

## DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti. 2013. *Kesehatan Reproduksi*.Pustaka Pelajar:Yogyakarta.
- Kemenkes.2013. *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI situasi kesehatan Reproduksi Kesehatan*. (online) available at:<<http://www.infodatinremaja.com> (di akses pada 15 Januari 2019)
- Kusumawati,A & I Finurina,2016. *Perilaku Remaja Puteri Dalam Mengatasi Gejala Pre Menstrual* Available at:<<http://digilib.umpo.ac.id> (di akses pada 15 Januari 2019)
- Marlina,Lina.2018.*Pengaruh Relaksasi Pernafasan Terhadap Penurunan Gejala Pre Menstrual Syndrome Pada Mahasiswa Kebidanan Tingkat II STIKES Mitra Kencana Tasikmalaya.* Available at:<<http://jurnal.keperawatan&kebidanan.stikesmitrakencanatasikmalaya.ac.id> (di akses pada 15 Januari 2019)
- Maharani,Yupita Dwi.2017.*Buku Pintar Kebidanan & Keperawatan*.Brilliant Books: Yogyakarta
- Mohamadirizi & Kordi, 2016. *Gambaran Tipe Pre Menstruasi Syndrome Pada Remaja Puteri*. Available at:<<http://perpuswu.web.id> (di akses pada 15 Januari 2019).
- Monajemi,et.all.2017. *Assessing of Music Therapy on Premenstrual Syndrome of the Symptoms*. Available at:<<http://www.researchgate.net/publication/319256974> (di akses pada 29 Mei 2019).
- Natalia,Dian.2013.*Terapi Musik Bidang Keperawatan*.Mitra Wacana Media:Jakarta.
- Nurgiawati,Endeh.2015.*Terapi Alternatif Dan Komplementer Dalam Bidang Keperawatan*.IN Media:Bogor.
- Notoatmodjo,S.2010.*Metodologi Penelitian Kesehatan*.Rineka Cipta:Jakarta.
- Oktavia,Dkk.2015.*Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di SMA Negri 1 Pontianak Tahun 2015*. Available at:<<http://jurnal.keperawatan.univ.tanjungpura.ac.id> (di akses pada 15 Januari 2019).

Prihastuti,Yuni.2014.*Gambaran Tipe Pre Menstruasi Syndrome Pada Remaja Kelas XI Di SMA Negri 1 Mijen Demak Tahun 2014.* Available at:<<http://perpuswu.web.id> (di akses pada 18 Januari 2019).

Proverawati,A dan Misaroh,S.2018.*Menarche.*Nuha Medika:Yogyakarta.

Ratnawati,Ana.2018.*Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan gangguan Sistem Reproduksi.*PUSTAKA BARU PRESS:Yogyakarta.

Rosanty,2014.*Psikologi Musik Untuk Kehidupan.*BPK Gunung Mulia : Jakarta.

Saryono&Waluyo.2018.*Sindrom Premenstruasi.*Nuha Medika:Yogyakarta.

Setiawan,Ari dan Saryono.2011.*Metode Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 Dan S2.*Nuha Medika:Yogyakarta.

Suparman,Eddy.2011.*Premenstrual Syndrome.* EGC:Jakarta.

Sulistyowati, 2015. *Perbedaan Premenstrual Syndrom Sebelum Dan Sesudah Senam Yoga Pada Remaja Putri Di Lembaga Pendidikan Ihyaul Ulum Kecamatan Dukun Kabupaten Gresik.* Available at:<<http://perpuswu.web.id> (di akses pada 18 Januari 2019).

Susanto, 2013. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Mahasiswa Terhadap Sindrom Pre Menstruasi Di Fakultas Kedokteran Sumatera Utara.* Available at:<<http://repository.usu.ac.id> (di akses pada 15 Januari 2019).

Viswanathan,Poornima dan Nishal, 2015. *The Effects of Classical Music based chakra Meditation on the Sympotms of Premenstrual Syndrome.* Available at:<<http://www.ijip.in> (di akses pada 29 Mei 2019).

