

Manuskrip Khulud

by Khulud Khulud

Submission date: 22-Sep-2021 09:56AM (UTC+0700)

Submission ID: 1654404146

File name: 18154010041-2021-MANUSKRIP_-_Khulud_Lailatur_Rohmah.pdf (218.47K)

Word count: 2752

Character count: 17446

KARYA TULIS ILMIAH

**PENATALAKSANAAN *DISMENORE PRIMER* PADA REMAJA DENGAN
METODE OLAHRAGA**

(Di Pmb Winarti,S.St.,Bd.,M.Mkes. Desa. Binoh Kec. Burneh Kab. Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI



Oleh :
KHULUD
NIM.18154010041

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

**PENATALAKSANAAN *DISMENORE PRIMER* PADA REMAJA DENGAN
METODE OLAHRAGA**

(Di Pmb Winarti,S.St.,Bd.,M.Mkes. Desa. Binoh Kec. Burneh Kab. Bangkalan)

13

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan

Menjadi Diploma Kebidanan

Oleh :

KHULUD
NIM.18154010041

Telah disetujui pada tanggal :

21 September 2021

Pembimbing

Siti Rochimatul Lailiyah.,S.SiT.,M.Kes
NIDN. 0723118401

PENATALAKSANAAN *DISMENOIRE PRIMER* PADA REMAJA DENGAN METODE OLAHRAGA

(Di Pmb Winarti,S.St.,Bd.,M.Mkes. Desa. Binoh Kec. Burneh Kab. Bangkalan)

Khulud , Siti Rochimatul Lailiyah.,S.Sit.,M.Kes

*email : khuludlr.sfa@gmail.com

ABSTRAK

Dismenore ataupun perih haid, perih yang mulai mencuat sesaat saat sebelum ataupun sepanjang haid yang menimbulkan perih pada perut bagian dasar, perih dapat menjalar ke punggung bagian dasar. Di Indonesia, diperkirakan 55% wanita umur produktif hadapi dismenore Dekat 1 milyar manusia ataupun tiap 1 di antara 6 penduduk dunia merupakan anak muda. Bersumber pada hasil riset pendahuluan yang dicoba oleh peneliti di PMB Winarti, S.ST.,Bd.,M.MKes. Desa Binoh Kec. Burneh Kab.Bangkalan, didapatkan bahwa 10 dari 15 remaja mengalami dismenore. Hal ini menunjukkan proporsi dismenore pada pasien PMB Winarti, S.ST.,Bd.,M.MKes. Desa Binoh Kec. Burneh Kab.Bangkalan sangat tinggi.

Hal ini menunjukkan proporsi dismenore pada pasien di PMB Winarti, S.ST.,Bd.,M.MKes. Tujuan Penelitian ini untuk menganalisis Asuhan Kebidanan Penatalaksanaan Disminore Primer pada remaja dengan metode olahraga di PMB Winarti,S.ST.,Bd.,M.MKes.

Riset ini merupakan deskriptif kualitatif dengan pendekatan riset permasalahan. Partisipan 2 anak muda dengan dismenore primer. Tata cara riset yang digunakan ialah wawancara, observasi serta dokumentasi serta keabsahan data secara triangulasi pada tenaga kesehatan dan keluarga partisipan. Analisis data menggunakan observasi, wawancara bebas maupun dari buku dan dokumen.

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa kedua partisipan mengeluh nyeri perut menjelang dan saat menstruasi. Pada interpretasi data dasar menunjukkan diagnosa yaitu Dismenore primer dengan masalah rasa tidak nyaman akibat nyeri. Tidak terdapat identifikasi maslah potensial dan juga identifikasi kebutuhan segera karena bukan kondisi yang darurat. Intervensi diberikan sesuai dengan diagnose yaitu menjelaskan pada klien tentang keadaan dan hasil pemeriksaan, Pemberian analgesic, Anjurkan pasien untuk berolahraga, Anjurkan buat lumayan rehat, Anjurkan buat perbanyak mengkonsumsi protein serta sayur- mayur hijau, Anjurkan klien buat mengompres panas ataupun dingin pada wilayah perut bila terasa perih Kedua partisipan mendapatkan implementasi yang sama yaitu olahraga ringan sebagai prioritas utama penanganan Setelah diberikan implementasi didapatkan hasil masalah kedua partisipan teratasi pada hari ke-3. Hasil evaluasi penelitian menunjukkan bahwa kedua partisipan mengalami dismenore primer.

