

**KOMPRES HANGAT DAN *ABDOMINAL STRETCHING*
UNTUK MENGURANGI NYERI *DISMENORE* PRIMER
PADA REMAJA PUTRI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

**Fathanatvas Inggar Via Kisri
E2017031**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
SURAKARTA
2021**

**KOMPRES HANGAT DAN *ABDOMINAL STRETCHING*
UNTUK MENGURANGI NYERI *DISMENORE* PRIMER
PADA REMAJA PUTRI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

Fathanatyas Inggar Via Kisri
E2017031

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
SURAKARTA
2021**

**KOMPRES HANGAT DAN *ABDOMINAL STRETCHING*
UNTUK MENGURANGI NYERI *DISMENORE* PRIMER
PADA REMAJA PUTRI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada Progra
Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**

Oleh

**Fathanatvas Inggar Via Kisri
E2017031**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
SURAKARTA
2021**

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir saya dengan judul :

KOMPRES HANGAT DAN *ABDOMINAL STRETCHING* UNTUK MENGURANGI NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA REMAJA PUTRI

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan Fisioterapi pada program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi atau *project* tugas akhir yang sudah dipublikasikan dan aatau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar ke sarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan tugas akhir ini merupakan hasil plagiat ataupun jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Januari 2021



Fathanatyas Inggar Via Kisri

E2017031

PERNYATAAN PERSETUJIAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fathanatyas Inggar Via Kisri
NIM : E2017031
Jenis Karya : *BOOKLET*
Judul : “ Kompres Hangat dan *Abdominal Stretching* Untuk Mengurangi Nyeri *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri”

Dengan ini menyetujui dan membeikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non – Eksklusif Royalti-free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta, da sebagai pemilik hak cipta.

Surakarta, 31 Januari 2021

Yang menyatakan



(Fathanatyas Inggar Via Kisri)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir dengan judul :

KOMPRES HANGAT DAN *ABDOMINAL STRETCHING* UNTUK MENGURANGI NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA REMAJA PUTRI

Dinyatakan telah di setujui untuk di ujikan pada ujian tugas akhir Program Studi
Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 22 Februari 2021

Pembimbing



Maskun Pudjianto., S.MPh., S.pd., M. Kes
NIDK. 99060004450

Mengetahui

Kaprodi DIV Fisioterapi



Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0605059001

PENGESAHAN PENGUJI

Tugas Akhir dengan judul :

KOMPRES HANGAT DAN *ABDOMINAL STRETCHING* UNTUK MENGURANGI NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA REMAJA PUTRI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Tugas akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 4 Maret 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai tugas akhir pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 22 Juni 2021

Mengesahkan,

Penguji

1. Rini Widarti, SSt.FT., M.Or (.... )
NIDN. 0627088801
2. Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or (..... )
NIDN. 0605059001
3. Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes (..  ..)
NIDK. 99060004450

Mengetahui


Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0602058501


Kaprodi DIV Fisioterapi
Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0605059001

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayahNya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir. Selama menyelesaikan tugas akhir ini, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang saya hormati :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas 'AisyiyahSurakarta.
2. Ibu Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M.Kep Sebagai Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta
3. Ibu Ari Sapti Mei Leni, SSt.Ft., M.Or selaku Ketua Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Bapak Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes selaku pembimbing yang selalu memberi bimbingan dan dengan sabar motivasi sehingga penulisan tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Kedua orang tua tercinta Bapak Sukiman dan Ibu Sriwiyati yang senantiasa memberikan kasih sayang,do'a restu, motivasi, semangat dan dukungan yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik.
6. Kakakku Fandy Andar Swimandityo,S.Pd Dian Puiastuti, S.pd serta teman-teman yang memberi semangat, motivasdi dan yang selalu memberi semangat danmenemani dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa *project* akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan milik Allah Subhanahu Wata'ala. Oleh karena itu, kritik dan saran yang menuju kesempurnaannya akhir ini senantiasa penulis harapkan. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya

Surakata, 31 Januari 2021

Penulis

