

# LAMPIRAN

## INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sri Rahayu

Usia : 18 Tahun

Alamat : Penawar Rejo, Tulang Bawang

Bersama ini menyatakan ketersediaannya untuk dilakukan "Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Dengan Dismenore Primer" Persetujuan ini saya berikan setelah mendapatkan penjelasan dari pelaksana asuhan:

Nama : Novi Inayatul Wafiroh

NIM : 2115471057

Status : Mahasiswa Semester VI Prodi DIII Kebidanan Metro

Sebagai mana berikut ini:

1. Asuhan kebidanan ini bertujuan untuk membantu memberikan asuhan yang sesuai dengan masalah dismenore primer pada Nn. S.
2. Telah pula menjelaskan bahwa Nn. S akan berusaha sebaik mungkin untuk melakukan asuhan kebidanan selama masa menstruasi untuk menghindari kemungkinan resiko agar diperoleh hasil asuhan yang optimal.
3. Semua penjelasan tersebut diatas, sudah saya maklumi dijelaskan dengan kalimat yang jelas dan saya mengerti sehingga saya maklumi arti tindakan atau asuhan kebidanan yang saya terima.
4. Saya dan orangtua saya mengizinkan mahasiswa tersebut untuk melakukan kunjungan rumah, melakukan pemeriksaan dan melakukan penyuluhan terhadap saya dan mengizinkan mahasiswa tersebut melakukan pendokumentasian tindakan dalam bentuk foto dan Video.

Dengan demikian terjadinya kesepakatan diantara saya dan pelaksana asuhan tentang upaya serta tujuan tindakan untuk mencegah timbul masalah hukum dikemudian hari. Demikian surat persetujuan ini saya buat tanpa paksaan dari pihak manapun dan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pelaksana



Novi Inayatul Wafiroh  
NIM.2115471057

Praktik Mandiri Bidan yang bertanggung jawab



Krisnawati, S.Tr.Keb

SIPB : 440/0136/IV.16/SIPB-TB/X/2023

Tulang Bawang, 29 Maret 2024  
Yang Membuat Pernyataan



## SURAT PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Pasien : Sri Rahayu

Umur : 18 Tahun

Alamat : Penawar Rejo, Tulang Bawang

Dengan ini bersedia untuk dijadikan sebagai responden laporan tugas akhir, yang dilakukan oleh :

Nama Mahasiswa : Novi Inayatul Wafiroh

Tingkat/ Kelas : Tingkat III Reguler 2

Tempat Praktik : TPMB Krisnawati, S.Tr.Keb Penawar Rejo Tulang Bawang

Judul Kasus LTA : Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Dengan Dismenore Primer Di TPMB Krisnawati Penawar Rejo Tulang Bawang

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan.

Tulang Bawang, 29 Maret 2024

Mengetahui

Pembiayng Lahan



Krisnawati S.Tr.Keb

SIPB : 440/0136/IV.16/SIPB-TB/X/2023

Yang Membuat Pernyataan



Nn. Sri Rahayu

## DAFTAR TILIK SENAM DISMENORE

NO	LANGKAH-LANGKAH SENAM	NILAI		
		1	2	3
1	<b>MENYIAPKAN PERALATAN</b> - Matras			
2	<b>SENAM POSE SEGI TIGA</b>			
	Diawali berdiri kemudian kaki dibuka lebar dan pinggul anda. Jari kaki kanan dan kiri mengarah pada sudut 45 derajat. Tahan kedua kaki agar lurus sambil bertumpu pada pinggul anda melalui kaki kanan.			
	Tarik badan anda ke kanan sejauh yang anda bisa untuk mengatur panjangnya melalui tulang punggung anda.			
	Tempatkan tangan kanan diatas atau dibawah lutut dan panjangkan lengan kiri langsung diatas bahu. Putar pinggul kanan ke depan dan pinggul kiri ke belakang. Anda bisa melihat lantai untuk merengangkan leher.			
	Tahan dalam 10 tarikan dan embusan napas untuk setiap sisi, selama 3 sampai 5 kali. Tarik napas secara dalam selama 20 sampai 30 detik dan ulangi hingga 3 kali di setiap sisi.			
3	<b>POSISI SENAM BULAN SETENGAH</b>			
	Posisikan tubuh anda dengan menekuk lutut kanan dan tempatkan ujung jari anda dari tangan kanan anda dilantai atau di balok sejajar ke bawah bahu anda.			
	Angkat kaki kiri hingga ketinggian yang sama dengan pinggul, sementara kaki kanan anda mulai diluruskan. Anda juga bisa mengangkat kaki dan memperluas lengan kiri anda menjamah keatas.			
	Ambil nafas dalam-dalam, atahan posisi ini selama 10 sampa 15 detik dan ulangi hingga 3 kali untuk membuka daerah pinggul anda.			
	Posisi senam bentuk setengah bulan ini dapat membantu menghentikan perdarahan berat dan meringankan kram saat haid			

