

***ABDOMINAL STREACHING EXERCISE* UNTUK
MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMINOREA*)
DENGAN MEDIA EDUKASI BOOKLET**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**ROSA DIANA
202322112**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIAH SURAKARTA
2024**

***ABDOMINAL STREACHING EXERCISE* UNTUK
MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMINOREA*)
DENGAN MEDIA EDUKASI BOOKLET**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**ROSA DIANA
202322112**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIYAH SURAKARTA
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Rosa Diana
NIM : 202322112
Jenis karya : KIE
Judul : *abdominal streaching exercise* untuk menurunkan nyeri haid (*Disminorea*) dengan media edukasi booklet

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas laporan tugas akhir saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalandata (*data base*), merawat dan mempublikasikan laporan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sukarta, Juni 2024

Yang menyatakan



Rosa Diana

NIM 202322112

PERNYATAAN KEASLIAN PENULIS

Saya menyatakan dengan sesungguhnya Laporan Tugas Akhir dengan judul:

ABDOMINAL STREACHING EXERCISE UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID (DISMINOREA) DENGAN MEDIA EDUKASI BOOKLET

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Laporan Tugas Akhir 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 penulisan Laporan Tugas Akhir 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, Juni 2024



Rosa Diana

NIM 202322112

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan tugas akhir dengan judul:

***ABDOMINAL STREACHING EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMINOREA*) DENGAN MEDIA EDUKASI BOOKLET**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Laporan Tugas Akhir Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Juni 2024

Pembimbing

Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST.,M.Kes

NIDN. 0624068803

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

Dr. Sri Handayani, S.SiT.,M.Keb

NIDN. 0627017401

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir Dengan Judul:

***ABDOMINAL STREACHING EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMINOREA*) DENGAN MEDIA EDUKASI BOOKLET**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program studi kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta’.

Laporan Tugas Akhir ini telah diujikan pada sidang Laporan Tugas Akhir pada tanggal 25 Juni 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Laporan Tugas Akhir pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta’.

Surakarta, Juni 2024

Mengesahkan Penguji

1. Sri Kustiyati, S.ST., M.Keb

NIDN. 0627017401

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

2. Dr Sri Handayani, S.SiT., M.Keb

NIDN.0627017401

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

3. Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST., M.Kes

NIDN. 0624068803

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

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Dr Sri Handayani, S.SiT., M.Keb

NIDN.0627017401

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena dengan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan tugas akhir yang berjudul “*abdominal streaching exercise* untuk menurunkan nyeri haid (*disminorea*) dengan media edukasi booklet” sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Adapun Laporan Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar Sarjana Kebidanan Pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta’.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, membimbing dan mengarahkan sehingga dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan baik, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
2. Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta’.
3. Dr. Sri Handayani, S.SiT.,M.Kes Selaku Ketua Prodi Sarjana Kebidanan Alih Jenjang sekaligus Pembimbing Akademik
4. Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST.,M.Kes selaku dosen pembimbing yang selalu sabar, dan memberikan pengarahan dalam penyusunan tugas akhir ini dan ikhlas dalam memberikan ilmu serta meluangkan waktunya
5. Seluruh dosen dan staff sarjana kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis
6. Seluruh pasien yang bersedia meluangkan waktu dan menjadi subjek laporan tugas akhir ini
7. TPMB Erdawati Palembang yang bersedia digunakan sebagai lokasi dalam laporan tugas akhir ini

8. Terimakasih kepada ayah tercinta Harsono hb dan pintu surgaku ibunda tercinta (almh) Yanti dan saudara kandungku kakak adik serta kedua kakak ipar yang senantiasa memberikan dukungan baik moral maupun material, serta selalu memberikan doa yang setiap hari untuk saya sampai pada hari ini saya dapat menyelesaikan laporan tugas akhir, kasih sayang yang tidak dapat terbalaskan, semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan kepada beliau
9. Terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras berjuang sampai sejauh ini tidak menyerah dan terus berusaha sampai akhirnya dapat menyelesaikan laporan tugas akhir ini
10. Teman-teman seperjuangan/angkatan yang memberi semangat dan motivasi selama ini

Penulis menyadari bahwa laporan ini terdapat banyak kekurangan, maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun laporan ini
Semoga tulisan ini bermanfaat kita semua.

Surakarta,

Yang membuat pernyataan



ROSA DIANA

NIM. 202322112