



**YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM NUSA TENGGARA BARAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YARSI MATARAM**

Jln TGH Muh. Rais Lingkar Selatan Kota Mataram. Telp/Fax (0370) 6161261
Website : www.stikesyarsi.mataram.ac.id Email : info@stikesyarsi.mataram.ac.id

**KEPUTUSAN KETUA STIKES YARSI MATARAM
NOMOR : 059 /SK/STIKES/Y III/I-E XI/2019**

TENTANG :
**PENUNJUKAN PEMBIMBING PROPOSAL & SKRIPSI
MAHASISWA TINGKAT IV SEMESTER VII
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN JENJANG STRATA SATU (S.1)
STIKES YARSI MATARAM TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

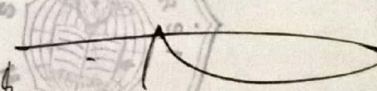
KETUA STIKES YARSI MATARAM

- Menimbang** : a. Bahwa pelaksanaan tugas akhir dalam bentuk Proposal & Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan jenjang Strata Satu (S.1) STIKES YARSI Mataram Tahun Akademik 2019/2020 bertujuan sebagai prasyarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana.
b. Bahwa untuk lebih lancar dan terkoordinirnya pelaksanaan kegiatan sebagaimana huruf a diatas perlu ditunjuk pembimbing dan ditetapkan dengan Surat Keputusan Ketua STIKES YARSI Mataram.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
2. Surat Keputusan Ketua Pengurus Yayasan Rumah Sakit Islam Nusa Tenggara Barat Nomor : 33/SK/YARSI.NTB/1-B/XII/2010 Tanggal 20 Desember 2010 Tentang Petunjuk Penyelenggaraan Urusan Kepegawaian.
3. Statuta STIKES YARSI Mataram Tahun 2019
4. Pedoman Akademik dan Kemahasiswaan STIKES YARSI Mataram

MEMUTUSKAN

- Menetapkan**
- Pertama** : Menunjuk Pembimbing Proposal & Skripsi Mahasiswa Tingkat IV Semester VII Program Studi Ilmu Keperawatan jenjang Strata Satu (S.1) Tahun Akademik 2019/2020 STIKES YARSI Mataram, sebagaimana pada lampiran Surat Keputusan ini.
- Kedua** : Dalam melaksanakan tugas sebagai Pembimbing Proposal & Skripsi Mahasiswa Tingkat IV Semester VII Program Studi Ilmu Keperawatan jenjang Strata Satu (S.1) STIKES YARSI Mataram harus dengan rasa tanggungjawab.
- Ketiga** : Segala biaya yang timbul akibat ditetapkannya Surat Keputusan ini dibebankan pada anggaran Proposal & Skripsi mahasiswa Tingkat IV Semester VII Program Studi Ilmu Keperawatan jenjang Strata Satu (S.1) STIKES YARSI Mataram Tahun Akademik 2019/2020.
- Keempat** : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan bilamana dikemudian hari terdapat kekeliruan akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Mataram
Pada Tanggal : 27 November 2019
STIKES YARSI Mataram
Ketua,


H. Zulkahfi, S.Kep., Ners., M.Kes.
NIK. 2129920

Tembusan :

1. Ketua Pengurus Yayasan RSI NTB di Mataram
2. Para Wakil Ketua STIKES YARSI Mataram di Mataram
3. Ka. PRODI Ilmu Keperawatan jenjang Strata Satu (S.1) di Mataram
4. Ka. BAUK STIKES YARSI Mataram di Mataram
5. Yang Bersangkutan masing-masing di Tempat

Lampiran : Surat Keputusan Ketua STIKES YARSI Mataram
 Nomor : 059 /SK/STIKES/Y.III/I-E/XI/2019 tanggal : 27 November 2019
 Tentang : Penunjukan Pembimbing Proposal & Skripsi Mahasiswa Tingkat IV Semester VII
 Program Studi Ilmu Keperawatan Jenjang Strata Satu (S 1) STIKES YARSI Mataram
 Tahun Akademik 2019/2020

NAMA-NAMA PEMBIMBING PROPOSAL & SKRIPSI MAHASISWA TINGKAT IV SEMESTER VII
 PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN JENJANG STRATA SATU (S 1)
 STIKES YARSI MATARAM TAHUN AKADEMIK 2019/2020