<b>4</b>	<b>POSISI DUDUK WIEDE-ANGLE</b>			
	Pertama duduk dilantai, kemudian lebarkan kaki anda, lenturkan kaki dan rentangkan masing masing ke samping. Gerakan senam ini dapat membantu meredakan nyeri haid.			
	Setelah itu, letakan tangan anda dilantai dengan hadapan anda, buat bahu anda serileks mungkin tahan selama 30 detik kemudian raih lengan anda dan lipat ke arah depan.			
	Katupkan tangan membentuk posisi salam atau bisa juga anda tempatkan pada ujung masing-masing kaki. Ketika melakukan gerakan ini maka otot paha, perut dan tulang belakang akan tertarik. Dimana bagian-bagian tersebut merupakan bagian yang paling sering merasakan nyeri haid.			
	Tahan pose ini selama 2 sampai 5 menit untuk mengurangi lelah tubuh dan mengatur aliran darah menstruasi berrjalan dengan lancar dan baik.			
<b>5</b>	<b>GERAKAN BERBARING MEMIKAT</b>			
	Gerakan ini bisa dimulai dengan posisi duduk dengan telapak kaki anda menyentuh satu sama lain, jangan lupa gerakan paha dalam anda.			
	Boleh lanjut dengan bersandar sehingga satu siku dilantai kemudian turunkan diri anda sehingga punggung anda posisinya beristirahat dilantai. Tahap ini fokus saja untuk merebahkan punggung anda ke matras atau lantai. Lengan anda harus berada dalam posisi netral, telapak tangan keatas seperti dalam foto.			
	Tutup mata anda dan mulai bernafas secara teratur. Lakukan posisi ini selama yang anda inginkan			
	Anda juga dapat menyelipkan bantal atau selimut dilipat dibawah lutut atau paha, jika anda merasa butuh tumpuan disisi tersebut			
	Lakukan pose ini selama 5 sampai 10 menit betnafas perlahan dan dalam untuk membuka daerah panggul anda, mengurangi rasa kembung,			

	kram, nyeri dan kelelahan punggung bawah saat nyeri haid mendera			
<b>6</b>	<b>SIKAP LILIN</b>			
	Gerakan terakhir, Berbaring dengan mengangkat pinggul hingga kaki lurus keatas ternyata dapat mengatasi sakit kepala yang datang saat menstruasi. Gerakan ini bisa melancarkan peredaran darah hingga kepala sehingga rasa nyeri dapat hilang			

Nama : Nn. Sri Rahayu

Alamat : Penawar Rejo, Tulang Bawang

1. Apakah anda mengalami menstruasi yang teratur setiap bulannya ?  
 A. Iya  
 B. Tidak
2. Apakah anda mengalami nyeri saat menstruasi ?  
 A. Selalu, setiap kali menstruasi  
 B. Sering  
 C. Kadang-kadang  
 D. Jarang  
 E. Tidak pernah
3. Kapan anda merasa nyeri menstruasi ?  
 A. Sebelum menstruasi  
 B. Hari pertama dan hari kedua menstruasi  
 C. Tidak tahu  
 D. Selama menstruasi  
 E. Setelah menstruasi
4. Dimana letak rasa nyeri tersebut (jawaban bolch lebih dari 1)  
 A. Perut bagian bawah  
 B. Punggung  
 C. Lainnya sebutkan  
 D. Tidak tahu
5. Manakah yang termasuk ekspresi wajah and ajika mengalami nyeri menstruasi (beri tanda silang bagian gambar)?

