

**EDUKASI TERAPI *MCKENZIE BACK EXERCISE* SEBAGAI UPAYA
PENURUNAN *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DENGAN MEDIA VIDEO**

LAPORAN PROJECT AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitaa 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

NOVI SETIYANI

C2017086

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2021**

**EDUKASI TERAPI *MCKENZIE BACK EXERCISE* SEBAGAI UPAYA
PENURUNAN *DISMENO*RE PADA REMAJA PUTRI
DENGAN MEDIA VIDEO**

LAPORAN PROJECT AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitaa 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

NOVI SETIYANI

C2017086

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

2021

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir dengan judul :

**EDUKASI TERAPI *MCKENZIE BACK EXERCISE* SEBAGAI UPAYA
PENURUNAN *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DENGAN MEDIA VIDEO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau publikasi dari karya yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulis laporan ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Februari 2021



Novi Setiyani

C2017086

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan

di bawah ini :

Nama : Novi Setiyani

NIM : C2017086

Jenis Karya : Laporan Project Akhir

Judul : Edukasi Terapi *Mckenzie Back Exercise* Sebagai Upaya Penurunan *Dismenore* Pada Remaja Putri Dengan Media Video.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*non- Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan Project Akhir saya selama masih mencamtumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 02 Februari 2021

Yang Menyatakan



Novi Setiyani

C2017086

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project Akhir dengan judul :

**EDUKASI PEMBERIAN TERAPI *MCKENZIE BACK EXERCISE*
SEBAGAI UPAYA PENURUNAN *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DENGAN MEDIA VIDEO**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 02 Februari 2021

Pembimbing



Riyani Wulandari, M.Kep

NIDN. 0624087901

Mengetahui

Kaprodi Ilmu Keperawatan



Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M. Kep

NIDN . 0602128201

PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

EDUKASI TERAPI *MCKENZIE BACK EXERCISE* SEBAGAI UPAYA PENURUNAN *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI DENGAN MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 18 Februari 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 18 Februari 2021

Mengesahkan

Penguji

1. Mulyaningsih, S.Kep.Ns., M.Kep

NIDN. 0603018201

()

2. Anjar Nurrohmah, S.Kep.Ns., M.Kep

NIDN. 0602128201

()

3. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns., M.Kep

NIDN. 0624087901

()

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M. Kep
NIDN. 0602058501

Kaprodi Ilmu Keperawatan

Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M.kep
NIDN. 0602128201

KATA PENGANTAR

Assalammu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Edukasi Terapi *Mckenzie Back Exercise* Sebagai Upaya Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri” yang diajukan sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Dalam penyusunan tugas akhir ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat dilupakan begitu saja. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menyelesaikan studi di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sekaligus selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan dan pengarahan hingga selesainya tugas akhir ini.
2. Endah Sri Wahyuni S.Kep, Ns. M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Tidak kalah pentingnya ucapan terimakasih penulis tujukan kepada Ibu Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ibu Eska Dwi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Sekertaris Program Studi yang telah memberikan kemudahan administrasi dalam perijinan.
4. Bapak/Ibu Dosen di Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah mendidik selama menempuh perkuliahan beserta karyawan dan jajaran sarana prasarana guna mendukung kelancaran tugas akhir ini.
5. Bapak Sutrisno dan Ibu Titin selaku orang tua, serta keluarga tercinta yang telah memberikan perhatian, kasih sayang, masukan dan saran serta memberikan dukungan spiritual dan materil dan senantiasa memberikan doa dalam penyusunan tugas akhir ini.

6. Teman-teman senasib dan seperjuangan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2017, terimakasih atas bantuan dan kerjasamanya.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan dan membantu kelancaran penyusunan tugas akhir ini.

Dengan keterbatasan pengetahuan dan kemampuan, penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, segala saran dan kritik yang bersifat membangun senantiasa penulis harapkan demi kesempurnaan tugas akhir ini. Akhir kata, penulis berharap semoga tugas akhir ini bermanfaat bagi para pembaca. Terimakasih.

Surakarta, 02 Februari 2021

Penulis