Diharapkan bagi bidan menjadikan olahraga sebagai acuan dalam pemberian alternatif intervensi selain penggunaan obat-obatan atau pendidikan kepada remaja yang mengalami dismenore primer. Bagi pasien diharapkan dapat menangani dismenore primer dengan metode selain farmakologi seperti olahraga.

Kata Kunci: Disminore Primer, Olahraga, Remaja

THE MANAGEMENT OF PRIMARY DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT WITH EXERCISE METHODS

(At Pmb Winarti, S.St., Bd., M.MKes. Village Binoh Burneh District Bangkalan Regency)

Khulud , Siti Rochimatul Lailiyah., S.Sit., M.Kes

**email : khuludlr.sfa@gmail.com*

ABSTRACT

Dysmenorrhea or menstrual pain, pain that begins shortly before or during menstruation that causes pain in the lower abdomen, pain can radiate to the lower back. Based on the results of a preliminary study conducted by researchers at PMB Winarti, S.ST., Bd.M.MKes. Binoh Village District. Burneh Kab. Bangkalan, it was found that 10 out of 15 adolescents experienced dysmenorrhea. This shows the proportion of dysmenorrhea in patients at PMB Winarti, S.ST., Bd., M.MKes. The purpose of this study was to analyze midwifery care for the management of primary dysmenorrhea in adolescents with the sports method at PMB Winarti, S.ST., Bd., M.MKes.

The method approach used is a qualitative approach with the type of research being a case study. Participants were 2 adolescents with primary dysmenorrhea. The research method used is interviews, observation and documentation and the validity of the data by triangulation on health workers and participants' families. Data analysis using observation, free interviews as well as from books and documents.

The results of the study showed that both participants complained of abdominal pain before and during menstruation. The interpretation of the basic data shows the diagnosis, namely primary dysmenorrhea with discomfort due to pain. There is no identification of potential problems and also immediate identification of labor because it is not an emergency condition. Interventions are given according to the diagnosis. After being given the implementation, the results of the two participants' problems were resolved on the 3rd day. The results of the evaluation of the study showed that both participants had primary dysmenorrhea. It is hoped that midwives will use sports as a reference in providing alternative interventions other than the use of drugs or education to adolescents who experience primary dysmenorrhea. Patients are expected to be able to treat primary dysmenorrhea with methods other than pharmacology such as exercise

Keyword: Primary Dysmenorrhea, Exercise, Teenagers

PENDAHULUAN

Sebagian perempuan yang telah anak muda hadapi perih perut yang berasal dari kram rahim dan terjalin sepanjang haid tanpa diiringi kelainan pada alat-alat genital yang nyata serta umumnya terjalin dekat 2-3 tahun sehabis menarche. Gejalanya bisa berbentuk perih pada perut bagian dasar, yang dapat menjalar ke punggung bagian dasar serta tungkai (Sukarni, 2013). Watak rasa perih berbentuk kejang berjangkit-jangkit, umumnya terbatas pada perut dasar, namun bisa menyebar ke wilayah pinggang serta paha. Bertepatan dengan rasa perih bisa pula ditemukan rasa mual, muntah, sakit kepala, diare, serta sebagainya (Wiknjastro, 2015). Dismenore primer ialah suatu keadaan yang berhubungan dengan meningkatnya kegiatan uterus yang diakibatkan sebab meningkatnya penciptaan prostaglandin (Lowdermilk, 2016).

