Alamat : Dusun I Desa Paya Bengkuang Kecamatan
Gebang Kabupaten Langkat



2. DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Sugiarno, S.Pd
Nama Ibu : Ernita, Am.Keb

3. DATA SAUDARA

Nama Abang : Fery Surya Perdana, S.Pd
Nama Adik : - Muhammad Dicky Ardani
- Sri Gita Aulia

4. RIWAYAT PENDIDIKAN

No.	Tahun Ajaran	Asal Sekolah
1.	2002-2003	TK Al-Anshar Tanjung Pura
2.	2003-2009	SD Negeri 1 050724 Tanjung Pura
3.	2009-2012	SMP Negeri 1 Tanjung Pura
4.	2012-2015	SMA Negeri 1 Tanjung Pura
5.	2015-2018	Poltekkes Kemenkes RI Medan Prodi D-III Kebidanan Medan