

**SENAM DISMINORE TERHADAP PENURUNAN NYERI
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI MELALUI MEDIA
VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

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



Oleh :

SUPANTI

B2018131

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2021**

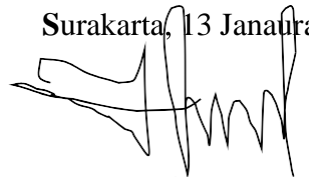
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul :

SENAM DISMINORE TERHADAP PENURUNAN NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI MELALUI MEDIA VIDEO

Yang 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 Tugas Akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Tugas Akhir ini hasil plagiat atau jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Januari 2021



Supanti

NIM B2018131

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Supanti

NIM : B2018131

Jenis Karya : Tugas Akhir

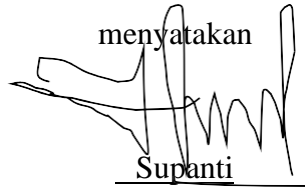
Judul : “Senam Disminore Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Melalui Media Video”

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusiv 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, 13 Januari

2021 Yang

menyatakan



Supanti

NIM B2018131

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project Akhir dengan judul :

SENAM DISMINORE TERHADAP PENUIRUNAN NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI MELALUI MEDIA VIDEO

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

Surakarta, 13 Januari 2021

Pembimbing

Hermawati, S,Kep, Ns, M.Kep

NIDN. 0623027702

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan

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

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

SENAM DISMINORE TERHADAP PENURUNAN NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI MELALUI MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahlli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 22 Januari 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Januari

2020

Mengesahkan,

Penguji 1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep. (.....)

NIDN. 0624087901

2. Mulyaningsih, S.Kep, Ns, M.Kep (.....)

NIDN. 0605117803

3. Hermawati, S.Kep. Ns, M.Kep (.....)

NIDN. 0623027702

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Kaprodi DIII Keperawatan



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



Norman Wijaya

Gati, M.Kep., Sp.Kep. NIDN. 0602058501

NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr. Wb.

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Tugas Akhir dengan judul “Senam Disminore Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Remaja Melalui Media Video” ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat lulus pendidikan DIII Keperawatan angkatan 2018 jurusan keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisan Tugas Akhir ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

1. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M. Kep selaku rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta serta dewan penguji 1 yang telah memberikan kesempatan untuk menyusun laporan tugas akhir ini dan memberikan arahan dan masukan kepada penulis.
2. Endah Sri Wahyuni, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan sarana untuk menyusun laporan tugas akhir ini.
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep.Ns, M. Kep., Sp. Kep. J selaku ketua Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memfasilitasi dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
4. Hermawati, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing tugas akhir yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan arahan, dorongan, dukungan, dan saran dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
5. Mulyaningsih, S. Kep., Ns., M. Kep selaku penguji 2 yang telah memberikan kritik dan saran kepada penulis.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Bapak Sunardi dan Ibu Sri Mulyani selaku orang tua saya yang selalu memberikan doa semangat, dan dukungan kepada saya baik dalam bentuk materi, moral, maupun spiritual selama saya menempuh pendidikan.
8. Setiyani selaku kakak kandung saya yang telah memberi saya semangat dan dukungan penuh atas pendidikan saya.

9. Untuk diri saya sendiri yang telah berjuang melawan ego, melawan rasa malas, bekerja keras, dan tetap bertahan sampai sejauh ini.
10. Keluarga besar saya yang bersedia mendoakan dan memberi semangat dalam menyelesaikan pendidikan saya.
11. Teman-teman saya yang tidak pernah bosan menjadi pendengar keluh kesah saya dan menjadi penyemangat saya selama kuliah.
12. Teman-teman mahasiswa prodi DIII Keperawatan terutama kelas C angkatan 2018 yang sama-sama berjuang demi menyelesaikan laporan tugas akhir ini.
13. Dan seluruh pihak yang turut membantu, yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir ini jauh dari kata sempurna.

Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca, sehingga laporan tugas akhir ini dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan terutama bagi penulis serta bermanfaat bagi dunia keperawatan di Indonesia.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 13 Januari 2021

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke at the end, positioned above a short horizontal line.

(Supanti)

NIM B2018131