Wibowo,Adik.2014.*Metodologi Penelitian Praktis Bidang Kesehatan.*Rajawali Pers:Jakarta

L  
A  
M  
P  
I  
R  
A  
N

## Lampiran 1

No.	Kegiatan	BILAN					
		Januari	Februari	Maret	April	Mei	Juni
1	Mengelukian Jadul						
2	Acc Jadul						
3	Konsultasi Bab I						
4	Konsultasi Bab II						
5	Konsultasi Bab III						
6	Seminar Proposal						
7	Izin Melakukan Penelitian						
8	Melaksanakan Penelitian						
9	Mengolah dan Menyusun Data Hasil Penelitian						
11	Konsultasi Bab IV						
13	Konsultasi Bab V						
14	Seminar Hasil Penelitian						
16	Perbaikan Hasil Penelitian						

## Lampiran 2

 KEMENKES	<b>KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA</b> BANDAR PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN <b>POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN</b> Jl. Jamin Gimting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tumungan Kode Pos : 20136 Telepon : 061-8368633 – Fax : 061-8368644 Website : <a href="http://www.poltekkes-medan.ac.id">www.poltekkes-medan.ac.id</a> , email : <a href="mailto:poltekkes_medan@yahoo.com">poltekkes_medan@yahoo.com</a>	
---	--	---

Nomor : LB.01.04/00.02/ 0014 /2019 17 Januari 2019  
Perihal : Izin Melakukan Survei Awal Penelitian

Kepada Yth:  
Kepala Sekolah SMK Kesehatan Wiratama  
di-  
Tempat

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

Nama	ELIZABETH KANDIYAHIS ARIADIANG
NIM	10152415048
Semester	VIII
Program Studi	D-IV Kebidanan Medan
Judul Penelitian	PERAN TERAPI MUSIC TERHADAP PENURUNAN KELUHAN PRE MENSTRUASI SINDROM

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

Jurusah Kebidanan  
Ketua,  
  
Betty Mangkuji, SST, M.Keb



KEMENKES

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

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

Website : [www.poltekkes-medan.ac.id](http://www.poltekkes-medan.ac.id) , email : poltekkes\_medan@yahoo.com



Nomor : LB.01.04/00.02/ 0004 /2019

17 Januari 2019

Perihal : Izin Melakukan Survei Awal Penelitian

Kepada Yth:  
Kepala Sekolah SMK Kesehatan Wirahusada

di-

Tempat

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

Nama	: ELIZABETH MANDYATIS , ARI DINDANG
NIM	: 107524415048
Semester	: VIII
Program Studi	: D-IV Kebidanan Medan
Judul Penelitian	: PENGERUM TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN KELUHAN PRE MENSTRUAL SINDROM

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

Jurusan Kebidanan  
Ketua:  
Betty Mangkui, SST, M.Keb

### Lampiran 3



#### **YAYASAN PERGURUAN WIRAHUSADA MEDAN SMK KESEHATAN WIRAHUSADA MEDAN**

PROGRAM KEAHIAN: KEPERAWATAN – FARMASI – ANALIS KESEHATAN  
Jln. Bunga Ncole No. 100 Kel. Kemenangan Tani Kec. Medan Tuntungan,  
Telp. (061) 8366206 | E-mail: smkkewirahusada@gmail.com  
Website: smkkewirahusadamedan.sch.id | Blog: wirahusadamedan.blogspot.com

No : 092/SMKkesWH/TU/I/2019  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Balasan Survei Tempat Penelitian

Yth. Ketua Jurusan Kebidanan Medan  
Poltekkes Kemenkes RI Medan  
Di-  
Tempat

Sehubung dengan surat saudara pada tanggal 17 Januari 2019 dengan nomor LB.01.04/00.02/0086/2019 tentang perihal Survei Awal Penelitian dalam rangka penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Studi D-IV dengan tujuan akhir sebagai syarat kelulusan mahasiswa program studi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan, atas nama :

Nama	:	ELIZABETH HANDAYANI ARITONANG
NIM	:	P07524415048
Semester/T.A	:	VIII, 2019/2020
Judul	:	HUBUNGAN TERAPI MUSIK TERHADAP
Penelitian	:	PENURUNAN KELUHAN PRE MENSTRUASI SINDROM
Tempat	:	SMK KESEHATAN WIRAHUSADA KOTA
Penelitian	:	MEDAN

Benar telah melakukan survei awal penelitian di Sekolah SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan yang saya pimpin.

