

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN SENAM YOGA DAN SENAM
DYSMENORRHEA TERHADAP NYERI *DYSMENORRHEA*
PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMA MTA SURAKARTA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program
Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiah Surakarta**



Oleh

**DIAN INTAN PERMATASARI
E2014010**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIAH
SURAKARTA
2018**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN SENAM YOGA DAN SENAM
DYSMENORRHEA TERHADAP NYERI *DYSMENORRHEA*
PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMA MTA SURAKARTA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program
Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta**

Oleh

**DIAN INTAN PERMATASARI
E2014010**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

EFEKTIVITAS PEMBERIAN SENAM YOGA DAN SENAM DYSMENORRHEA TERHADAP NYERI *DYSMENORRHEA* PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMA MTA SURAKARTA

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Fisioterapi pada program Studi D4 Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapat gelar kesarjanaan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 03 Maret 2018



Dian Intan Permatasari

E2014010

PERSYARATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dian Intan Permatasari

NIM : E2014010

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Efektivitas Pemberian Senam Yoga Dan Senam

Dysmenorrhea Terhadap Nyeri Dysmenorrhea Primer Pada Remaja Putri Di Sma Mta Surakarta

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti *Noneklusif (Non Exclusive Royalty Free Right)* kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media atau formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dengan pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Surakarta

Pada tanggal, Agustus 2018

Yang Menyatakan

Dian Intan Permatasari

PERSETUJUAN PEMBIMBING

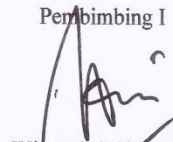
Skripsi dengan judul:

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN SENAM YOGA DAN SENAM
DYSMENORRHEA TERHADAP NYERI *DYSMENORRHEA* PRIMER
PADA REMAJA PUTRI DI SMA MTA SURAKARTA**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang Skripsi Program Studi
DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Juli 2018

Pembimbing I



Winarni, S.SiT., MPH
NIDN. 0622087101

Pembimbing II



Rini Widarti, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0627088801

Mengetahui

Kaprodi DIV Fisioterapi



Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes
NIDK. 9906000450

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN SENAM YOGA DAN SENAM
DYSMENORRHEA TERHADAP NYERI *DYSMENORRHEA* PRIMER
PADA REMAJA PUTRI DI SMA MTA SURAKARTA**

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan
Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.
Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada tanggal Juni 2018 dan
dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi DIV
Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Juli 2018

Mengesahkan,

- Penguji 1. Rina Sri Widayati, S.KM., M.Kes
NIDN. 0625097901
2. Winarni, S.SiT., MPH
NIDN. 0622087101
3. Rini Widarti, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0627088801

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui
Kaprosdi DIV Fisioterapi

Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes
NIDK. 9906000450



UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

Rina Sri Widayati, S.KM., M.Kes

Winarni, S.SiT., MPH

Rini Widarti, SSt.FT., M.Or

Selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberi pengarahan, diskusi dan bimbingan serta persetujuan sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wa Barakaatuh

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT kepadanya kita menyembah dan meminta ampun atas khilaf yang telah kita lakukan. Shalawat serta salam tercurah kepada Rasulullah nabi Muhammad SAW semoga kelak kita dikumpulkan dalam barisan beliau, yaitu orang-orang yang mendapat syafaat. Rasa syukur dan terimakasih penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah serta inayah-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Pemberian Senam Yoga dan Senam *Dysmenorrhea* terhadap Nyeri *Dysmenorrhea* Primer pada Remaja Putri di SMA MTA Surakarta”

Selama penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa penulis skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Didalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes, selaku ketua Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Winarni, S.SiT., MPH selaku pembimbing I yang selalu memberi bimbingan dan dengan sabar serta motivasi sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Rini Widarti, SSt.FT., M.Or selaku pembimbing II yang selalu memberi bimbingan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak/Ibu Dosen Sekolah Tinggi Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah member bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

6. Ketua *Mini Hospital* Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberi izin dan kesempatan kepada penulis dalam peminjaman alat.
7. Kepala sekolah, dewan guru dan siswi-siswi SMA MTA Surakarta
8. Kedua orang tua tercinta, ibu Andriani dan Ayah Rusdi yang telah mendo’akan, memberi semangat dan dukungan yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan baik .
9. Saudara kembar saya Dian Indah P yang telah banyak membantu dan kerja sama serta adik saya M. Rezky Annas Solichin atas doa dan semangatnya.
10. Semua keluarga besarku yang telah memberikan dukungan dan do’a.
11. Teman-Teman Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2014-2015 yang banyak membantu dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Sahabat terbaikku In Intan, Mir’atul, Mba Restya, Mba Andina, Murni yang telah memberi banyak semangat dalam mengerjakan skripsi bersama-sama.
13. Semua pihak yang telah membantu penulisan dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan milik Allah SWT oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaannya skripsi ini senantiasa penulis harapkan, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Wassalamu’alaikum Warahmatullahi Wa Barakaatuh

Surakarta, 18 Feb 2018

Penulis