NO	DEPARTEMEN	NAMA MAHASISWA	PEMBIMBING I	PEMBIMBING II
1	MANAJEMEN KEPERAWATAN	ADE MELY ROSMIATUN	Sopian Halid., Ners., M.Kes	Harlina Putri Rusiana., Ners., M.Kep
2		HERA DJUANITA WAIDA	Irwan Hadi., Ners., M.Kep	Danul Aristiawan., M.Pd Ana Laila Salfarini., MSc
3		RIAN FIRDAYANTI	Irwan Hadi., Ners., M.Kep	
4		ANI ANDRIANI	Dr. H. Agus Supinganto., Ners., M.Kes	Syamdarniati., SKM., M.Kes
5		HERI KUSWANTO	Dr. H. Agus Supinganto., Ners., M.Kes	Syamdarniati., SKM., M.Kes
6		AYU AGUSTIN PRATIWI	Irwan Hadi., Ners., M.Kep	Raudatul Jannah., Msi
7		AYUSTIA DENA FARIDA	Sopian Halid., Ners., M.Kes	Irwan Hadi., Ners., M.Kep
8		BAIQ INDAH SUCI HELMAYANI	Sopian Halid., Ners., M.Kes	Irwan Hadi., Ners., M.Kep
9		I DA BAGUS ANOM P.	Dr. H. Agus Supinganto., Ners., M.Kes	Heri Bahtiar., Ners., M.PH
10		BAYU WIRYAWAN	Dr. H. Agus Supinganto., Ners., M.Kes	Harlina Putri Rusiana., Ners., M.Kep
11	KEPERAWATAN MATERNITAS	NI KETUT IKA MUSTIKA SUARNAYA ✓	Winda Nurmayani., Ners., M.P.H	Misroh Mulianingsih., Ners., M.P.H
12		MARISA AINUN SANI	Heri Bahtiar., Ners., M.PH	Misroh Mulianingsih., Ners., M.P.H
13		DEA HILDAYANTI	Sabi'ah Khairi., Ners., Sp.Kep.Mat	Winda Nurmayani., Ners., M.P.H ✓
14		EKA RAMDHANI DWI PUTRI ✓	Winda Nurmayani., Ners., M.P.H	Sabi'ah Khairi., Ners., Sp.Kep.Mat
15		MELISA DEWI UTAMI ✓	Winda Nurmayani., Ners., M.P.H	Misroh Mulianingsih., Ners., M.P.H
16		BELAVISTA	Misroh Mulianingsih., Ners., M.P.H	Heri Bahtiar., Ners., M.PH
17		RIFKY NOVIANA SAFITRI	Misroh Mulianingsih., Ners., M.P.H	Winda Nurmayani., Ners., M.P.H ✓
18		RIRIN KURNIA	Sabi'ah Khairi., Ners., Sp.Kep.Mat	L. Dedi Supriyatna., S.Kep., M.Kes
19		ABDUL KUDUS NAWAWI	Heri Bahtiar., Ners., M.PH	Abdul Haris., M.AK
20		YANDI CAHYADI AMNI	Misroh Mulianingsih., Ners., M.P.H	Winda Nurmayani., Ners., M.P.H ✓
21		DHITA EMILLIA	Heri Bahtiar., Ners., M.PH	Drs. H. L. Imam Syafii., M.Si
22		LALU DENI SUHARDI	Heri Bahtiar., Ners., M.PH	Hapipah., Ners., M.Kep Bq. Nurul Hidayati., Ners., M.Kep
23	KEPERAWATAN ANAK	DIFATRIYAH AZQIYAH FIKRIMA	Drs. H. L. Imam Syafii., M.Si	Fitri Romadonika., Ners., M.Kep
24		SITI MAIMUNAH	Bq. Nurul Hidayati., Ners., M.Kep	Fitri Romadonika., Ners., M.Kep
25		NI LUH PEBRI PRADNYANTAYANI	Indah Wasliah., Ners., Sp.Kep.An	Eka Adithia Pratiwi., Ners.M.Kep
26		NURUL HIDAYANTI	Eka Adithia Pratiwi., Ners.M.Kep	Fitri Romadonika., Ners., M.Kep
27		SITI ASSU'ARO SOLIHA	Fitri Romadonika., Ners., M.Kep	Hj. Dewi Nur Sukma P., Ners., M.Kep
28		RENI YULI YANTI	Bq. Nurul Hidayati., Ners., M.Kep	Syahril., M.Pd
29		NAFIATUL AMRAH	Fitri Romadonika., Ners., M.Kep	Abdul Haris., M.AK
30		RANI YULIANTI	Indah Wasliah., Ners., Sp.Kep.An	Danul Aristiawan., M.Pd L. Dedi Supriyatna., S.Kep., M.Kes
31		RINULIA ANDISVA	Eka Adithia Pratiwi., Ners.M.Kep	Indah Wasliah., Ners., Sp.Kep.An
32		MAYA NOVIKA WULANDARI	Eka Adithia Pratiwi., Ners.M.Kep	