Bagi World Health Organization¹ didapatkan peristiwa sebesar 1.769.425 jiwa (90%) perempuan yang hadapi dismenore. Bersumber pada informasi dari bermacam negeri, angka peristiwa dismenore¹ di dunia lumayan besar. Diperkirakan 50% dari segala perempuan di dunia mengidap dismenore dalam suatu siklus haid (Calis, 2011). Di Indonesia, diperkirakan 55% wanita umur produktif hadapi dismenore (Proverawati serta Misaroh dalam Gustina 2015). Dekat 1 milyar manusia ataupun tiap 1 di antara 6 penduduk dunia adalah remaja. Sebanyak 85% di antara lain hidup di Negeri tumbuh (Kusmiran, 2012), serta pada masa anak muda ini tidak tidak sering hadapi kendala menstruasiseperti dismenore primer. Bersumber pada hasil riset pendahuluan yang dicoba oleh peneliti di PMB Winarti, S.ST., Bd.M.MKes. Desa Binoh Kec. Burneh Kab. Bangkalan, didapatkan

bahwa 10 dari 15 remaja mengalami dismenore. Hal ini menunjukkan proporsi dismenore pada pasien PMB Winarti, S.ST.,Bd.,M.MKes. Desa Binoh Kec. Burneh Kab.Bangkalan sangat tinggi.

Bagi Wiknjosastro dalam Dianika(2015) aspek pemicu dismenore ialah: Aspek Psikis, Faktor Konstitusional, Faktor Obstruksi Kanalis Servikalis, dan Faktor Endokrin.Selain itu survei menunjukkan bahwa penyebab dismenore terjadi karena kurangnya aktivitas fisik dari para pasien. Bersumber pada ² pengkajian diperoleh 5 responden menarche diusia yang lebih kilat, 3 responden memiliki lama haid yang tidak wajar, 1 responden memiliki berat tubuh lebih, serta nyaris seluruh responden tidak memiliki kerutinan berolahraga.

Dismenore tidak cuma menimbulkan kendala kegiatan namun pula berikan akibat ¹ dari segi raga,

psikologis, sosial, serta ekonomi terhadap perempuan diseluruh dunia misalnya kilat lelah, serta kerap marah. Akibat psikologisnya bisa berbentuk ¹ konflik emosional, ketegangan, serta kegelisahan, perihal tersebut bisa memunculkan perasaan yang tidak aman serta asing, yang nantinya hendak pengaruhi kecakapan serta keterampilannya. Kecakapan serta keahlian yang diartikan berarti luas, baik kecakapan personal(personal skill) yang mencakup: kecakapan mengidentifikasi diri sendiri(self awareness) serta kecakapan berpikir rasional(thinking skill), kecakapan sosial(social skill), kecakapan akademik(academic skill), ataupun kecakapan vokasional(vocational skill)(Trisianah, 2011).

Dampak dari dismenore dialami pasien dikala haid tiap bulannya beragam, ialah rasa sakit pada perut bagian dasar, rasa sakit pada perut dasar

sampai pinggang, rasa sakit pada perut dasar sampai ke paha serta rasa sakit pada segala badan.. Dari hasil survei menunjukkan rasa sakit yang ditimbulkan kadang mengganggu konsentrasi belajar pasien. Rata-rata rasa sakit yang dialami pasien 1 satu hari sedangkan dampak yang paling besar ditimbulkan dari rasa sakit saat menstruasi yaitu semangat belajar menurun, sulit beraktivitas, konstipasi, emosional, sakit kepala dan pingsan.

Di PMB Winarti,S.ST.,Bd.,M.MKes, terapi atau solusi yang diberikan hanya berupa farmakologi untuk menghilangkan dismenore primer. Sedangkan dismenore primer dapat dikurangi atau bahkan disembuhkan dengan metode lain.Salah satu cara yang efektif dalam menangani dismenore primeryaitu dengan cara melakukan olahraga. Olahraga yang dapat mengurangi nyeri haid seperti jalan santai, berenang,

bersepeda, dan yoga (Adrian, 2020).