Demikian Surat Keterangan ini diperbaat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana lanjutan Penelitian berikutnya.  
Atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Medan, 31 Januari 2019

Kepala SMK Kesehatan  
Wirahusada Medan

## Lampiran 4



EMENKES RI

### 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

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



Medan, 19 Maret 2019

Nomor : LB.02.01/00.02/ 0716 /2019  
Lampiran : -  
Perihal : Izin Lahan Penelitian

Kepada Yth, SMK KESERATAN WIRAHUSADA  
Bapak/Ibu .....  
Di-

Tempat

Sesuai dengan Proses Penyelenggaraan Akhir Program studi D-IV Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan, Bagi Mahasiswa Semester Akhir akan Melakukan penelitian. Untuk hal tersebut diatas maka bersama surat ini kami mohon kesedian Bapak/ Ibu untuk memberikan izin lahan penelitian kepada :

Nama : ELIZABETH HENDAYANI HRITONANG  
NIM : PT1524115048

Judul Penelitian : PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN KELUHAN  
PRE MENSTRUASI SINDROM DE SMK KESERATAN  
WIRAHUSADA KOTA MEDAN TAHUN 2019

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



## Lampiran 5

	<p style="text-align: center;"><b>YAYASAN PERGURUAN WIRAHUSADA MEDAN</b> <b>SMK KESIHATAN WIRAHUSADA MEDAN</b> PROGRAM KEAHlian: KEPERAWATAN – FARMAR – ANALIS KESEHATAN Jln. Bunga Ncole No. 100 Kel. Kemenangan Tani Kec. Medan Tuntungan, Telp. (061) 8366206   E-mail: smkkeswirahusada@gmail.com WebSite: smkkeswirahusadamedan.sch.id   Blog: wirahusadamedan.blogspot.com</p>														
<hr/>															
Nomor	:	117 /SMKKesWH/TU/IV/2019	Medan, 25 Mei 2019												
Lampiran	:	-													
Perihal	:	Surat Balasan Penelitian													
<p>Kepada Yth; Bapak/ Ibu Ketua Jurusan D-IV Kebidanan POLTEKES KEMENKES RI Di – Tempat</p>															
<p>Dengan hormat,</p>															
<p>Sehubungan dengan kami terimanya surat permohonan Izin Penelitian dengan data diri:</p>															
<table border="0"><tr><td>Nama</td><td>:</td><td>Elizabeth Handayani Aritonang</td></tr><tr><td>NIM</td><td>:</td><td>P07524415048</td></tr><tr><td>No. Surat</td><td>:</td><td>LB.02.01/00.02/0719/2019</td></tr><tr><td>Judul</td><td>:</td><td>“Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom”</td></tr></table>				Nama	:	Elizabeth Handayani Aritonang	NIM	:	P07524415048	No. Surat	:	LB.02.01/00.02/0719/2019	Judul	:	“Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom”
Nama	:	Elizabeth Handayani Aritonang													
NIM	:	P07524415048													
No. Surat	:	LB.02.01/00.02/0719/2019													
Judul	:	“Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom”													
<p>dengan ini kami menyampaikan bahwa benar nama tersebut telah melaksanakan Penelitian untuk pelaksanaan penyusunan skripsi program studi D-IV kebidanan Poltekkes Kemenkes RI di SMK Kesehatan Wirahusada Medan dimulai dari tanggal 8 April s.d 25 Mei 2019.</p>															
<p>Demikianlah surat keterangan ini diperbuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana lanjutan penelitian berikutnya atas perhatiannya dan kerja samanya diucapkan terimakasih.</p>															
<p style="text-align: right;">Kepala Sekolah SMK Kesehatan Wijrahusada Medan</p>															
<p style="text-align: right;"> (Bastanta Handayani, S.Pd)</p>															