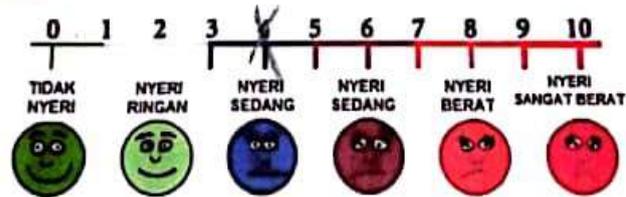


6. Bagaimana nyeri menstruasi yang anda rasakan ?  
 A. Terus menerus  
 B. Hilang timbul  
 C. Tidak tahu
7. Apakah nyeri menstruasi yang dialami mengganggu aktivitas dan konsentrasi anda ?  
 A. Ya  
 B. Tidak  
 C. Kadang-kadang
8. Apakah pengaruhnya terhadap aktivitas anda ?  
 A. Dapat berjalan namun terbatas  
 B. Sadar namun hanya dapat berbaring  
 C. Pingsan  
 D. Tidak ada pengaruh

## REKAPAN SKALA NYERI

Nama : Nu Sri Rahayu

Kunjungan ke. 2 : 30 Maret 2024/ 14.00 WIB



Nama : Nu Sri Rahayu

Kunjungan ke. 3 : 31 Maret 2024/ 10.00 WIB



Nama : Nu Sri Rahayu

Kunjungan ke. 4 : 01 April 2024/14.00 WIB



## FOTO DOKUMENTASI



**Kunjungan I : 29 Maret 2024**



**Kunjungan II : 30 Maret 2024**





## LEMBAR KONSULTASI

**Nama** : Novi Inayatul Wafiroh  
**Nim** : 2115471057  
**Judul** : Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Dengan Dismenore Primer Di Tempat Praktik Mandiri Bidan Krisnawati Penawar Rejo Tulang Bawang.  
**Pembimbing I** : Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM  
**Pembimbing II** : Dr. Ika Oktaviani, M.Keb

No	Hari/ Tanggal	Materi Bimbingan	Perbaikan dan Saran	Paraf Pembimbing	
				Pembimbing I	Pembimbing II
1.	Selasa, 09 Januari 2024	Pengajuan Judul	ACC	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb
2.	Selasa, 15 Januari 2024	Konsultasi BAB I dan BAB II	Perbaikan penyusunan latar belakang, perbaikan kerangka teori,	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	
3.	Jum'at, 26 Januari 2024	Konsultasi BAB I dan BAB 2	Perbaikan latar belakang, perbaikan materi, perbaikan daftar pustaka		 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb
4	Senin, 12 Februari 2024	Konsultasi Bab 1 dan Bab 2	Perbaikan latar belakang, materi, penulisan, gambar dan perbaikan daftar pustaka		 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb

5	Rabu, 21 Februari 2024	Konsultasi Bab I dan Bab II	ACC Proposal, arahan persiapan uji proposal	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	
6.	Rabu 21 Febuari 2024	Bab I dan Bab II	ACC Proposal, arahan persiapan uji proposal		 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb
7	Kamis, 21 Maret 2024	Konsultasi perbaikan hasil uji proposal	Menambahkan materi tentang dismenore dan perbaikan 7 langkah varney	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	
8	Kamis, 21 Maret 2024	Konsultasi perbaikan hasil uji proposal	Perbaikan materi 7 langkah varney		 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb
9	Rabu, 15 Mei 2024	Konsultasi BAB III	Penulisan hasil hasil pengkajian dalam bentuk narasi, perbaikan pembuatan tabel , perbaikan penulisan kalimat dalam implementasi	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	