		NADIA NUR SETIAHATI	Fitri Romadonika, Ners., M. Kep	Eka Adithia Pratiwi, Ners. M. Kep
35		RANI OKTAVIANI	Eka Adithia Pratiwi, Ners. M. Kep	Syahril, M. Pd
		M. SAEPUL BAHRI	Eka Adithia Pratiwi, Ners. M. Kep	Fitri Romadonika, Ners., M. Kep
36	KEPERAWATAN JIWA	SRI MULIA	Dian Istiana, Ners., Sp. Kep. J	Hj. Dewi Nur Sukma P., Ners., M. Kep
37		BAIQ MARA WARDATUN NAJWA	Rias Pratiwi Safitri, M. Psi., Psikolog	Drs. H. L. Imam Syafii, M. Si
38		HALIMASUSSA'KDIAH	Rias Pratiwi Safitri, M. Psi., Psikolog	Raudatul jannah, M. Si
39		NUR ZEN APRIANTI	Heri Bahtiar, Ners., M. PH	Rias Pratiwi Safitri, M. Psi., Psikolog
40		MITA PUSPARINI	Dian Istiana, Ners., Sp. Kep. J	Hj. Dewi Nur Sukma P., Ners., M. Kep
41		MUSMULIADIN	Dian Istiana, Ners., Sp. Kep. J	Syahril, M. Pd
42			NASRUL FUAD	Dian Istiana, Ners., Sp. Kep. J
43		GEGER PRAYADI	Sopian Halid, Ners., M. Kes	Elisa Oktaviana, Ners., M. Kep
44		FATMAWATI	Dian Istiana, Ners., Sp. Kep. J	Abdul Haris, M. AK
45		GAUS GALYUBI	Dr. H. Agus Supinganto, Ners., M. Kes	Dian Istiana, Ners., Sp. Kep. J
46		GITA PURWANDINI	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Rias Pratiwi Safitri, M. Psi., Psikolog
47		M. NASRIANTO	Dr. H. Agus Supinganto, Ners., M. Kes	Syamdarniati, SKM., M. Kes
48		MULISAH	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Ana Laila Salfarini, MSC
49		NIA USNIAH	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Istianah, Ners., M. Kep
50		NILA KURNIA SAFITRI	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Hj. Ilham, Ners., M. Kep
51		SITI HARDIANTI MULIA	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Ernawati, Ners., M. Kep
52	KEPERAWATAN KOMUNITAS & KLG & GERONTIK	NUR WAHIDAH SARMA NINGSIH	Sopian Halid, Ners., M. Kes	Harlina Putri Rusiana, Ners., M. Kep
53		RAUDATUL ADAWIYAH	Sopian Halid, Ners., M. Kes	Hj. Ilham, Ners., M. Kep
54		RINI ANDRIANI	Sopian Halid, Ners., M. Kes	Dian Istiana, Ners., Sp. Kep. J
55		PUTRI NINGSIH	Sopian Halid, Ners., M. Kes	Baik Heni Rispawati, Ners., M. Kep
56		WIDIAWATI	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Elisa Oktaviana, Ners., M. Kep
57		YENI SARI	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Baik Heni Rispawati, Ners., M. Kep
58		LINA KUSNIATI	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Heni Marlina R., Ners., M. Kep
59		YUNI KARTINA	H. Zulkahfi, Ners., M. Kes	Hj. Ilham, Ners., M. Kep
60		NILA NURLAILI	Drs. H. L. Imam Syafii, M. Si	L. Dedi Supriyatna, S. Kep., M. Kes
61		TITIN FITRIANI	Fitri Romadonika, Ners., M. Kep	Elisa Oktaviana, Ners., M. Kep
62		YULIANITA	Drs. H. L. Imam Syafii, M. Si	Hapipah, Ners., M. Kep
63		MEILA WATI	Irwan Hadi, Ners., M. Kep	Syahril, M. Pd
64	KMB	ADE KOMALA SRI BULAN	Irwan Hadi, Ners., M. Kep	L. Dedi Supriyatna, S. Kep., M. Kes
65		DIMAS ARYA TRIWADI PUTRA	Baik Heni Rispawati, Ners., M. Kep	Hj. Dewi Nur Sukma P., Ners., M. Kep
66		UMMAH	Baik Heni Rispawati, Ners., M. Kep	Hj. Dewi Nur Sukma P., Ners., M. Kep
67		NI LUH SANTINI	Baik Heni Rispawati, Ners., M. Kep	Hj. Dewi Nur Sukma P., Ners., M. Kep
68		FAHRURROZI	Zaenal Arifin, Ners., Sp. Kep. MB	Elisa Oktaviana, Ners., M. Kep
69		MIFTAHUL JANNAH	Hapipah, Ners., M. Kep	Abdul Haris, M. AK
70		SAHRATUL AINI	Hapipah, Ners., M. Kep	Bq. Nurainun Apriyani I, Ners., M. Kep
71		TITA ROSA ANGGRIANI	Syamdarniati, SKM., Mkes	Maelina Ariyanti, Ners., M. Kep
72		SUKRAN	Supriyadi, Ners., M. Kep	Bq. Nurainun Apriyani I, Ners., M. Kep
73		SRI NAHNIATINNISSA	Istianah, Ners., M. Kep	Heni Marlina R., Ners., M. Kep
74		ALFIANA SOLEHAH	Hapipah, Ners., M. Kep	Zaenal Arifin, Ners., Sp. Kep. MB