## Lampiran 6



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](mailto:kepk.poltekkesmedan@gmail.com)



### PERSETUJUAN KEPK TENTANG PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN Nomor: 0.320 /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 :

**“Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan Tahun 2019”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/ Peneliti Utama : **Elizabeth Handayani Aritonang**

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, Mei 2019  
Komisi Etik Penelitian Kesehatan  
Poltekkes Kemenkes Medan



## **Lampiran 7**

### **LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI PESERTA PENELITIAN PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN KELUHAN PRE MENSTRUASI SINDROM DI SMK KESEHATAN WIRAHUSADA TAHUN 2019**

Oleh : Elizabeth Handayani Aritonang

Nim : P07524415048

Saya adalah mahasiswi Prodi D- IV Kebidanan Medan Poltekkes Kemenkes RI Medan. Ingin melakukan penelitian di SMK Kesehatan Wirahusada dengan tujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom Di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan. Penelitian ini salah satu kegiatan dalam menyelesaikan tugas skripsi di Prodi D IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.

Saya mengharapkan kesediaan saudari untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Informasi yang saya dapatkan ini hanya akan digunakan untuk pengembangan ilmu kebidanan dan tidak akan dipergunakan untuk maksud lain. Partisipasi saudari dalam penelitian ini bersifat bebas untuk menjadi responden penelitian atau menolak tanpa ada sanksi apapun. Jika saudari bersedia untuk mengizinkan menjadi responden silahkan saudari menandatangani formulir persetujuan ini.

Medan, 2019

No. responden :

Tanda tangan :

## Lampiran 8

### INFORMED CONSENT MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : \_\_\_\_\_

Umur : \_\_\_\_\_

Kelas : \_\_\_\_\_

Alamat : \_\_\_\_\_

No. Hp/WA : \_\_\_\_\_

Umur pertama kali Haid : \_\_\_\_\_

Tanggal Menstruasi/bulannya : \_\_\_\_\_

Setelah mendapat penjelasan dari peneliti tentang penelitian “Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom Di SMK Kesehatan Wirahusada Kecamatan Tuntungan Kota Medan Tahun 2019”. Maka dengan ini saya secara sukarela dan tanpa paksaan menyatakan bersedia ikut serta dalam penelitian tersebut.

Demikianlah surat pernyataan ini untuk dapat dipergunakan seperlunya

Tanda Tangan,  
Responden

Medan, April 2019  
Peneliti,

( ) (Elizabeth Handayani Aritonang)

## **Lampiran 9**

### **Prosedur Langkah-langkah Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstrusasi Sindrom Di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan**

**Tahun 2019**

#### **Teknik Pemberian Terapi Musik**

1. Persiapan alat (Headset/Speaker, Handphone)
2. Ciptakan lingkungan yang tenang
3. Siapkan posisi yang nyaman
4. Batasi stimulasi eksternal (gangguan dari luar) seperti suara kebisingan, panggilan telepon selama mendengarkan music
5. Dekatkan speaker dengan jarak 30-50 cm dari telinga atau dapat juga menggunakan headset
6. Pastikan volume musik sedang atau sesuai dengan keinginan
7. Lakukan terapi musik selama 15 menit
8. Mulai latihan dengan :
  - a. Pejamkan mata
  - b. Ambil nafas panjang, tarik nafas panjang tahan 2-3 detik, lalu hembuskan secara perlahan-lahan
  - c. Biarkan pikiran serta tubuh menikmati kenyamanan dalam irama musik dan tenangkan diri
  - d. selesai

## Lampiran 10

### Lembar Obseravsi Pre Menstruasi Sindrom (*Shortened Premenstrual Assesment Form (SPA-F)*)

No. Responden :  
Nama :  
Umur :  
Kelas :  
Alamat :  
No. HP/WA :

