

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN NYERI AKUT DISMENOIRE PADA
REMAJA PUTRI DI DUSUN DERMAN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program
Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

MA'RIFAH QONA'AH

NIM : B2015065

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

2018

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN NYERI AKUT DISMENORE PADA
REMAJA PUTRI DI DUSUN DERMAN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program
Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**

Oleh

MA'RIFAH QONA'AH

NIM : B2015065

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

2018

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN NYERI AKUT DISMENOORE PADA
REMAJA PUTRI DI DUSUN DERMAN

Disusun untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi DIII Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

Oleh

MA'RIFAH QONA'AH

NIM B2015065

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIYAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

2018

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI AKUT DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DUSUN DERMAN

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 15 Juli 2018



Ma'rifah Qona'ah

NIM B2015065

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Ma'rifah Qona'ah

NIM : B2015065

Jenis Karya : KTI

Judul : Penerapan


Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES '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 : 15 Juli 2018

Yang menyatakan



(Ma'rifah Qona'ah)

PENGESAHAN PENGUJI

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI AKUT DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DUSUN DERMAN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis ini telah diujikan pada sidang KTI pada tanggal 24 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis pada Program Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juli 2018

Mengesahkan,

Penguji

1. Tri Susilowati, M. Kep

NIDN : 621018203

2. Wahyu Purwaningsih, M. Sc

NIDN : 605117803

3. Ikrima Rahmasari, M. Kep

NIDN : 607128501

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui

Kaprodi Diploma Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, M. Kep

NIDN : 602058501

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI AKUT DISMENORE PADA REMAJA PUTRI

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang KTI Program Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 15 Juli 2018

Pembimbing I



Wahyu Purwaningsih, M.Sc.

NIDN : 605117803

Pembimbing II



Ikrima Rahmasari, M.Kep.

NIDN : 607128501

Mengetahui,

Kaprodi Diploma Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, M.Kep.

NIDN : 602058501

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah Rabbil'Alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah AWT yang telah melimpahkan segala berkah, rahmat, karunia dan hidayah – Nya. Sholawat serta salam selalu terucapkan pada junjungan serta suri tauladan kita Rosulullah Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah dengan judul “PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI AKUT DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI”. Laporan ini disusun dan diajukan guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di SekolahTinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari sepenuhnya adanya kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini, sehingga kami tidak dapat menyelesaikan laporan ini tanpa ada bantuan, dorongan, dan dukungan dari semua pihak. Untuk itu perkenankan kami mengucapkan terimakasih kepada pihak - pihak yang telah membantu dalam menyusun dan terselesaikanya laporan ini.

1. Allah SWT yang selalu memberikan kekuatan, ketabahan, kemudahan, dan kelancaran dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Orang tua tercinta, Ayah Wardoyo dan Mami Asri Rahayu yang tidak pernah lelah mendoakan, menyayangi dan memberikan dukungan dengan kasih sayang, dan perhatian penuh.
3. Riyani Wulandari, M. Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Endah Sri Wahyuni, M. Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Wahyu Purwaningsih, M. Sc selaku pembimbing I yang selalu memberikan nasehat dan arahan dalam membimbing.
6. Ikrima Rahmasari, M. Kep selaku pembimbing II yang juga selalu memberikan nasehat, arahan serta membimbing dengan penuh kesabaran.
7. Ibu penguji dan seluruh dosen serta staf Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan.

8. Kakakku tersayang Desy Aswari dan kakak ipar Praka Daryono yang senantiasa memberikan motivasi dan dukungan.
9. Sahabat Surga tercinta (Dyah Puspa Kartika Chandra, Endah Kartika Sari, Diah Malis Nugrahani, Arlintya Ari Hastuti, Khamada Fiqi Juliet, Devi Savitri) yang selalu memberikan dukungan, semangat dan do'anya serta memberi masukan untuk karya tulis ini.
10. Sahabat Geger (Fitri Nur Wulandari, Anita Widya S, Hanif Yulia) yang selalu memberikan dukungan, semangat dan do'anya.
11. Sahabat Terong Squad (Putri Susanti, Nila Widya Saputri, Lynda Septika Putri, Nirma Wahyu Widianana, Retno Sulistiati, Sumarni) yang selalu memberikan semangat dan doanya.
12. Nn. U dan Nn. N selaku klien dan keluarganya yang telah bersedia bekerja sama.
13. Seluruh teman - teman DIII Keperawatan terutama kelas B, tanpa semangat, dukungan dan bantuan kalian semua tak akan mungkin saya sampai disini.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya serta pihak – pihak yang berkepentingan dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Surakarta, 15 Juli 2018

Penulis