Sebagian latihan raga bisa meningkatkan pasokan darah ke organ reproduksi sehingga memperlancar peredaran darah(Manuaba, 2015). Berolahraga ialah salah satu metode relaksasi yang bisa digunakan buat kurangi dismenorea.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan deskriptif kualitatif dengan pendekatan riset permasalahan. Tata cara pengumpulan informasi dalam penelitian kualitatif menurut Fuad (2014) yaitu, observasi, wawancara, dokumentasi dan gabungan dari ketiganya. Penelitian deskriptif merupakan riset yang di informasikan dengan metode menggambarkan serta menguraikan permasalahan riset(Donsu, 2016), dengan pendekatan studi kasus dengan 2 partisipan dan hasil triangulasi dari keluarga dan tenaga kesehatan. Tipe riset ini

mendeskripsikan menimpa pelaksanaan Penatalaksanaan Dismenore Primer pada Remaja dengan Metode Olahraga di PMB Winarti,S.ST.,Bd.,M.MKes. Desa Binoh Kec. Burneh Kab.Bangkalan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pengkajian

Berdasarkan dari hasil pengkajian pada keluhan utama, partisipan 1 Sehari sebelum haid dan hari pertama haid kerap meringik sakit pada bagian perut dasar pada dikala menstruasi dan merasa kram dan kadang merasa pusing serta mengganggu aktivitas. Sedangkan partisipan 2 sering sakit pada perut bagian bawah dan pinggang sehingga mengganggu aktivitas sejak sehari sebelum haid sampai hari ke-3 menstruasi.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya dismenore. Pertama, dilihat dari riwayat kesehatan,

pada pengkajian tersebut didapatkan keluarga juga mengalami dismenore setiap menstruasi hal ini terbukti dari hasil triangulasi dengan keluarga partisipan yang membenarkan hal tersebut. Hal ini sesuai teori Bagi Ehrental(2011) terdapatnya riwayat keluarga serta genetik berkaitan dengan terbentuknya dismenore primer yang berat (Sartika, 2015).

Ehrental (2011) mengatakan kalau riwayat keluarga(bunda ataupun kerabat wanita kandung) yang hadapi dismenorea menimbulkan seseorang perempuan buat mengidap dismenorea parah, perihal ini berhubungan sebab keadaan anatomis serta fisiologis dari seorang pada biasanya nyaris sama dengan orang tua serta saudara-saudaranya. Maryam(2016) dalam penelitiannya merumuskan kalau riwayat keluarga dismenore ialah aspek yang sangat mempengaruhi terhadap peristiwa dismenore primer.

cocok dengan teori Anurugo(2011) Peristiwa dismenore hendak bertambah dengan minimnya kegiatan sepanjang haid serta minimnya olah raga. Perihal ini bisa menimbulkan perputaran darah serta oksigen menyusut. Akibatnya pada uterus merupakan aliran darah serta perputaran oksigen juga menurun serta menimbulkan perih. Interpretasi Data dasar Berdasarkan hasil pengkajian data objektif saat inspeksi wajah yang diperoleh dari kedua partisipan menunjukkan bahwa mereka tampak meringis kesakitan. Hal tersebut ditegakkan karena kedua partisipan mengalami nyeri perut bagian bawah, pusing, dan nyeri pinggang, gejala-gejala tersebut sesuai dengan teori Sari(2012) identitas ataupun indikasi dismenore primer, ialah: Perih berbentuk keram serta ¹tegang pada perut bagian dasar, pegal pada mulut

Miss V, perih pinggang, pegal- pegal pada paha, pada sebagian orang bisa diiringi mual, muntah, perih kepala serta diare.

Perihal ini cocok dengan hasil wawancara antara periset serta pasien sedangkan data objektif diperoleh dari pemeriksaan fisik yang dilakukan oleh tenaga kesehatan, sesuai dengan teori Irianto (2015) yaitu pada langkah ini informasi dasar yang sudah dikumpulkan diinterpretasikan jadi diagnosa ataupun permasalahan yang khusus yang telah di identifikasikan.

b. Identifikasi diagnosa

Berdasarkan analisa data tersebut maka didapatkan kondisi kedua partisipan tidak memiliki diagnosa atau masalah potensial karena yang dialami merupakan hal yang fisiologis. Hal ini sesuai dengan teori Irianto (2015) p pada anak muda dengan dismenorea primer ialah indikasi serta bukan

sesuatu penyakit, oleh karena itu tidak terdapat diagnosa potensial.