**Petunjuk** : Berilah tanda chek list ( ✓ ) pada kolom skor yang paling sesuai menggambarkan setiap gejala pre menstruasi yang anda rasakan. Berikut gejala-gejala yang muncul dalam beberapa hari ( 7-14 hari) saat menjelang haid atau sebelum menstruasi yang akan datang. Skor menunjukkan tingkat keparahan yang dialami :

1 = Ringan ( keluhan yang dialami hanya terasa sedikit dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari)

2 = Sedang (keluhan yang dialami terasa sekali dan mempengaruhi beberapa aktivitas sehari-hari)

3 = Berat (keluhan yang dialami sangat terasa sekali, penurunan fungsi fisik dan psikis sehingga tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari).

No .	Gejala	Score		
		1	2	3
	<b>Gejala Fisik</b>			
.1.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami payudara terasa tegang/nyeri saat ditekan atau tanpa ditekan, dan terjadi pembesaran atau pembengkaan			
2.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami Nyeri otot / kaku sendi			
3.	Saat sebelum menjelang menstruasi merasa sesak dan tidak nyaman			

No	Gejala	Score		
		1	2	3
4.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami Berat badan bertambah			
	<b>Gejala Psikis</b>			
5.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami bengkak pada tangan atau kaki			
6.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami Merasa perut kembung atau nyeri pada perut			
7.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami Merasa tertekan/ stress dalam segala hal			
8.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami Mudah tersinggung / marah			
9.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami Merasa sedih / depresi			
10.	Saat sebelum menjelang menstruasi mengalami Merasa tidak berdaya untuk mengatasi masalah yang ringan atau biasa			

## Lampiran 11

### MASTER TABEL FREKUENSI KELUHAN PMS SEBELUM DIBERIKAN TERAPI MUSIK

No. Responden	Nama	Umur Pertama kali Haid	Umur Sekarang	Pertanyaan Keluhan PMS										Jumlah	Kategori PMS	Keterangan
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Egiana Sri	11	16	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	Ringan
2	Novi Margarathia	12	15	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	12	2	Sedang
3	Yumi Melisa	12	15	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	21	3	Berat
4	Putri Diana L.	11	15	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	22	3	Berat
5	Sima Simantia	13	16	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	13	2	Sedang
6	Uli Hayati	13	15	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	18	2	Sedang
7	Helan Martha	13	16	3	1	1	1	1	2	3	3	3	2	18	2	Sedang
8	Adies Saesiliaawati	11	15	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	12	2	Sedang
9	Ike Selvia	14	15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	2	Sedang
10	Nansya Gladiola	12	15	2	1	2	2	1	2	3	3	1	2	19	2	Sedang
11	Ika Amanda	13	16	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	13	2	Sedang
12	Darline	12	16	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	15	2	Sedang
13	Ananda Chairani	12	15	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	14	2	Sedang
14	Cindy M	14	16	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	15	2	Sedang
15	Uinawati Sitorus	15	15	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	12	2	Sedang
16	Melyani	15	17	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	13	2	Sedang
17	Trifena	13	15	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	11	2	Sedang
18	Putri Ayu	14	16	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	18	2	Sedang
19	Dara	12	16	3	1	1	1	1	2	3	3	2	3	22	3	Berat
20	Charyn	12	16	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	27	3	Berat
21	Ester	12	16	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	21	3	Berat
22	Edinwina Maria	13	16	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	26	3	Berat
23	Nurul Utari	13	16	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	12	2	Sedang
24	Jenny Alfa Dilla	13	17	2	2	1	1	2	3	2	3	3	2	23	3	Berat
25	Sinty F Hazirah	11	16	2	2	1	1	3	2	1	2	1	1	14	2	Sedang
26	Fitra	13	17	2	3	1	2	1	2	3	3	3	3	23	3	Berat
27	Widiyati	13	17	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	20	2	Sedang
28	Suzanne	14	16	1	1	1	1	3	2	3	3	3	3	20	2	Sedang
29	Renna Adelia	13	16	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	15	2	Sedang
30	Nadina	13	17	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	13	2	Sedang
31	Pardila	15	17	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	11	2	Sedang
32	Vevi Sustria	15	16	1	2	2	1	1	2	3	1	1	1	13	2	Sedang
33	Frista Uli	14	15	2	2	1	1	1	2	3	3	3	3	23	3	Berat

