



LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN PADA REMAJA PUTRI NN. S 15
TAHUN DENGAN DISMENORE DI KECAMATAN CIAWI
TAHUN 2026**

**ANGGIA DINDA PUSPITA
NIM. P2.06.24.1.23.006**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji beserta syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dengan judul **“Asuhan Kebidanan Pada Remaja Putri Dengan Dismenore di Kecamatan Ciawi Tahun 2026”**.

Berkat dorongan, bimbingan, dan motivasi dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ners., M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Dr. Yati Budiarti, SST, M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Hj. Yulia Herliani, SST, M.Keb selaku Ketua Program Studi D III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Dr. Meti Megawati, SST, MPH selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan motivasi serta arahan selama mengikuti perkuliahan.
5. Dr. Meti Megawati, SST, MPH selaku Pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran ditengah-tengah kesibukannya untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi motivasi serta masukan kepada penulis dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.
6. Ir Ir Khairiyah Prapahlawanti,SST,.M,Keb selaku Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran ditengah-tengah

kesibukannya untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi motivasi serta masukan kepada penulis dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

7. Seluruh Staf Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan ilmu dan bimbingannya sejak mengikuti perkuliahan.
8. Ayahanda Dadang Naimal Rohman, dan pintu surgaku Ibunda Teti Solihati, yang tidak hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta yang selalu berjuang dan memberikan do`a, dukungan, serta motivasi.
9. Abangda Lesmana Aditya Nurrohman, dan adikku tersayang Rahmadika Algifari Nurrohman, yang selalu menjaga dan mendukung penulis sebagai satu-satunya saudara perempuan di keluarga.
10. Sahabat dan rekan sejawat yang tidak dapat disebut satu persatu yang saling memberikan dukungan untuk menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa masih jauh dari kata sempurna, baik dalam isi maupun sistematika dan penyusunan. Untuk itu penulis megharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang sifatnya membangun guna menyempurnakan Laporan Tugas Akhir ini bermanfaat bagi semua pihak.

Tasikmalaya, Januari 2026

Penulis

**ASUHAN KEBIDANAN PADA REMAJA PUTRI NN. S 15 TAHUN
DENGAN DISMENORE DI KECAMATAN CIAWI
TAHUN 2026**

Anggia Dinda Puspita
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
Email: anggiadnd@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan kematangan organ reproduksi, salah satunya ditandai dengan menarche. Gangguan reproduksi yang paling sering dialami oleh remaja putri adalah dismenore (nyeri haid). Angka kejadian dismenore di Jawa Barat mencapai 54,9%, sementara di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya mencapai 87,1%. Nyeri yang ditimbulkan dapat mengganggu aktivitas akademik dan sosial remaja. Penanganan non-farmakologis yang aman dan tanpa efek samping salah satunya adalah Abdominal Stretching Exercise, yang dirancang untuk meningkatkan fleksibilitas otot abdomen dan melancarkan sirkulasi darah guna menurunkan intensitas nyeri. **Tujuan:** Menerapkan asuhan kebidanan yang komprehensif pada remaja putri dengan dismenore menggunakan pendekatan manajemen kebidanan 7 langkah Varney dan pendokumentasian dalam bentuk SOAP. **Metode:** Laporan studi kasus dilakukan pada Nn. S berusia 15 tahun di Kecamatan Ciawi dengan keluhan dismenore derajat sedang (skala nyeri NRS 4-6). Metode pengumpulan data dilakukan melalui anamnesa, pemeriksaan fisik, observasi partisipatif, serta evaluasi skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). **Hasil:** Pada kunjungan awal saat menstruasi hari kedua, Nn. S mengalami nyeri kram perut bagian bawah yang menjalar ke pinggang hingga mengganggu aktivitas sekolahnya. Penatalaksanaan yang diberikan berupa KIE kesehatan reproduksi melalui media booklet dan pelaksanaan terapi Abdominal Stretching Exercise yang dilakukan selama 10 menit. Setelah diberikan asuhan sebanyak 3 kali pertemuan, terjadi penurunan intensitas nyeri secara signifikan dari skala 4-6 menjadi skala 0 (tidak nyeri), dan pasien mampu beraktivitas kembali dengan normal. **Kesimpulan:** Penerapan Abdominal Stretching Exercise efektif dan aman dalam mengurangi intensitas nyeri dismenore primer pada remaja putri. Disarankan bagi remaja putri untuk menerapkan latihan ini secara mandiri dan rutin sebagai penanganan awal non-farmakologis saat mengalami nyeri haid.

Kata Kunci: Remaja Putri, Dismenore, Abdominal Stretching Exercise, Asuhan Kebidanan.