10	Kamis, 9 Mei 2024	Bimbingan bersama LTA	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengganti logo poltekes yang baru</li> <li>2. Penulisan biodata</li> <li>3. Perbaikan penulisan, tabel, dan implementasi pada tinjauan kasus.</li> <li>4. Perbaikan kalimat dalam pembahasan dan simpulan</li> </ol>		 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb
11.	Sabtu, 25 Mei 2024	Konsultasi BAB III,IV,V	Perbaikan penulisan diagnose, perbaikan dari perencanaan, tindakan, perbaikan kalimat pelaksanaan pada tindakan, pembahasan dan pada simpulan	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	
12.	Selasa, 28 Mei 2024	Konsultasi perbaikan BAB III, dan konsultasi BAB IV dan V	Teliti dalam penulisan kata, perbaikan narasi kalimat dalam BAB IV dan V		 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb
13.	Rabu 29 Mei 2024	Konsultasi perbaikan BAB III,IV, dan V	ACC LTA, untuk diujikan pada seminar tugas akhir.		 Dr. Ika Oktaviani, M.Keb

14.	Selasa, 11 Juli 2024	Konsultasi perbaikan BAB III, IV dan V	Penambahan materi dan perbaikan penulisan BAB III dan BAB IV	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	
15	Selasa, 02 Juli 2024	Konsultasi perbaikan BAB III, IV dan V	ACC LTA, untuk diujikan pada seminar tugas akhir.	 Yoga Tri Wijayanti, S.KM.,M.KM	

Metro, 02 Juli 2024

Ketua program studi DIII Kebidanan Metro

  
**Islamiyati, AK.,M.KM**  
**NIP. 197204031993022001**

**LEMBAR PERBAIKAN  
MAHASISWA TINGKAT III PRODI KEBIDANAN METRO  
POLTEKKES TANJUNG KARANG**

---

Nama Mahasiswa : Novi Inayatul Wafiroh  
Nim : 2115471057  
Penguji Anggota/ Moderator : Yoga Tri Wijayanti, SKM.,M.KM  
Ketua Penguji : Ns. Martini Fairus, S.Kep., M.Sc  
Penguji Anggota : Septi Widiyanti, S.pd.,M.Kes

No	Materi Sebelum Perbaikan	Materi Setelah Perbaikan
1.	Perbaikan ringkasan sesuai buku panduan	Ringkasan sudah diperbaiki
2.	Perbaikan BAB II tambahkan hasil penelitian	BAB II sudah diperbaiki
3.	Perbaikan BAB III data objektif dan pelaksanaan	BAB III sudah diperbaiki
4.	Perbaikan BAB IV hasil perencanaan	BAB IV sudah diperbaiki
5.	Perbaikan BAB V bagian kesimpulan	BAB V sudah diperbaiki
6.	Perbaiki penulisan	Penulisan sudah diperbaiki

Penguji Anggota/ Moderator



Yoga Tri Wijayanti, SKM.,M.KM  
NIP. 198005142002122003

Penguji Anggota



Septi Widiyanti, S.Pd.,M.Kes  
NIP.196409221986032002

Ketua Penguji



Ns. Martini Fairus, S.Kep., M.Sc  
NIP. 197008021990032002

### **PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME**

Program Studi D-III Kebidanan Metro Telah Melakukan Pengecekan Similiarity/  
Plagiarisme Pada Laporan Tugas Akhir :

Judul : Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja  
Dengan Dismenore Primer Di Tempat Praktik Mandiri  
Bidan Krisnawati Penawar Rejo Tulang Bawang  
Nama Mahasiswi : Novi Inayatul Wafiroh  
NIM : 2115471057  
Hari, Tanggal : Senin, 15 Juli 2024

Pengecekan dilakukan oleh Tim Pengecekan Similiarity Prodi Kebidanan Metro  
Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, menggunakan aplikasi Turnitin dengan  
hasil sebesar **10%** sebagaimana terlampir.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dan dapat dipertanggung jawabkan.