**Lampiran 12**

**MASTER TABEL FREKUENSI KELUHAN PMS SESUDAH DIBERIKAN TERAPI MUSIK**

MASTER TABEL FREKUENSI KELUHAN PMS SESUDAH DIBERIKAN TERAPI MUSIK																
No. Responden	Nama	Umur Pertama kali Hadir	Umur Sekarang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jumlah	Kategori PMS	Keterangan
1	Egiane Sri	11	36	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	Ringan
2	Novi Margaretha	12	35	1	1	0	1	1	3	0	0	0	0	9	1	Ringan
3	Yuni Melita	12	35	4	3	1	4	1	2	2	2	2	2	15	2	Sedang
4	Putri Diana L	11	35	1	1	3	3	1	2	1	2	2	1	13	2	Sedang
5	Sinta Sirenta	12	36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Ringan
6	Uli Hayati	13	35	1	1	1	1	0	1	1	1	1	2	10	1	Ringan
7	Helen Martha	13	36	0	1	0	0	0	1	2	2	0	1	7	1	Ringan
8	Ades Suciwillowati	13	35	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	1	Ringan
9	Ika Sefella	14	35	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	Ringan
10	Nervya Gladysa	12	35	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	7	1	Ringan
11	Ika Amanda	13	36	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	4	1	Ringan
12	Darina	12	36	0	0	1	3	0	1	1	1	0	1	6	1	Ringan
13	Ananda Khairani	12	35	0	0	1	1	0	2	0	0	0	1	5	1	Ringan
14	Cindy M	14	36	0	1	2	0	0	1	3	1	1	0	6	1	Ringan
15	Umawati Sitorus	15	35	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	1	Ringan
16	Helviana	15	37	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	6	1	Ringan
17	Trifena	13	35	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	4	1	Ringan
18	Putri Ayu	14	36	0	0	0	1	1	0	2	1	1	2	8	1	Ringan
19	Dera	12	36	2	1	1	0	1	1	2	2	1	2	15	2	Sedang
20	Charyn	12	36	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	22	3	Berat
21	Ester	12	36	1	0	0	1	1	0	1	2	1	1	6	1	Ringan
22	Ederlina Maria	13	36	1	1	2	2	2	3	3	3	3	3	22	3	Berat
23	Nurul Utari	13	36	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	3	1	Ringan
24	Jenny Alita Della	13	37	1	1	1	0	0	2	1	1	1	1	9	1	Ringan
25	Sindhy F Hazzrah	13	36	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	6	1	Ringan
26	Fina	13	37	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	14	2	Sedang
27	Widya	13	37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	Ringan
28	Susanna	14	36	0	0	1	0	0	1	2	1	1	2	8	1	Ringan
29	Rena Adella	13	36	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	7	1	Ringan
30	Nadilla	13	37	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	5	1	Ringan
31	Pardila	15	37	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	6	1	Ringan
32	Vesti Sutris	15	36	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	7	1	Ringan
33	Fritska Ali	—	34	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	15	2	Sedang

## Lampiran 13

### Frequency Table

**Sebelum Terapi Musik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
10	1	3.0	3.0	3.0
11	2	6.1	6.1	9.1
12	5	15.2	15.2	24.2
13	5	15.2	15.2	39.4
14	2	6.1	6.1	45.5
15	3	9.1	9.1	54.5
18	3	9.1	9.1	63.6
Valid	19	3.0	3.0	66.7
	20	6.1	6.1	72.7
	21	12.1	12.1	84.8
	22	6.1	6.1	90.9
	23	3.0	3.0	93.9
	26	3.0	3.0	97.0
	27	3.0	3.0	100.0
	Total	100.0	100.0	