**MIDWIFERY CARE FOR FEMALE ADOLESCENT NN. S 15 YEARS OLD
WITH DYSMENORRHEA IN CIAWI DISTRICT
IN 2026**

Anggia Dinda Puspita
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
Email: anggiadnd@gmail.com

ABSTRAK

Background: Adolescence is a transitional period marked by the maturation of reproductive organs, one of which is indicated by menarche. The most common reproductive disorder experienced by female adolescents is dysmenorrhea (menstrual pain). The incidence of dysmenorrhea in West Java reaches 54.9%, while at the Health Polytechnic of Tasikmalaya it reaches 87.1%. The resulting pain can disrupt adolescents' academic and social activities. One safe non-pharmacological management without side effects is the Abdominal Stretching Exercise, which is designed to increase abdominal muscle flexibility and improve blood circulation to reduce pain intensity. **Objective:** To apply comprehensive midwifery care to female adolescents with dysmenorrhea using Varney's 7-step midwifery management approach and SOAP documentation. **Method:** This case study report was conducted on Nn. S, 15 years old, in Ciawi District with complaints of moderate dysmenorrhea (NRS pain scale 4-6). Data collection methods were carried out through anamnesis, physical examination, participative observation, and pain scale evaluation using the Numeric Rating Scale (NRS). **Results:** During the initial visit on the second day of menstruation, Nn. S experienced cramping pain in the lower abdomen radiating to the waist, which disrupted her school activities. The management provided consisted of reproductive health education using a booklet and the implementation of Abdominal Stretching Exercise therapy for 10 minutes. After 3 visits, there was a significant decrease in pain intensity from scale 4-6 to scale 0 (no pain), and the patient was able to resume normal activities. **Conclusion:** The application of Abdominal Stretching Exercise is effective and safe in reducing the intensity of primary dysmenorrhea pain in female adolescents. It is recommended for female adolescents to apply this exercise independently and routinely as an initial non-pharmacological treatment when experiencing menstrual pain.

Keywords: Female Adolescent, Dysmenorrhea, Abdominal Stretching Exercise, Midwifery Care.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
ABSTRAK	xii
<i>ABSTRAK</i>.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan.....	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan khusus.....	4
C. Manfaat	5
1. Manfaat teoritis.....	5
2. Manfaat praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Remaja.....	7
1. Definisi Remaja	7
2. Tahapan Tumbuh Kembang Remaja.....	8
3. Perubahan Fisik pada Remaja	9
B. Menstruasi	10
1. Definisi	10
2. Siklus Menstruasi	11
3. Hormon dalam Siklus Menstruasi	13
C. Dismenore	16
1. Pengertian	16
2. Tanda dan Gejala	16
3. Klasifikasi Dismenorea	17
4. Patofisiologi.....	20

5. Dampak.....	21
6. Derajat Nyeri Dismenore.....	22
D. Abdominal Stretching Exercise.....	22
1. Pengertian.....	22
2. Manfaat.....	23
3. Tahapan-tahapan Abdominal Stretching.....	23
E. Manajemen Asuhan Kebidanan.....	29
1. Pengertian Manajemen Asuhan Kebidanan.....	29
2. Langkah- langkah asuhan kebidaanan menurut varney:	29
F. Pendokumentasian Asuhan Kebidanan (SOAP)	31
1. Subjektif	31
2. Objektif.....	31
3. Analisa.....	31
4. Penatalaksanaan.....	31
BAB III METODE LAPORAN TUGAS AKHIR	33
A. Metode Pengambilan Kasus.....	33
B. Tempat dan Waktu.....	33
1. Tempat	33
2. Waktu.....	33
C. Subjek/Partisipan.....	33
D. Metode Pengumpulan Data	34
1. Subjektif	34
2. Objektif.....	34
E. Langkah – Langkah Pengambilan Kasus	34
F. Etika Pengambilan Kasus.....	35
1. <i>Informed Consent</i> (Persetujuan menjadi responden).....	35
2. <i>Anonymity</i> (Tanpa nama)	36
3. <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN ASUHAN KEBIDANAN REMAJA PADA NN. S 15 TAHUN DENGAN KELUHAN DISMENORE DI KECAMATAN CIAWI	37
A. Hasil dan pembahasan.....	37
B. PEMBAHASAN	47
BAB V PENUTUP	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	52

1. Bagi Remaja Putri (Nn. S).....	52
2. Bagi pelayanan kesehatan.....	53
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	53
4. Bagi Penulis.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....	54
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Siklus Menstruasi.....	13
Gambar 2.2 Cat stretch step 1	24
Gambar 2.3 Cat stretch step 2	24
Gambar 2.4 Cat stretch step 3	25
Gambar 2.5 Lower trunk rotation step 1	25
Gambar 2.6 Lower trunk rotation step 2	26
Gambar 2.7 Buttock/ hip stretch	26
Gambar 2.8 Abdominal stretching curl up step 1	27
Gambar 2.9 Abdominal stretching curl up step 2.....	27
Gambar 2.10 Lower abdominal stretching step 1	28
Gambar 2.11 Lower abdominal stretching step 2	28
Gambar 2.12 The bridge position.....	28