

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR ISTILAH & SIMBOL	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	2
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Remaja	8
1. Definisi Remaja	8
2. Tahapan Remaja	8
B. Konsep <i>Dismenorea</i>	8
1. Definisi <i>Dismenorea</i>	8
2. Klasifikasi <i>Dismenorea</i>	9
3. Manifestasi Klinis <i>Dismenorea</i>	11
4. Etiologi <i>Dismenorea</i>	11
5. Penanganan <i>Dismenorea</i>	12
6. Pengukuran <i>Dismenorea</i>	13
C. Relaksasi Nafas Dalam	15
1. Definisi Relaksasi Nafas Dalam	15
2. Tujuan Relaksasi Nafas Dalam	15
3. Manfaat Relaksasi Nafas Dalam	15
4. Tatalaksana Relaksasi Nafas Dalam	16
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. Rancangan Penelitian	18
B. Subyek Penelitian	18
C. Definisi Operasional	18
D. Tempat dan Waktu Penelitian	18
E. Pengumpulan Data	19
F. Cara Pengolahan Data.....	20
G. Etika Penelitian	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	23

A. Hasil	23
B. Pembahasan	27
C. Keterbatasan Penelitian	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	35
A. Kesimpulan	35
B. Saran	35
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	40
Lampiran 1. Jadwal Kegiatan	40
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	41
Lampiran 3. Informasi Dan Pernyataan Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	43
Lampiran 4. Lembar Observasi	45
Lampiran 5. SOP Teknik Relaksasi Nafas Dalam	47
Lampiran 6. Lembar Dokumentasi Penerapan.....	48
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup	51
Lampiran 8. Lembar Konsultasi	52
Lampiran 9. Lembar Revisi Penguji I.....	57
Lampiran 10. Lembar Revisi Penguji II	60
Lampiran 11. Lembar Bukti Publikasi Jurnal	62

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Definisi Operasional	18
Table 4.1 Tingkat <i>Dismenorea</i> Sebelum Dilakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	24
Table 4.2 Tingkat <i>Dismenorea</i> Setelah Dilakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam .	24
Table 4.3 Tingkat <i>Dismenorea</i> Sebelum Dan Setelah Dilakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Nn.S dan Nn. I.....	25
Table 4.4 Tingkat <i>Dismenorea</i> Sebelum Dan Setelah Dilakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Nn. S dan Nn. I.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan	40
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	41
Lampiran 3. Informasi dan Pernyataan Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	43
Lampiran 4. Lembar Observasi.....	45
Lampiran 5. SOP Teknik Relaksasi Nafas Dalam	47
Lampiran 6. Lembar Dokumentasi Penerapan.....	48
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup	51
Lampiran 8. Lembar Konsultasi	52
Lampiran 9. Lembar Revisi Penguji I.....	57
Lampiran 10. Lembar Revisi Penguji II	60
Lampiran 11. Lembar Bukti Publikasi Jurnal	62

DAFTAR SINGKATAN

DINKES	Dinas Kesehatan
RISKESDAS	Riset Kesehatan Dasar
WHO	<i>World Health Organization</i>
NSAID	<i>Non Steroid Antiinflammatory Drugs</i>
AKDR	Alat Kontrasepsi Dalam Rahim
PID	<i>Pelvic Inflammatory Menstruasi</i>
NRS	<i>Numeric Rating Scale</i>

DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL

%	Persen
-	Sampai
“ “	Petik
/	Atau
.	Titik
,	Koma
:	Titik dua
()	Kurung

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua, serta shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan judul “Penerapan Teknik Nafas Dalam Terhadap Tingkat Skala *Dismenorea* Pada Remaja Di SMAN 2 Karanganyar”. Laporan ini disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Selama penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan, saran, dukungan, doa dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

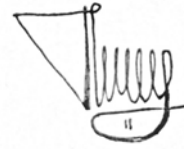
1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemudahan, serta kelancaran dan segala do'a, ikhtiar yang telah Engkau kabulkan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns.,M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kusyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susilowati, S.Kep.Ns.,M.Kep. selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Erika Dewi Noorratri S. Kep.,Ns,M.Kep. selaku dosen pembimbing yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
6. Dewi Kartika Sari, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
7. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
8. Seluruh Dosen, Karyawan, dan Staf Prodi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
9. Bapak Rebo, Ibu Sadinem, Puri Ardita dan teman seperjuangan saya Rara, Rakha, Sekar, Rahma yang telah memberikan do'a, nasihat kasih sayang, cinta, semangat, dan

motivasi moral maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.

10. Terima kasih untuk teman-teman mahasiswa prodi DIII Keperawatan terutama kelas B angkatan 2020 yang sama sama berjuang demi menyelesaikan laporan Tuga Akhir ini. Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Proposal Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalammua'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Surakarta, 8 September 2023



Rimma Wahyuni Khumayroh

202012063