**Sesudah Terapi Musik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	1	3.0	3.0	3.0
2	2	6.1	6.1	9.1
3	3	9.1	9.1	18.2
4	2	6.1	6.1	24.2
5	3	9.1	9.1	33.3
6	5	15.2	15.2	48.5
7	4	12.1	12.1	60.6
Valid	8	9.1	9.1	69.7
9	1	3.0	3.0	72.7
10	2	6.1	6.1	78.8
13	1	3.0	3.0	81.8
14	1	3.0	3.0	84.8
15	3	9.1	9.1	93.9
22	2	6.1	6.1	100.0
Total	33	100.0	100.0	

## Frequencies

### Statistics

	Sebelum Diberikan Terapi Musi	Sesudah Diberikan Terapi Musi
N	33	33
Missing	0	0
Mean	2.24	1.27
Std. Deviation	.502	.574
Minimum	1	1
Maximum	3	3

## Frequency Table

### Sebelum Diberikan Terapi Musik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
RINGAN	1	3.0	3.0	3.0
SEDANG	23	69.7	69.7	72.7
BERAT	9	27.3	27.3	100.0
Total	33	100.0	100.0	

**Sesudah Diberikan Terapi Musik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RINGAN	26	78.8	78.8
	SEDANG	5	15.2	93.9
	BERAT	2	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0

NPAR TESTS

/K-S(NORMAL)=PreTest PostTest

/MISSING ANALYSIS.

**NPar Tests**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Sebelum Terapi Musik	Sesudah Terapi Musik
N		33	33
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	16.58	8.00
	Std. Deviation	4.697	5.268
	Absolute	.177	.197
Most Extreme Differences	Positive	.177	.197
	Negative	-.100	-.097
Kolmogorov-Smirnov Z		1.016	1.132
Asymp. Sig. (2-tailed)		.254	.154

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## Wilcoxon Signed Ranks Test

### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
	Negative Ranks	33 <sup>a</sup>	17.00	561.00
Sesudah Diberikan Terapi Musik - Sebelum Diberikan Terapi Musik	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	33		

- a. Sesudah Diberikan Terapi Musik < Sebelum Diberikan Terapi Musik
- b. Sesudah Diberikan Terapi Musik > Sebelum Diberikan Terapi Musik
- c. Sesudah Diberikan Terapi Musik = Sebelum Diberikan Terapi Musik

### Test Statistics<sup>a</sup>

	Sesudah Diberikan Terapi Musik - Sebelum Diberikan Terapi Musik
Z	-5.025 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

## Lampiran 14



### 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](http://www.poltekkes-medan.ac.id) email : [poltekkes\\_medan@yahoo.com](mailto:poltekkes_medan@yahoo.com)

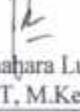
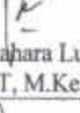


### LEMBAR KONSULTASI

**NAMA MAHASISWA** : ELIZABETH HANDAYANI ARITONANG  
**NIM** : P07524415048  
**JUDUL SKRIPSI** : PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP  
PENURUNAN KELUHAN PRE MENSTRUASI  
SINDROM DI SMK KESEHATAN  
WIRAHUSADA KOTA MEDAN TAHUN 2019  
**DOSEN PIMBIMBING** : 1. RISMAHARA LUBIS, SSiT, M.Kes  
2. ELIZAWARDA, SKM, M.Kes

No	Tanggal	Uraian Kegiatan Bimbingan	Saran	Paraf Pembimbing
1	16 Januari 2019	Pengajuan Judul dan Masalah Penelitian		 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
2	18 Januari 2019	Revisi judul sesuai dengan permasalahan	ACC Judul	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
3	21 Januari 2019	BAB I	- Didukung oleh data yang relevan - Sistematika	

