

**PENERAPAN SENAM DISMENORE UNTUK  
PENURUNAN NYERI DISMENORE PADA  
REMAJA PUTRI DI DUKUH MAYANG  
SUKOHARJO**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**NOVIANI TIWI HASTUTI**

**A2016035**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH  
SURAKARTA**

**2019**

**PENERAPAN SENAM DISMENORE UNTUK  
PENURUNAN NYERI DISMENORE PADA  
REMAJA PUTRI DI DUKUH MAYANG  
SUKOHARJO**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Kebidanan  
pada Program Studi D III Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



**NOVIANI TIWI HASTUTI**

**A2016035**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
SURAKARTA**

**2019**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul:

### **PENERAPAN SENAM DISMENORE UNTUK PENURUNAN NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH MAYANG SUKOHARJO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau instansi manapun. Apabila terjadi dikemudian hari penulis 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 STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 09 Mei 2019



Noviani Tiwi Hastuti  
NIM:A2016035

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Noviani Tiwi Hastuti

NIM :A2016035

Jenis Karya :Karya Tulis Ilmiah

Judul :Penerapan Senam Dismenore Untuk Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Di Dukuh Mayang Sukoharjo

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (Non Exclusive Royalty-Free Right) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base) merawat dan mempublikasi tugas akhir saya selama menyantumkan nama saya sebagai penulis atau sebagai pemilik hak cipta.

Demikian surat pernyataan saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta  
Pada tanggal : 09 Mei 2019

Yang Menyatakan



(Noviani Tiwi Hastuti)

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Karya Tulis Ilmiah dengan judul:

**PENERAPAN SENAM DISMENORE UNTUK PENURUNAN NYERI  
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH MAYANG  
SUKOHARJO**

Dinyatakan telah disetujui untuk dijadikan ujian seminar sidang Karya Tulis  
Ilmiah Program Studi Diploma Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 08 Mei 2019

Pembimbing I



Lely Firrahmawati, M.Keb  
NIDN. 0616128203

Pembimbing II



Endang SW, SST, M.Keb  
NIDN.0614028002

Mengetahui,

Kaprodi Diploma Kebidanan



Endang SW, SST, M.Keb  
NIDN. 0614028002

## PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

### **PENERAPAN SENAM DISMENOIRE UNTUK PENURUNAN NYERI DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH MAYANG SUKOHARJO**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diajukan pada sidang KTI pada tanggal 09 Mei 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat atau sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 09 Mei 2019

Mengesahkan,

Penguji :

1. Sri Kustiyati, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0610077701
2. Lely Firrahmawati, S.ST, M.Keb  
NIDN.0616128203
3. Endang Sri Wahyuni, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0614028002

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



Mengetahui,

Kaprodi Diploma Kebidanan

Endang Sri Wahyuni, S.ST., M.Keb  
NIDN.0614028002

## KATA PENGANTAR

Assalamu`alaikum, Wr. Wb

Puji syukur kehadiran Tuhan yang maha Esa atas segala rahmat yang dilimpahkan-Nya sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **“PENERAPAN SENAM DISMENOIRE UNTUK PENURUNAN NYERI DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH MAYANG SUKOHARJO”**. Penulis membuat Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan. Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari beberapa pihak, melalui kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-sebesarnya kepada:

1. Ibu dan bapak serta keluarga tercinta yang selalu memberikan motivasi dan dukungan doa .
2. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep., selaku Ketua Stikes ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Endang SW, SST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi D-III Kebidanan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta dan selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan ilmu, sehingga proposal studi kasus ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Lely Firrahmawati, M.Keb., selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan ilmu, sehingga proposal studi kasus ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Sri Kustiyati, SST., M.Keb., selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan nasehat dan saran selama kuliah.
6. Seluruh dosen jurusan kebidanan STIKES’ Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan banyak ilmu selama kegiatan perkuliahan.
7. Keluarga yang selalu memberikan saya dukungan dan motivasi selama ini.
8. Teman-teman satu angkatan yang selalu memberikan motivasi dukungan dan semangat.
9. Kedua responden saya yang telah bekerja sama dengan baik selama ini.

Walaupun demikian dalam Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini, penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih belum sempurna oleh keterbatasan pengetahuan dan pengalaman yang penulis miliki. Oleh sebab itu, demi bertambahnya wawasan dan pengetahuan penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah studi kasus, penulis dengan lapang dada menerima segala bentuk kritik dan saran yang membangun dari semua pihak.

Akhir kata, penulis bersyukur kepada ALLAH SWT yang atas kehendak-Nya maka Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini dapat penulis selesaikan dan semoga Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Wasallamu'allaikum. Wr. Wb.

Surakarta, 09 Mei 2019

Noviani Tiwi Hastuti  
NIM:A2016035