

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI
HAID PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA JATYOSO
KABUPATEN KARANGANYAR**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



DISTYA MAHARANI

202012023

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2023

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI
HAID PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA JATYOSO
KABUPATEN KARANGANYAR**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan Program Pendidikan
Diploma III Keperawatan**



DISTYA MAHARANI

202012023

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI HAID
PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA JATIYOSO KABUPATEN
KARANGANYAR**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasi 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 penulisan Karya Tulis 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, 9 September 2023

Yang Menyatakan



Distya Maharani

NIM. 202012023

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Distya Maharani

NIM : 202012023

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Senam *Dismenore* Terhadap Skala

Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Wilayah Desa Jatiyoso
Kabupaten Karanganyar

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-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*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 9 September 2023



Distya Maharani

NIM. 202012023

PERSETUJUAN PEMBIBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI HAID
PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA JATYOSO KABUPATEN
KARANGANYAR**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar hasil Karya Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 10 Agustus 2023

Pembimbing



Sri Hartutik S.Kep.,Ns.,M.Kes.

NIDN. 0620108202

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA JATYOSO KABUPATEN KARANGANYAR

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang ujian seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 14 Agustus 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 14 Agustus 2023

Mengesahkan,

Penguji I 1. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns, M.Kep
NIDN.0624087901



Penguji II 2. Erika Dewi Noorratri, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0602118704



Penguji III 3. Sri Hartutik S.Kep. Ns., M.Kes
NIDN. 0620108202



Mengetahui,

Ketua Program Studi D III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep

NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, serta Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **“PENERAPAN SENAM *DISMINORE* TERHADAP SKALA NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA JATIOSO KABUPATEN KARANGANYAR”**

Laporan ini disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan, saran, dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankan penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT dan Rasulallah SAW yang telah memberikan yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir Ini.
2. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis.
3. Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susilowati, S.Kep.Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Sri Hartutik, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Dosen Pembimbing dan dosen penguji III yang telah membimbing, memberikan waktu, tenaga dan pikirannya dalam

membimbing penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal Karya Tulis Ilmiah.

6. Erika Dewi Noorratri, S.Kep.Ns, M.Kep selaku dosen penguji II yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis.
7. Segenap Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
8. Karyawan besera jajaran Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir.
9. Orangtua saya yang tidak pernah lelah dan tidak pernah berhenti memberikan doa serta dukungan, baik secara moril maupun materil dalam pembuatan tugas akhir ini.
10. Teman-teman sepembimbingan Ibu Sri Hartutik yang saling memberikan semangat dan motivasi.
11. Teman-teman seperjuangan Universitas 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2020 yang telah berjuang bersama hingga saat ini..
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamua'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Surakarta, 1 Agustus 2023



Distya Maharani

