

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR/SKEMA</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
A. Tinjauan Teori .....	8
1. Premenstrual Syndrome .....	8
2. Remaja .....	17
3. Nyeri .....	20
4. Relaksasi Benson .....	23
5. Pengaruh relaksasi benson terhadap gejala <i>premenstrual syndrome</i>	28
B. Kerangka Teori.....	30
C. Hipotesa Penelitian.....	31

### **BAB III :METODE PENELITIAN**

A. Kerangka Konsep .....	32
B. Variabel Penelitian .....	32
C. Jenis dan Desain Penelitian .....	32
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	32
E. Tempat dan Waktu Penelitian .....	35
F. Definisi Operasional.....	35
G. Instrumen / Alat Pengumpulan Data .....	36
H. Metode Pengumpulan Data .....	36
I. Analisa Data .....	39
1. Pengolahan Data.....	39
2. Analisa Data .....	40
J. Etika Penelitian .....	41
1. Prinsip manfaat.....	41
2. Prinsip menghargai hak asasi manusia (respect human dignlty) ..	41
3. Prinsip keadilan (right to justice) .....	42

### **BAB IV : HASIL PENELITIAN**

A. Karakteristik Responden .....	43
B. Relaksasi Benson terhadap Gejala Nyeri <i>Premenstrual Syndrome</i> pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA Angkatan 2010. ....	45
1. Gejala Nyeri Responden Sebelum Relaksasi Benson .....	45
2. Gejala Nyeri Responden Setelah Relaksasi Benson .....	46
3. Pengaruh Relaksasi Benson terhadap Gejala Nyeri <i>Premenstrual Syndrome</i> pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA Angkatan 2010 .....	46

### **BAB V :PEMBAHASAN**

A. Karakteristik Responden .....	48
B. Perbedaan Gejala Nyeri Sebelum dan Setelah Terapi.....	52

C. Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Gejala Nyeri <i>Premenstrual Syndrome</i> .....	54
D. Keterbatasan Penelitian .....	58
E. Implikasi Keperawatan.....	58

## **BAB VI :SIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan.....	60
B. Saran.....	61

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**