c. Identifikasi kebutuhan segera

Berdasarkan penelitian didapatkan pada kedua partisipan tidak membutuhkan tindakan segera karena tidak dalam keadaan darurat. Perihal ini cocok dengan teori bagi Nurul (2018) untuk mengidentifikasi perlunya aksi lekas oleh bidan ataupun tangani bersama dengan anggota ataupun regu kesehatan yang lain cocok dengan keadaan partisipan.

d. Intervensi

Hal tersebut berdasarkan teori Judha (2012) ialah 1) Jelaskan pada klien tentang kondisi serta hasil pemeriksaan, 2) Pemberian analgesic, 3) Anjurkan penderita buat olahraga, 4) Anjurkan klien buat lumayan rehat, 5) Anjurkan klien buat perbanyak mengkonsumsi protein serta sayur-mayur hijau, 6) Anjurkan klien buat

mengompres panas ataupun dingin pada wilayah perut bila terasa perih.

e. Implementasi

Implementasi pada kedua partisipan sesuai dengan yang direncanakan oleh tenaga kesehatan (bidan). Langkah ini merupakan pelaksanaan rencana asuhan menyeluruh, pemecahan ini dapat dicoba seluruhnya oleh bidan ataupun sebagian oleh bidan, klien ataupun regu kesehatan lainnya. Perihal ini cocok dengan teori yang diungkapkan oleh Sartika 2017 kalau implementasi yang dicoba pada remaja dengan dismenore primer yakni olahraga, dan kompres hangat.

e. Evaluasi

Dari hasil evaluasi yang dilakukan pada kedua partisipan masalah teratasi pada hari ke-3 menstruasi, hal ini terjadi karena kedua partisipan menerapkan apa yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Jika

kedua partisipan pada siklus menstruasi. 5.1.1 Pengkajian

berikutnya merasakan dismenore. Pada kedua partisipan sama-kembali maka perlu melakukan sama mengeluh nyeri perut bagian olahraga ringan secara berulang sesuai bawah namun ada perbedaan partisipan dengan teori Ehrental (2011) dengan pertama disertai pusing dan partisipan berolah raga maka akan menurunkan kedua yaitu nyeri menjalar hingga ke gejala dismenore primer (Sartika, 2015). pinggang, hal tersebut terjadi karena Olahraga adalah suatu bentuk aktivitas disebabkan oleh dismenore primer yang fisik yang terencana, terstruktur dan terjadi saat menstruasi. Dari hasil berkesinambungan yang melibatkan pengkajian di atas merupakan faktor gerakan tubuh berulang-ulang dengan fisiologis yang terjadi pada Remaja aturan-aturan tertentu yang ditujukan dengan Dismenore primer berdasarkan untuk meningkatkan kebugaran jasmani keluhan utama yang dialami kedua dan prestasi. partisipan sama- sama mengalami nyeri pada perut

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian 5.1.2 Interpretasi Data Dasar yang telah dilakukan maka dapat Berdasarkan hasil pengkajian disimpulkan penerapan olahraga pada kedua partisipan menunjukkan *dismenore* dapat menurunkan intensitas bahwa mereka mengalami dismenore nyeri pada saat pasien mengalami primer. Masalah gangguan rasa tidak *dismenore*. Dibuktikan dengan pasien nyaman yang di sebabkan oleh nyeri pertama dari sedang ke nyeri ringan, dismenore. dan pada pasien kedua dari nyeri berat ke nyeri ringan.

5.1.2 Identifikasi Diagnosa Masalah Potensial

Berdasarkan analisa data tersebut maka didapatkan kondisi kedua partisipan tidak memiliki diagnosa atau masalah potensial karena yang dialami merupakan hal yang fisiologis.

5.1.3 Identifikasi Kebutuhan Segera

Berdasarkan penelitian didapatkan pada kedua partisipan tidak membutuhkan tindakan segera karena tidak dalam keadaan darurat sehingga penanganan dengan terapi obat-obatan oral dapat diberikan oleh bidan pada kedua partisipan dan juga dengan berolahraga.

