

**PENERAPAN SENAM DISMENORE PADA  
REMAJA PUTRI DI KECAMATAN  
SUKARAMI**



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)**

Disusun Oleh :

Putu Mae Lovenya

2335025

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS  
PALEMBANG  
2024**

**PENERAPAN SENAM DISMENORE PADA  
REMAJA PUTRI DIKECAMATAN  
SUKARAMI**



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)**

Diajukan kepada  
Universitas Katolik Misi Charitas  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan  
Dalam menyelesaikan program Profesi Ners

Disusun Oleh:

Putu Mae Lovenya

2335025

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS  
PALEMBANG**

**2024**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



**Tanda persetujuan Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners**

Nama : Putu Mae Lovenya

ID : 2334025

Judul : Penerapan Senam Dismenore pada Remaja Putri di  
Kecamatan Sukarami

Menyetujui untuk diujikan pada ujian KIAN jenjang Profesi Ners  
Palembang, 10 Juni 2024

Pembimbing

**Ns. MK Fitriani Fruitasari, M.Kep.**

Mengetahui

Ketua program studi ilmu keperawatan dan ners

**Ns. Bangun Dwi Hardika, S.Kep., M.K.M.**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



**Tanda pengesahan Karya Ilmiah Ners**

Nama : Putu Mae Lovenya  
Nim : 2335025  
Judul : Penerapan Senam Dismenore Pada Remaja Putri di Kecamatan Sukarami

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan  
Tim Penguji KIAN jejang Profesi  
Palembang, 20 juni 2024 dan dinyatakan **LULUS**

TIM PENGUJI :

TANDA TANGAN

Ketua Dewan Penguji : Ns. MK Fitriani Fruitasari, M.Kep.

Anggota penguji I : Ns. Novita Anggraini, S.Kep., M.Kes.

Mengesahkan

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners

Ns. Bangun Dwi Hardika, S.Kep., M.K.M.

Mengetahui

Dekan

Srimiyati, S.Kep., Ners., M.Kep.

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Putu Mae Lovenya

NIM : 2335025

Program Studi : Ilmu Keperawatan dan NERS

Judul : Penerapan Senam Dismenore pada Remaja Putri di Kecamatan  
Sukarami

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan karya Ilmiah Akhir Ners yang sudah saya buat ini merupakan karya sendiri dan besar keasliannya. Jika ternyata di kemudian hari penulisan karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan dari orang lain maka saya menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Katolik Musi Charitas Palembang.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan keadaan sadar dan tidak dipaksa.

Penulis



Putu Mae Lovenya

## PERNYATAAN

### PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Putu Mae Lovenya

NIM : 2335025

Judul : Penerapan Senam Dismenore pada Remaja Putri di Kecamatan Sukarami

Menyatakan bahwa saya memberikan hak kepada Universitas Katolik Musi Charitas untuk mempublikasikan karya Ilmiah Akhir Ners saya tanpa tanpa meminta ijin dari saya selama nama saya tetap tercantum sebagai penulis. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa palsaan dari pihak manapun.

Palembang, Juni 2024

Pemberi pernyataan



Putu Mae Lovenya