76	DIMAS JAMALIA SAFIQRI	Istianah., Ners., M.Kep	Heni Marlina R., Ners., M.Kep
77	AUFA HUSNUL SYAM	Istianah., Ners., M.Kep	Ernawati., Ners., M.Kep
78	BAIQ RENZI RISTIANI	Supriyadi., Ners., M.Kep	Istianah., Ners., M.Kep
79	HESTY NURRAYAN	Zaenal Arifin., Ners., Sp.Kep.MB	Bq. Nurainun Apriyani I., Ners., M.Kep
80	HJRIATUN APRIANI	Maelina Ariyanti., Ners., M.Kep	Supriyadi., Ners., M.Kep
81	IHMAN JAYADI	Ernawati., Ners., M.Kep	Heni Marlina R., Ners., M.Kep
82	NURHASTUTIK	Ernawati., Ners., M.Kep	Hapipah., Ners., M.Kep
83	KHAFIFATUR RAHMI	Ernawati., Ners., M.Kep	Heni Marlina R., Ners., M.Kep
84	MIA ANJALIA PUTRI	Syamdarniati.,SKM.,Mkes	Ernawati., Ners., M.Kep
85	LILIK SEPTIYA ANDRIYANI	Syamdarniati.,SKM.,Mkes	Istianah., Ners., M.Kep
86	LIS MULIATI	Maelina Ariyanti., Ners., M.Kep	Baik Heni Rispawati., Ners., M.Kep
	LOMIN	Rias Pratiwi Safitri., M.Psi., Psikolog	Elisa Oktaviana., Ners., M.Kep

STIKES YARSI Mataram
Ketua.



H. Zulkahfi, S.Kep.Ners., M.Kes
NIK 2120920

SKRIPSI

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG LATIHAN
ABDOMINAL STRETCHING TERHADAP NYERI HAID
(*DYSMENORHEA*) DI SMK YARSI MATARAM



OLEH :

MELISA DEWI UTAMI

058 STYC 16

YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM NUSA TENGGARA BARAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YARSI MATARAM
PROGRAM STUDI KEPERAWATANJENJANG S1
MATARAM

2020

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui pada :

Hari : Jumat
Tanggal : 15 Agustus
Tahun : 2020

Pembimbing 1 : Winda Nurmayani., S.Kep.,Ners.,M.P.H.
Nik : 2030426



Pembimbing 2 : Misroh Mulianingsih.,S.Kep.,Ners.,M.P.H.
Nik :2059816



Mengetahui
Program Studi Ilmu Keperawatan Jenjang S.1

Ketua

Supriyadi, S.Kep., Ners.,M.Kep

Nik : 3030853

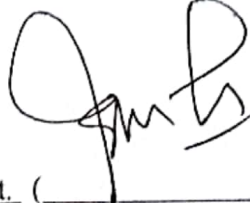



HALAMAN PENGESAHAN


Skripsi ini telah di uji pada :

