

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP TINGKAT
NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DI WILAYAH DESA TASIKMADU**

Karya Tulis Ilmiah

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



SRI SUTARNI

202212102

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
TAHUN 2025**

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP TINGKAT
NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DI WILAYAH DESA TASIKMADU**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada
Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



SRI SUTARNI

202212102

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA
TAHUN 2025**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP TINGKAT
NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DI WILAYAH DESA TASIKMADU**

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 Ilmiah 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, 4 Juli 2025

Yang Menyatakan



Sri Sutarni

NIM. 202212102

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Sri Sutarni

NIM : 202212102

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Senam *Dismenore* Terhadap Tingkat Nyeri
Dismenore Pada Remaja Putri Di Wilayah Desa Tasikmadu

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, 4 Juli 2025

Yang Menyatakan



Sri Sutarni

NIM. 202212102

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP TINGKAT NYERI
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA
TASIKMADU**

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

Surakarta, 4 Juli 2025

Pembimbing



Eska Dwi Prajayanti, S.Kep. Ns., M.Kep

NIDN. 0610088702

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 TINGKAT NYERI
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA
TASIKMADU**

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 Juli 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 4 Juli 2025

Mengesahkan,

Penguji I	1. <u>Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep</u> NIDN. 0621018203	(.....)
Penguji II	2. <u>Ida Nur Imamah, S.Kep. Ns., M.Kep</u> NIDN. 0620118704	(.....)
Penguji III	3. <u>Eska Dwi Prajayanti, S.Kep. Ns., M.Kep</u> NIDN. 0610088702	(.....)

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, serta Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **"PENERAPAN SENAM *DISMENORE* TERHADAP TINGKAT NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH DESA TASIKMADU"**

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 Rasulullah SAW yang telah 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.
3. Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Kaprodi DIII Keperawatan dan dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis.
5. Ida Nur Imamah, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis.
6. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing dan dosen penguji III yang telah membimbing, memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Segenap Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan dan Seluruh Civitas Akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
8. Kedua orang tua terimakasih atas semua pengorbanan yang telah diberikan dan tak henti-hentinya memberikan kasih sayang, doa, motivasi, nasihat kepada penulis. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik dan memberikan dukungan hingga penulis bisa memperoleh gelar ini.
9. Sahabat Sarah, Yulia, Santi, Rani, Zahra, dan Stevanie yang telah menyemangati penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2022 yang telah berjuang hingga saat ini.
11. 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.

Wasalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Surakarta, 4 Juli 2025

Yang Menyatakan



Sri Sutarni

NIM. 202212102