

**METODE *ABDOMINAL STRETCHING* UNTUK
MENURUNKAN NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI
DENGAN MEDIA VIDEO**

Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

Pada Program Studi Diploma III Keperawatan



Oleh

**DENI ASTRIYANI
B2018027**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul :

METODE *ABDOMINAL STRETCHING* UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DENGAN MEDIA VIDEO

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Diploma Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari tugas akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Diploma di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan 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, Januari 2021



Deni Astriyani
NIM B2018027

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deni Astriyani

NIM : B2018027

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul : **Metode *Abdominal Stretching* Untuk Menurunkan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Dengan Media Video**

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Eksklusif Royalti-Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Surakarta, Januari 2020

Yang menyatakan



(Deni Astriyani)

B2018027

PERSETUJUAN PEMBIMBING

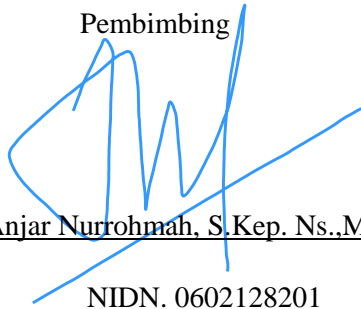
Project Akhir dengan judul :

METODE *ABDOMINAL STRETCHING* UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DENGAN MEDIA VIDEO

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Januari 2021

Pembimbing

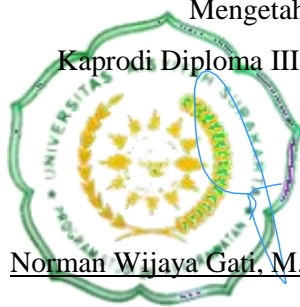


Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M.Kep

NIDN. 0602128201

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Norman Wijaya Gati, M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

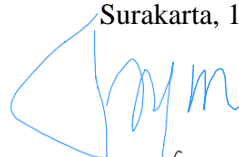
METODE ABDOMINAL STRETCHING UNTUK MENURUNKAN NYERI HAIK PADA REMAJA PUTRI DENGAN MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 13 Januari 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Januari 2021

Mengesahkan, Penguji

1. Mulyaningsih, M.Kep.
NIDN. 0007047310


(.....)

2. Tri Susilowati, M.Kep.
NIDN. 0621018203

(.....)

3. Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M.Kep.
NIDN. 0602128201

(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M. Kep.
NIDN. 0602058501

Kaprodi DIII Keperawatan



Norman Wijaya Gati, M.Kep.,Sp.Kep.J
NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya. Sholawat serta salam selalu terucapkan pada junjungan Nabi Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Metode *Abdominal Stretching* Untuk Menurunkan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Dengan Media Video”. Tugas Akhir ini disusun dan diajukan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan, dorongan, dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membimbing dan memberi semangat. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns., M.Kep selaku rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep, Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.
3. Norman Wijaya Gati, M.Kep., Sp.Kep.J selaku Kaprodi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Anjar Nurrohmah, S.Kep, Ns., M.Kep selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, kritikan, saran, motivasi, meluangkan waktu serta dukungan moril sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini sampai selesai.
5. Dosen penguji dan seluruh dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas ilmu yang telah diberikan dan semoga bermanfaat untuk kami.
6. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana dan prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir.
7. Bapak Wardi dan Ibu Suparmi selaku orang tua saya, yang selalu memberikan motivasi dan mendoakan kepada saya dalam menjalani setiap tahap yang harus dilalui dalam pembelajaran sebagai mahasiswa.
8. Keluarga saya yang selalu mendukung saya dengan tulus dan ikhlas.
9. Sahabat saya Farda, Elya, Aninda, dan Inas yang selalu memberikan dukungannya kepada saya untuk selalu semangat dan sabar dalam mengerjakan Tugas Akhir ini

10. Teman-teman seperjuangan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2018 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini, selalu memberikan semangat, dan dukungan dalam menjalani setiap ujian.

11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya serta pihak-pihak yang berkepentingan dengan penyusunan Tugas Akhir ini.

Surakarta, 13 Januari 2021

Penulis