4	24 Januari 2019	BAB I	- Perbaikan Latar Belakang - Sistematika penyusunan kalimat antar kalimat	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
5	25 Januari 2019	ACC BAB I	Lanjut Bab II	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
6	28 Januari 2019	BAB II	Perbaikan Definisi Operasional, sesuaikan dengan operasional yang akan dikerjakan mengarah ke teori	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
7	29 Januari 2019	BAB II	Lanjut BAB III	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
8	31 Januari 2019	BAB III	Perbaikan jumlah sampel dan cara pengumpulan data	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
9	01 Februari 2019	Penulisan BAB I, II dan III	Sesuaikan dengan panduan	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)
10	11 Februari 2019	Perbaikan BAB I, II dan III	Sesuaikan dengan panduan	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)
11	06 Februari 2019	ACC BAB I, II dan III	ACC Untuk Seminar Proposal	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)

12	12 Februari 2019	ACC BAB I, II dan III	ACC Untuk Seminar Proposal	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)
13	19 Maret 2019	Perbaikan Revisi Proposal	ACC Revisi Proposal	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
14	20 Maret 2019	Perbaikan Revisi Proposal	ACC Revisi Proposal	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)
15	01 April 2019	Perbaikan Revisi Proposal	ACC Revisi Proposal	 (Idau Ginting, SST, M.Kes)
16	29 Mei 2019	BAB IV	Sajikan hasil tabel	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
17	11 Juni 2019	BAB IV dan BAB V	Perbaikan hasil penelitian	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
18	12 Juni 2019	ACC BAB IV dan BAB V	ACC untuk sidang akhir	 (Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)
19	12 Juni 2019	Penulisan BAB IV dan BAB V	Perbaikan penulisan sesuai dengan panduan dan penulisan Daftar Pustaka	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)
20	13 Juni 2019	ACC BAB IV dan	ACC untuk	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)

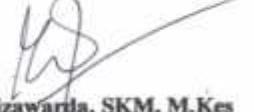
21	15 Juli 2019	Konsul BAB IV dan BAB V	Perbaikan Bab IV, Bab V dan Abstrak	 (Rismahara Lubis, SSIT, M.Kes)
22.	17 Juli 2019	Konsul BAB IV dan BAB V	ACC Revisi Seminar Hasil Skripsi	 (Idau Ginting, SST, M.Kes)
23	22 Juli 2019	Konsul BAB IV, V dan Abstrak	ACC Revisi Seminar Hasil Skripsi	 (Rismahara Lubis, SSIT, M.Kes)
24.	22 Juli 2019	Konsul Perbaikan Penulisan BAB IV dan BAB V	Perbaiki Penulisan Sesuai dengan Panduan	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)
25.	23 Juli 2019	Konsul Perbaikan Penulisan Hasil Skripsi	ACC Revisi Seminar Hasil Skripsi	 (Elizawarda, SKM, M.Kes)

**Dosen Pembimbing I**

  
Rismahara Lubis, SSIT, M.Kes

NIP.1973 07 27 1993 03 2001

**Dosen Pembimbing II**

  
Elizawarda, SKM, M.Kes

NIP. 1963 07 10 1983 02 2001

**Lampiran 15**





## DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS

### Data Pribadi

Nama : Elizabeth Handayani Aritonang  
Tempat Lahir : Medan  
Tanggal Lahir : 08 September 1997  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Status : Belum Menikah  
E-mail : [elizabethhandayani3@gmail.com](mailto:elizabethhandayani3@gmail.com)  
No. HP : 081315760488  
Anak Ke : 3 dari 4 bersaudara  
Agama : Kristen  
Alamat : Komplek Sri Gunting Blok IV A No. 3 Medan Sunggal



### Data Orang Tua

Nama Ayah : Ir. Richard Aritonang, M.Pd  
Nama Ibu : Suriati Marbun, SPAK

### Riwayat Pendidikan

No.	Nama Sekolah	Tahun Masuk	Tahun Keluar
1.	TK PETRA	2003	2009
2.	SD NEGERI 064020 MEDAN	2009	2013
3.	SMP NEGERI 30 MEDAN	2013	2015
4.	Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Kebidanan Medan	2015	2018