

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN KECEMASAN DENGAN
KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* (PMS) PADA REMAJA**

PENELITIAN CROSS SECTIONAL



Oleh:

ARINDA NAIMATUZ ZAHRIYA

NIM. 131611133024

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2020

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN KECEMASAN DENGAN
KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* (PMS) PADA REMAJA**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi
Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

PENELITIAN CROSS SECTIONAL



Oleh:

ARINDA NAIMATUZ ZAHRIYA

NIM. 131611133024

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2020

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun

Surabaya, 8 Mei 2020
Yang Menyatakan



Arinda Naimatuz Zahriva
NIM. 131611133024

HALAMAN PERNYATAAN

**PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN
AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Airlangga, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arinda Naimatuz Zahriya
NIM : 131611133024
Program Studi : SI Keperawatan
Fakultas : Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Airlangga **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Hubungan Aktifitas Fisik dan Kecemasan dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)* pada Remaja”

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Airlangga berhak menyimpan, alih media/ format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Surabaya, 8 Mei 2020
Yang Menyatakan



Arinda Naimatuz Zahriya
NIM. 131611133024

SKRIPSI
HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN KECEMASAN DENGAN
KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* (PMS) PADA REMAJA

Oleh:
Arinda Naimatuz Zahriya
131611133024

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI
TANGGAL 9 MEI 2020

Oleh
Pembimbing Ketua



Ni Ketut Alit Armini, S.Kp., M.Kes
NIP. 197410292003122002

Pembimbing

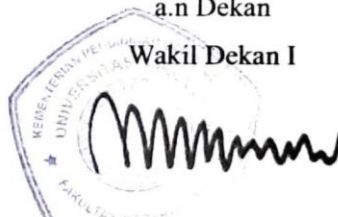


Laily Hidayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198304052014042002

Mengetahui

a.n Dekan

Wakil Dekan I



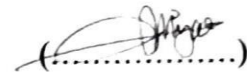
Dr. H. Kusnanto, S.Kp., M.Kes
NIP. 196808291989031002

SKRIPSI
HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN KECEMASAN DENGAN
KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* (PMS) PADA REMAJA

Oleh:
Arinda Naimatuz Zahriya
131611133024

Telah diuji
Pada tanggal, 3 Juni 2020
PANITIA PENGUJI

Ketua : Tiyas Kusumaningrum, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198307032014042001

()

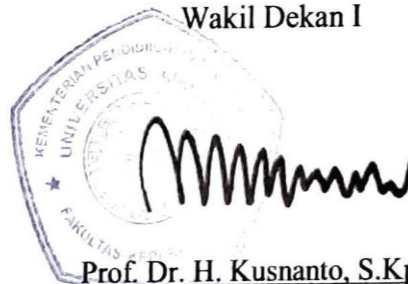
Anggota : 1. Ni Ketut Alit Armini, S.Kp., M.Kes
NIP. 197410292003122002

()

2. Laily Hidayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198304052014042002

()

Mengetahui
a.n Dekan
Wakil Dekan I



Prof. Dr. H. Kusnanto, S.Kp., M.Kes
NIP. 19680829198903100

MOTTO

“Perbaiki niat setiap melangkah, senantiasa berdoa dan beribadah serta selalu mendekatkan diri di jalan Allah SWT. Dengan niat yang baik dan selalu di jalan Allah SWT akan memperoleh kebaikan dan balasan yang telah dijanjikan, hanya kepada Allah SWT, niat tulus kita haturkan untuk mendapat kenikmatan dan kemudahan”

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Hubungan Aktifitas Fisik dan Kecemasan dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)* pada Remaja**”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan penyusunan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nursalam, M.Nurs (Hons) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan dorongan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Keperawatan.
2. Bapak Prof. Dr. Kusnanto, S.Kp., M.Kes selaku Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Keperawatan.
3. Ibu Ni Ketut Alit Armini, S.Kp., M.Kes selaku dosen pembimbing I dan Ibu Laily Hidayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing II yang penuh perhatian dan kesabaran memberikan bimbingan, ilmu, masukan, arahan, dukungan dan motivasi selama proses menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Tiyas Kusumaningrum, S.Kep., Ns., M.Kep dan Ibu Lingga Curnia Dewi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji sidang proposal yang telah memberikan masukan, saran, dan nasehat dalam perbaikan untuk penelitian.
5. Seluruh Dosen serta Staf pengajar Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah mendidik dan membimbing serta memberikan ilmu selama perkuliahan.
6. Kepala sekolah SMP Negeri 17 Surabaya yang telah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Ibu Rety selaku guru BK SMP Negeri 17 Surabaya yang telah memberikan izin serta banyak memberikan bantuan dalam proses pengambilan data.
8. Adik-adik siswi kelas VIII SMP Negeri 17 Surabaya yang sudah bersedia membantu meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian.
9. Kedua orang tua saya, Bapak Drs. H. Bahari dan Ibu Hj. Sulistyowati (alm) atas doa yang telah diberikan disetiap langkah saya, kasih sayang, dan dukungan baik secara moril maupun materi dan semoga bisa membuat ibu bahagia disana karena ini salah satu keinginan Ibu. Juga Mas saya Arly Najibunniam yang selalu memberikan semangat, dukungan, motivasi, dan kekuatan buat saya.
10. Nurul, Cucu, Mudrika, Reffy, yang setia membantu, selalu ada disaat suka maupun duka, selalu bisa diajak diskusi, ditanya-tanya, diajak ke ruang baca, di perpus, dan semuanya yang membuat semangat ini muncul.
11. Mbak Nuril yang sudah mau meluangkan waktu untuk menjawab dengan sangat baik, bijak, dan menyentuh jika ditanya-tanya.

12. Teman dekat saya Nafi, Nurul, Uta, Reffy, Hanin, Ragil, yang selalu ada selama kuliah, selalu ada disaat kesepian dan jenuh, selalu memberikan arahan dan kekuatan dalam hal apapun.
13. Teman se-kota saya khususnya Mutiara, Alfera, Erna, Nani, Lia, Nierla, Brina yang telah meluangkan waktu untuk memberikan hiburan, tawa dan semangat.
14. Teman dekat saya di rumah, masa SD, SMP yang selalu menghibur dan memberikan semangat
15. Seluruh teman-teman A16 yang menemani dalam perjalanan kuliah di FKp Unair
16. Terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah memberi motivasi dan bantuan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan dan juga bagi penulis sendiri.

Surabaya, 8 Mei 2020



Arinda Naimatuz Zahriya
NIM. 131611133024