

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP  
INTENSITAS NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA  
REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 6  
SURAKARTA**



**SKRIPSI**

**Oleh**

**IDA DWI SAFITRI**

**C2014037**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
SURAKARTA**

**2018**

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP  
INTENSITAS NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA  
REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 6  
SURAKARTA**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**IDA DWI SAFITRI**

**C2014037**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
SURAKARTA**

**2018**

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP  
INTENSITAS NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA  
REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 6  
SURAKARTA**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**

**Oleh**

**IDA DWI SAFITRI**

**C2014037**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
SURAKARTA  
2018**

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

### **PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (*DISMEOREA*) PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 6 SURAKARTA**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES ‘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 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,        Agustus 2018

Ida Dwi Safitri

NIM C2014037

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Ida Dwi Safitri

NIM : C2014037

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Intensitas Nyeri Haid  
(*Dismenorea*) Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 6 Surakarta

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 didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES '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.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal :

Yang menyatakan

(Ida Dwi Safitri)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP INTENSITAS  
NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA PUTRI  
DI SMK NEGERI 6 SURAKARTA**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Sidang Skripsi Program Studi  
Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Agustus 2018

Pembimbing I



Anjar Nurrohmah, S. Kep.Ns., M. Kep.

NIDN. 0602128201

Pembimbing II



Sri Hartutik, S.Kep.Ns., M. Kes.

NIDN. 0620108202

Mengetahui,

Kaprodi Ilmu Keperawatan



Anjar Nurrohmah, S.Kep.Ns., M. Kep.

NIDN. 0602128201

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

### **PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (*DISMEOREA*) PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 6 SURAKARTA**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada 09 Agustus 2018 dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 09 Agustus 2018

Mengesahkan,

Penguji 1. Indarwati, SKM, M.Kes.

NIDN. 0621076904



(.....)

2. Anjar Nurrohmah, S.Kep.Ns., M.Kep.


NIDN. 0602128201



(.....)

3. Sri Hartutik, S.Kep.Ns., M.Kes.

NIDN. 0620108202



(.....)

Mengetahui

Kaprodi Ilmu Keperawatn



(Anjar Nurrohmah, S. Kep.Ns., M. Kep.)

NIDN. 0602128201

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayat dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Intensitas Nyeri Haid (*Dismenorea*) Pada Remaja Putri di SMK Negeri 6 Surakarta“.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari semua pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Riyani Wulandari, S. Kep,Ns., M. Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Anjar Nurrohmah, M. Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan ‘Aisyiyah dan selaku Dosen pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Sri Hartutik, M. Kes selaku Dosen Pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Indarwati, M. Kes selaku Dosen penguji I yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang dengan sabar memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Karyawan beserta jajaran Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran skripsi.
8. Kepala Sekolah SMK Negeri 6 Surakarta yang telah memberi ijin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.



9. Siswi SMK Negeri 6 Surakarta kelas X dan XI yang telah mengizinkan dan memberikan dukungan dalam penelitian.
10. Bapak Kardi, Ibu Narsi dan keluarga tercinta yang telah banyak memberikan dukungan spiritual materil serta senantiasa memberikan doa dalam penyusunan penulisan skripsi ini.
11. Teman-teman senasib dan seperjuangan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta seangkatan 2014 yang telah memberikan motivasi dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
12. Orang yang aku sayangi aris kurniawan yang telah membantu dan memberikan semangat, dukungan yang luar biasa sehingga aku bisa sampai pada tahap ini.
13. Sahabat-sahabat tercinta Dwi Rahayu, Hendira, Susi dan Afini yang telah memberikan semangat, dukungan dan masukan saran sehingga skripsi ini terselesaikan.
14. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan itu hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran yang menuju sempurnanya proposal ini senantiasa penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, Agustus 2018

Penulis

Ida Dwi Safitri

C2014037