5.1.4 Intervensi

Intervensi dilakukan bertujuan sebagai bentuk perencanaan penanganan berupa 1) Jelaskan pada klien tentang keadaan dan hasil pemeriksaannya, 2) Pemberian analgesik, 3) Anjurkan klien untuk berolahraga ringan seperti berjalan kaki, bersepeda, atau berenang, 4) Anjurkan

klien buat lumayan rehat, 5) Anjurkan klien buat perbanyak konsumsi protein dan sayuran hijau, 6) Anjurkan klien untuk mengompres panas atau dingin pada daerah perut jika terasa nyeri, terhadap masalah yang terjadi pada kedua partisipan yaitu dismenore.

5.1.5 Implementasi

Penatalaksanaan pada kedua partisipan yaitu menyesuaikan dengan intervensi pada remaja dengan dismenore primer.

Evaluasi

Dalam evaluasi didapatkan hasil kedua partisipan sama-sama teratasi masalahnya dalam kurun waktu yang bersamaan yakni 3 hari.

5.1 Saran

5.2.1 Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk penelitiberikutnya mengembangkan dan menambah responden, juga diharapkan dapat digunakan untuk penelitian kuantitatif,

juga mengetahui apa saja jenis olahraga yang berguna untuk menghilangkan dismenore primer, menambah wawasan penelitian berikutnya dan mengetahui asuhan kebidanan pada remaja yang mengalami dismenore primer dengan menggunakan metode selain farmakologi yaitu olahraga.

5.2.2 Praktis

a. Bagi Bidan

Menjadikan olahraga sebagai acuan dalam pemberian alternatif intervensi selain penggunaan obat-obatan atau pendidikan kepada remaja yang mengalami dismenore primer.

b. Bagi Pasien

Diharapkan dapat menangani dismenore primer dengan metode selain farmakologi seperti olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

Calis, K.A. 2011. "Dysmenorrhea". *E-medicine Obstetrics and Gynecology online*:<http://e-medicine.medscape.com/article/253812-overview>. Diakses 23 Desember 2020.

Ehrental, dkk. 2011. *Menstrual disorder*. USA: ACP Press.

9 Irianto, K. 2015. *Kesehatan Reproduksi (Reproductive Health) Teori dan Praktikum*. Bandung : Alfabeta.

7 Judha, M., Sudarti Fauziah, A. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Kusmiran, E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.

11 Lowdermilk, Perry, & Cashion. 2011. *Maternity Nursing*. Universitas Michigan: Mosby

Lowdermilk, Jense. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC

Maryam, S. 2016. *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.

5 Sari, D., Adnil, E. N., & Defrin. 2015. Hubungan Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(2), 567–570.

Sartika. 2015. Gambaran Skala Nyeri pada Usia Remaja. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*. 2(2): 25-29

2 Sukarni K, I. dan P, W. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika

10 Wiknjosastro, H. 2015. *Dalam Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.

Manuskrip Khulud

ORIGINALITY REPORT

16%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

3%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repo.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	7%
2	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	2%
3	docobook.com Internet Source	1%
4	openjournal.unpam.ac.id Internet Source	1%
5	core.ac.uk Internet Source	1%
6	qjsd.scu.ac.ir Internet Source	1%
7	scholar.unand.ac.id Internet Source	1%
8	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	1%
9	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	<1%

10	eprints.kertacendekia.ac.id Internet Source	<1 %
11	repository.unimus.ac.id Internet Source	<1 %
12	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	<1 %
13	repository.unmuhpnk.ac.id Internet Source	<1 %
14	Husna Husna. "Perbedaan Intensitas Nyeri Haid Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat pada Remaja Putri di Universitas Dharmas Indonesia", <i>Journal for Quality in Women's Health</i> , 2018 Publication	<1 %
15	jurnal.unimus.ac.id Internet Source	<1 %
16	www.scribd.com Internet Source	<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

Manuskrip Khulud

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

/0

GENERAL COMMENTS

Instructor

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12

PAGE 13