

**EDUKASI SENAM DISMENORE SEBAGAI UPAYA
MENURUNKAN NYERI HAID MELALUI MEDIA BOOKLET**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana pada Program Studi Sarjana
Keperawatan Universitas `Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

TIFFA AYU HANIFAH
C2018161

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS `AISYIYAH SURAKARTA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN KOMUNIKASI INFORMASI DAN EDUKASI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa komunikasi informasi dan edukasi dengan judul :

EDUKASI SENAM DISMENORE SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN NYERI HAID MELALUI MEDIA BOOKLET

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari project tugas akhir komunikasi informasi dan edukasi dari yang sudah dipublikasikan dan atau pernah untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun dan atau pernah untuk mendapatkam gelar kesarjanaan di yang sudah dipublikasikan dan atau pernah untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan project tugas akhir komunikasi informasi dan edukasi 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, 12 Agustus 2022



Tiffa Ayu Hanifah
NIM C2018161

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Tiffa Ayu Hanifah

Nim : C2018161

Jenis Karya : Komunikasi Informasi dan Edukasi

KIE : Edukasi Senam Dismenore Sebagai Upaya Menurunkan Nyeri Haid Melalui Media Booklet

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 di dalamnya 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.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 12 Agustus 2022

Yang menyatakan



(Tiffa Ayu Hanifah)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project tugas akhir komunikasi informasi dan edukasi dengan judul :

EDUKASI SENAM DISMENORE SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN NYERI HAID MELALUI MEDIA BOOKLET

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Tugas Akhir Program Studi Sarjana keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Agustus 2022



Ida Nur Imamah, S. Kep. Ns., M. Kep

NIDN 0620118704

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



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

NIDN 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Project akhir : Komunikasi Informasi dan Edukasi dengan judul :

EDUKASI SENAM DISMENORE SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN NYERI HAID MELALUI MEDIA BOOKLET

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Project akhir : Komunikasi Informasi dan Edukasi ini telah diujikan pada sidang ujian project akhir pada tanggal, 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir komunikasi informasi dan edukasi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 16 Agustus 2022

Mengesahkan

Penguji

1. Siti Fatmawati S.Kep., Ns., M. Kep
NIDN 0603018201

()

2. Eska Dwi Prajayanti S.Kep., Ns., M. Kep
NIDN 0610088702

()

3. Ida Nur Imamah S.Kep., Ns., M. Kep
NIDN 0620118704

()

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Sri Kusiyati, S. SST., M. Keb
NIDN. 0610077701

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep.Ns, M.Kep
NIDN.0615018601

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat ALLAH SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayat dan inayah-NYA, sehingga penulis dapat menyelesaikan project tugas akhir komunikasi informasi dan edukasi yang berjudul “Edukasi Senam Dismenore Sebagai Upaya Menurunkan Nyeri Haid Melalui Media Booklet”. Project tugas akhir ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

Penulis menyadari bahwa penulisan project tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari semua pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns.,M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
2. Sri Kustiyanti, SST,M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Suralarta
3. Norman Wijaya Gati, S. Kep., Ns., M. Kep. Sp. Kep. J selaku Ketua Program Studi Sarjana keperawatan.
4. Ida Nur Imamah, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dalam memberikan bimbingan, nasehat, motivasi dan pengalaman kepada penulis dengan penuh keikhlasan.
5. Siti Fatmawati S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen penguji 1 yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan pada panulisan Tugas Akhir ini sehingga terselesaikan dengan baik.
6. Eska Dwi Prajayanti S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku penguji 2 yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan pada penulisan Tugas Akhir ini sehingga terselesaikan dengan baik.
7. Dosen Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
8. Orang tua tercinta Bapak Susilo dan Ibu Nunik yang tidak pernah berhenti memberikan doa dan dukungan dalam pembuatan project tugas akhir ini.
9. Teman-teman seperjuangan Universitas 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2018 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini. Serta mas Muhammad Sholikhin yang selalu mensupport saya sampai titik ini.

10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan project tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa project tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Untuk itu saya dengan kerendahan hati mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dari semua pihak demi membangun project tugas akhir ini. Semoga project tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Surakarta, 12 Agustus 2022

Penulis



Tiffa Ayu Hanifah

C2018161