Metro, 15 Juli 2024

Kaprodi DIII Kebidanan Metro



*Islamiyati*  
Islamiyati, AK., M.KM  
NIP. 197204031993022001

PJ Akademik Kebidanan Metro



Firda Fibrila, S.SiT., M.Pd  
NIP. 197602122005012004

# NOVI INAYATUL : asuhan kebidanan pada remaja dengan dismenore menggunakan manajemen kebidanan yang sesuai standar

## ORIGINALITY REPORT

<b>10%</b> SIMILARITY INDEX	<b>11%</b> INTERNET SOURCES	<b>7%</b> PUBLICATIONS	<b>5%</b> STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

## PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>repositori.uin-alauddin.ac.id</b> Internet Source	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>repositori.poltekkes-tjk.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>akper-sandikarsa.e-journal.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>journal.universitaspahlawan.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>es.scribd.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repositori.mercubaktijaya.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>repositori.poltekkes-kaltim.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>



Exclude quotes Off

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography Off



## Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Rizka Aprilia  
Assignment title: NOVI INAYATUL  
Submission title: NOVI INAYATUL : asuhan kebidanan pada remaja dengan di...  
File name: LTA\_NOVI\_INAYA\_turnitin.pdf  
File size: 665.65K  
Page count: 76  
Word count: 14,948  
Character count: 93,819  
Submission date: 15-Jul-2024 07:42AM (UTC+0700)  
Submission ID: 2416825942

### BAB I PENDAHULUAN

#### A. Latar belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan, masa dimana remaja berpisah dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masa remaja terjadi antara usia 11 sampai 20 tahun. Saat ini seorang remaja akan mengalami perubahan dalam kemampuannya fisik, mental, psikis, sosial dan emosionalnya. Kejadian yang terjadi pada masa remaja atau **pubertas yaitu pertumbuhan tubuh yang pesat, matangnya ciri-ciri seksual sekunder, menstruasi serta adanya perubahan psikologis.** Pada tingkat pertumbuhan, masa pubertas ditandai dengan meningkatnya pertumbuhan kardiotoraks. Menstruasi merupakan proses pertumbuhan seks endokrin yang mencapai titik yang tidak dibalik dari siklus ovarial yang berupa darah menstruasi. **Sebagian besar perempuan akan mengalami ketidaknyamanan atau gangguan saat menstruasi.** Disaat hari-hari yang bergeser menstruasi yang dialami perempuan adalah : *stres, permenstrual, oligomenore, polimenore, amenore dan dismenore* yang paling banyak dialami perempuan. Salah satu *kelembuyutan menstruasi* yang paling sering dialami perempuan adalah dismenore. Dismenore merupakan nyeri pada bagian bawah atau perut yang bisa menjalar sampai ke punggung dan paha. Tingkat nyeri dismenore bervariasi mulai dari ringan, sedang hingga berat dan dapat mengganggu aktivitas normal setiap harinya (Rahmawati, 2019).

Data kejadian dismenore di dunia sangat bervariasi berkisar 16,8% sampai 91%. Angka tertinggi yang tercatat di Eropa di Amerika yaitu 90%. Di Italia telah tercatat yaitu sebesar 84,1% dengan 43,1% melaporkan dismenore terjadi di setiap siklus-siklus dan 41% mengalami di beberapa periode menstruasi sehingga menyebabkan penurunan tingkat kehidupan di sekolah sebesar 47,8% dan pertemuan pada kegiatan sosial sebesar 44,6% (Gunnell et al., 2013). Pada yang diperoleh dari *Leva* pada tahun 2023 menunjukkan jumlah 307.813 jiwa atau 2,35% dengan pembayaran 19.571 jiwa (24,89%) menggunakan dismenore primer dan 9.496 jiwa (6,35%) yang menggunakan dismenore sekunder (Si Indanegara (Iraa, 2023). Sementara itu menurut penelitian pada 2015 yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang berjumlah 150 responden yang dilakukan menunjukkan bahwa menstruasi yang

NOVI INAYATUL : asuhan  
kebidanan pada remaja  
dengan dismenore  
menggunakan manajemen  
kebidanan yang sesuai standar  
*by Rizka Aprilia*

---

**Submission date:** 15-Jul-2024 07:42AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2416825942

**File name:** LTA\_NOVI\_INAYA\_turnitin.pdf (665.65K)

**Word count:** 14948

**Character count:** 93819