

**PENGARUH SENAM DISMENOREA TERHADAP
PENURUNAN DISMENOREA SISWI SMP
NEGERI 23 BANDAR LAMPUNG**

LAPORAN TUGAS AKHIR



OLEH :
DESTIANA ARABEL
202322130

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

**PENGARUH SENAM DISMENOREA TERHADAP
PENURUNAN DISMENOREA SISWI SMP
NEGERI 23 BANDAR LAMPUNG**

LAPORAN TUGAS AKHIR



OLEH :
DESTIANA ARABEL
202322130

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

**PENGARUH SENAM DISMENOREA TERHADAP
PENURUNAN DISMENOREA SISWI SMP
NEGERI 23 BANDAR LAMPUNG**

LAPORAN TUGAS AKHIR

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



**OLEH :
DESTIANA ARABEL
202322130**

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

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

PENGARUH SENAM DISMENOREA TERHADAP PENURUNAN DISMENOREA SISWI SMP NEGERI 23 BANDAR LAMPUNG

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi 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 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 Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 07 Agustus 2024

Materai ttd

Destiana Arabel

NIM 202322130

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademis Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Destiana Arabel

NIM : 202322130

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Senam Dismenorea Terhadap Penurunan Dismenorea Siswi SMP Negeri 23 Bandar Lampung

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-esklusif (NonExclusive Royalty - Free Right) Kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media atau formatkan, mengelola dalam bentuk pengakalan data (data base), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 07 Agustus 2024

Yang menyatakan

Materai ttd

(Destiana Arabel)

NIM. 202322130

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

PENGARUH SENAM DISMENOREA TERHADAP PENURUNAN DISMENOREA SISWI SMP NEGERI 23 BANDAR LAMPUNG

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Seminar Hasil Skripsi Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 10 Juli 2024

Pembimbing



(Rita Riyanti, SST., M.Kes)
NIDN 0624068803

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



(Dr. Sri Handayani, S.SiT.,M.Keb)
NIDN. 0627017401

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

PENGARUH SENAM DISMENOREA TERHADAP PENURUNAN DISMENOREA SISWI SMP NEGERI 23 BANDAR LAMPUNG

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

Skripsi pada tanggal 07 Agustus 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat atau sah sebagai Skripsi pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 07 Agustus 2024

Menyatakan

Penguji

1. (Kamidah, S.SiT.,M.Kes)

NIDN. 0622087101

2. (Rina Sri W, S.Keb.,M.Kes)

NIDN. 0625097901

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

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “**PENGARUH SENAM DISMENOREA TERHADAP PENURUNAN DISMENOREA SISWI SMP NEGERI 23 BANDAR LAMPUNG**”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih 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 Rekt Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Dr. Sri Handayani, S,SiT, M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Rita Riyanti Kusumadewi, SST., Bdn., M.Kes, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta mengarahkan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Kamidah, S.SiT., Bdn., M.Kes, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. Rina Sri W, S.Keb.,M.Kes, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Seluruh Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
8. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran skripsi.
9. Kedua orang tua penulis yang telah memberikan dukungan baik material, spiritual dalam penyusunan skripsi ini.
10. SMP Negeri 23 Bandar Lampung sebagai lahan penelitian yang telah menyediakan tempat kepada penulis untuk melakukan penelitian.
11. Semua siswi yang menjadi responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan menjadi subjek penelitian ini.
12. Teman-teman Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyah Surakarta tahun 2023-2024 yang saya sayangi.
13. Semua orang terdekat saya yang telah memberikan semangat dan motivasi selama ini.

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

Surakarta, 07 Agustus 2024



DESTIANA ARABEL
NIM. 202322130