

**PENGARUH SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA  
NYERI HAID PADA SISWI DI SMP N 1 DONOROJO  
KABUPATEN PACITAN**

SKRIPSI

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



Oleh :

**PUTRI DEWI HANDAYANI**

**C2018120**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2022**

**PENGARUH SENAM DISMENORE TERHADAP SKALA  
NYERI HAID PADA SISWI DI SMP N 1 DONOROJO  
KABUPATEN PACITAN**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**PUTRI DEWI HANDAYANI**

**C2018120**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2022**

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

### **PENGARUH SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI HAID PADA SISWI DI SMPN 1 DONOROJO KABUPATEN PACITAN**

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 skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas '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 Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 16 Juli 2022

A 5000 Rupiah Indonesian postage stamp is shown with a signature written over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '5000', 'REPUBLIK INDONESIA', and 'POS'. The signature is in black ink and appears to be 'Putri Dewi Handayani'.

Putri Dewi Handayani

NIM C2018120

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Putri Dewi Handayani

NIM : C2018120

Jenis Karya : Skripsi

Skripsi Judul : Pengaruh Senam *Dismenore* Terhadap Skala Nyeri Haid Pada Siswi Di SMPN 1 Donorojo Kabupaten Pacitan

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 didalamnya 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 : Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 16 Juli 2022

Yang menyatakan



Putri Dewi Handayani

NIM C2018120

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi dengan judul :

**PENGARUH SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI HAID  
PADA SISWI DI SMP N 1 DONOROJO KABUPATEN PACITAN**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Skripsi Program Studi  
Sarjana Keperawatan Universitas "Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 16 Juli 2022

Pembimbing



Ika Silvitasari, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN 0602048604

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



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

NIDN 0615018601

**PENGESAHAN PENGUJI**

Skripsi dengan judul :

**PENGARUH SENAM *DISMENORE* TERHADAP SKALA NYERI HAIID  
PADA SISWI DI SMP N 1 DONOROJO KABUPATEN PACITAN**

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas "Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada tanggal 1 Agustus 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas "Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 6 Agustus 2022

Mengesahkan,

- Penguji
1. Mulyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep. (  )  
NIDN. 0007047310
  2. Eska Dwi Prajayanti S.Kep., Ns., M.Kep (  )  
NIDN. 0610088702
  3. Ika Silvitasari, S.Kep., Ns., M.Kep. ( .....  ..... )  
NIDN. 0602048604

Mengetahui



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

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, hidayat serta inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Senam *Dismenore* Terhadap Skala Nyeri Haid pada Siswi di SMPN 1 Donorojo Kabupaten Pacitan”.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, S.SiT., M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M. Kep., Sp.Kep.J, selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ika Silvitasari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan, dukungan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan proposal ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Mulyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan pada penulisan proposal ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan pada penulisan proposal ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
7. Semua responden siswi SMPN 1 Donorojo yang telah memberikan ijin dan meluangkan waktunya untuk mengisi lembar checklist sehingga penelitian ini bisa berjalan lancar.
8. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan masukan serta ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

9. Keluarga tercinta Bapak Kadiran, Ibu Suyati, Mas Bayu, Simbah Kadinem serta Dek Bella yang senantiasa mendoakanku dan mendukungku secara moril maupun materiil serta memberikan motivasi yang sangat besar.
10. Teman seperjuanganku dan sahabatku Putri Wulan Dhari, Putri Sari Dewi, Seli Eka Wardani, Eni Lestari, Diana Aprianti, Iin Dwi Kristanti dan teman-teman satu bimbingan, serta teman 1 angkatan yang tidak bisa saya tuliskan satu persatu dalam melakukan penelitian hingga menulis skripsi atas kesetiakawanan, bantuan dan kerjasamanya selama ini.
11. Teman- temanku kost Wisma Cantik yang senantiasa memberiku semangat yang luar biasa dalam mengerjakan skripsi.

Penyusun menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kesalahan atau kekurangan baik dari segi bahasa maupun isi. Untuk itu penyusun sangat mengharapkan adanya masukan dan kritikan dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Surakarta, 16 Juli 2022

Penyusun



(Putri Dewi Handayani)