Hari : Senin
Tanggal : 24
Tahun : 2020

TIM PENGUJI

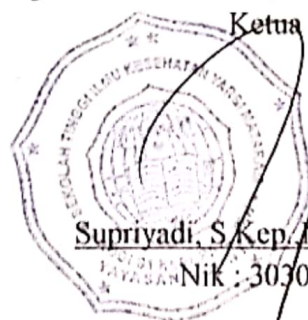
Penguji 1 : Sabi'ah khairi, S.,Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.Kep.Mat. ()
Nik : 3090858

Penguji 2 : Winda Nurmayani., S.Kep.,Ners.,M.P.H. ()
Nik : 2030426

Penguji 3 : Misroh Mulianingsih., S.Kep.,Ners.,M.P.H. ()
Nik : 2059816

Mengetahui
Program Studi Ilmu Keperawatan Jenjang S.1

Ketua



Supriyadi, S.Kep.,Ners.,M.Kep
Nik : 3030853

ABSTRACT

DESCRIPTION OF ADOLESCENT KNOWLEDGE ABOUT ABDOMINAL STRETCHING EXERCISES AGAINST MENSTRUAL PAIN (DYSMENORRHEA) AT SMK YARSI MATARAM 2020

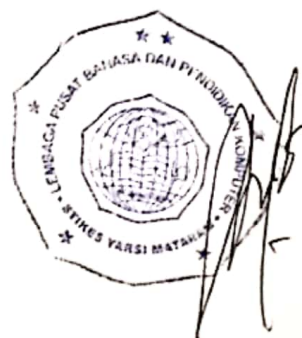
by

MELISA DEWI UTAMI

NIM: 058 STYC 16

Background: Menstruation is periodic bleeding from the uterus that begins about 14 days after ovulation periodically due to the release of the uterine endometrium, the causing of menstrual pain (dysmenorrhoea). One way to decrease the pain is abdominal stretching exercise this affects how knowledge a person in dealing with pain. Knowledge is everything that is known based on the experience gained by every human being (Mubarak, 2011). The aim of this research was to find out the knowledge of adolescents about Abdominal Stretching Exercise as a way to reduce menstrual pain (dysmenorrhoea). The research design method used in this research is descriptive. The sampling technique used was random sampling with a sample size of 96 respondents. The results of this research indicate that adolescents in class XI of SMK Yarsi Mataram that 96 respondents, obtained 10 students (10.41%) who have less knowledge, 86 students (89.58%) who have sufficient knowledge and (0.0%) for good knowledge. The conclusion of the research is the highest respondent's knowledge with sufficient category of 86 respondents (89.58%), while in the less category there were 10 respondents (10.41%). This result occurs because of several supporting factors in terms of age, class and sources of information that can affect respondents' knowledge of Abdominal Stretching Exercises against menstrual pain (dysmenorrhoea).

Keywords : Knowledge, Abdominal Stretching Exercises, Menstrual Pain (Dysmenorrhoea).







FORMAT BIMBINGAN PROPOSAL/SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Melisa Dewi Utami

NIM : 058 STYC 16

Judul : "Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Latihan *Abdominal Stretching* Terhadap Nyeri Haid (*Dismenorea*) Di SMK Yarsi Mataram"

Nama Pembimbing I : Winda Nurmayani, S.Kep.,Ners.,M.PH

NO	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Ttd
	Senin, 20 Juli 2020	Bab 1 - 6	- Revisi kesimpulan sesuai saran - Revisi uraian pembek- san, hiasi perukam	
	Rabu, 22 Juli 2020	Bab 1-6	- Revisi Bab 5-C - Revisi kesimpulan sesuai saran.	



FORMAT BIMBINGAN PROPOSAL/SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Melisa Dewi Utami
NIM : 058 STYC 16
Judul : "Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Latihan *Abdominal Stretching* Terhadap Nyeri Haid (*Dismenorea*) Di SMK Yarsi Mataram"
Nama Pembimbing I : Winda Nurmayani, S.Kep.,Ners.,M.PH

NO	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Ttd
	Selasa, 11 Agustus/20	BAB 1-C	<ul style="list-style-type: none">- perbaiki tabel- perbaiki hasil- saran lebih terperinci- ketepatan data kembali	
	Jum'at 15/08/20	BAB 1-C	<ul style="list-style-type: none">- Revisi pembahasan- Aee / siap sedang	
	Rabu. 19/08/20	BAB 1-C	Aee	