



LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN REMAJA PADA NN. S USIA 14 TAHUN
DENGAN KELUHAN *DISMENORE* PRIMER DERAJAT
SEDANG DI KELURAHAN KOTABARU KECAMATAN
CIBEUREUM KOTA TASIKMALAYA**

TAHUN 2026

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Pendidikan Kebidanan di Program Studi D-III Kebidanan Tasikmalaya

RARA ANGGUN TIAS

NIM : P2.06.24.1.23.065

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

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul **“Asuhan Kebidanan Remaja Pada Nn. S Usia 14 Tahun Dengan Keluhan *Dismenore* Primer Derajat Sedang Di Kelurahan Kotabaru Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya Tahun 2026”**.

Laporan Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Studi D-III Kebidanan Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya. Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini penulis tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ners., M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Dr. Hj. Yati Budiarti, SST., M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Hj. Yulia Herliani, SST., M.Keb selaku Ketua Program Studi D-III Kebidanan Tasikmalaya.
4. Dr. Meti Widiya Lestari, SST., M.Keb selaku Pembimbing Utama sekaligus Pembimbing Akademik yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini serta selama masa perkuliahan.
5. Helmi Diana SST., M.Keb selaku Pembimbing Pendamping yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, dan

motivasi dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.

6. Seluruh Staf Dosen dan Karyawan Jurusan Kebidanan yang telah memberikan bimbingan dan dukungan sejak penulis mengikuti perkuliahan.
7. Kedua orang tua tercinta, Ibu Tati dan Bapak Maman yang senantiasa menjadi sumber kekuatan. Terima kasih atas setiap doa yang tak pernah putus, dukungan yang tak pernah surut, kesabaran yang tak pernah habis, dan cinta yang tak akan pernah mampu terbalaskan oleh apa pun. Menjadi kebanggaan dan anugerah terbesar bagi penulis memiliki orang tua yang selalu percaya, mendukung, dan menguatkan dalam setiap proses meraih cita-cita. Semoga pencapaian ini menjadi langkah awal bagi penulis untuk membahagiakan serta mewujudkan harapan yang selama ini Bapak dan Ibu titipkan.
8. Kepada kakak tercinta, dan keponakan tersayang, terima kasih atas doa, dukungan, perhatian, serta semangat yang selalu kalian berikan selama perkuliahan. Kehadiran kalian menjadi salah satu penyemangat bagi penulis untuk terus bertahan dan menyelesaikan setiap proses dengan penuh keyakinan.
9. Untuk seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, pemilik NIM 234101136 yang selalu menemani saya sejak masa putih abu hingga saat ini. Terima kasih atas dukungan, motivasi, perhatian, dan doa yang selalu diberikan, terima kasih telah menjadi teman diskusi dan penyemangat dalam menghadapi berbagai tantangan selama perjalanan pendidikan ini. Semoga segala harapan baik yang telah direncanakan bisa terwujud dikemudian hari.

10. Teruntuk Silvi, Nazwa Khairunnisa dan Putri Auni terimakasih atas segala motivasi, dukungan, pengalaman, waktu dan ilmu yang dijalani selama perkuliahan, semoga kita semua selalu diberikan kemudahan dalam menggapai impian dan tetap dipertemukan dalam cerita-cerita indah di masa depan. *See you on top, guys!*
11. Kepada sahabat penulis sejak SMA, “homies” (Karin, Seni, Rere, dan Putver) Terima kasih atas setiap tawa, dukungan, doa, dan kebersamaan yang selalu menguatkan. Kehadiran dan persahabatan yang terjalin menjadi sumber semangat serta penguat bagi penulis dalam menjalani berbagai proses pendidikan ini.
12. Teman-teman sejak kecil my forever kids, “ *Calon Milyader*”(Vina, Hilda, Virly, Nazwa, Ayu, Dena, Wulan, dan Ratu) terima kasih atas kebersamaan, kenangan indah, dan dukungan yang senantiasa diberikan. Meskipun sudah berteman bertahun-tahun, hubungan dan kedekatan yang terjalin tetap terjaga hingga saat ini, menjadi bagian berharga dalam perjalanan hidup penulis serta memberikan semangat dan motivasi tersendiri dalam menempuh berbagai proses hingga tahap ini.
13. Teman-teman seperjuangan di Program Studi D-III Kebidanan Tasikmalaya Angkatan 2023 yang sama-sama berjuang dan telah memberikan ide, dukungan, semangat dan motivasi.
14. *Last but not least*, untuk diri saya sendiri, Rara Anggun Tias. *Here's to the girl who never stopped believing, kept moving forward, and chose to rise through every challenge.* Terima kasih sudah bertahan dan berjuang hingga sampai di titik ini. Terima kasih karena selalu percaya bahwa setiap usaha

dan niat baik akan menemukan jalannya. Ini bukanlah akhir, melainkan awal dari perjalanan baru. Mari terus melangkah dengan penuh harapan, keberanian, dan keyakinan untuk meraih mimpi-mimpi berikutnya.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa penyusunan Laporan Tugas Akhir ini masih terdapat kekurangan dan membutuhkan perbaikan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca dan semoga penyusunan laporan ini bisa bermanfaat bagi semua pihak.

Tasikmalaya, Februari 2026

Penulis

**ASUHAN KEBIDANAN REMAJA PADA NN. S USIA 14 TAHUN
DENGAN KELUHAN DISMENORE PRIMER DERAJAT SEDANG
DI KELURAHAN KOTABARU KECAMATAN CIBEUREUM
KOTA TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

Rara Anggun Tias

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Jl. Cilolohan No. 35, Kahuripan, Kec. Tawang, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat

Email: rarakebidanan@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: *Dismenore* primer merupakan keluhan yang sering dialami remaja saat menstruasi dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu penatalaksanaan non farmakologis yang dapat dilakukan adalah kompres hangat dan senam *dismenore* untuk membantu mengurangi intensitas nyeri. **Tujuan:** Melaksanakan asuhan kebidanan remaja pada Nn.S usia 14 tahun dengan penerapan non farmakologis di Kelurahan Kotabaru Tahun 2026. **Metode:** Studi kasus melalui manajemen kebidanan 7 langkah varney dan pendokumentasian SOAP dilaksanakan tiga kali kunjungan pada bulan Februari 2026. **Hasil:** Sebelum intervensi klien mengalami nyeri menstruasi dengan skor *Numeric Rating Scale* (NRS) 5. Setelah diberikan asuhan selama tiga kali pertemuan, terjadi penurunan skala nyeri menjadi NRS 1. Klien merasa lebih nyaman, kecemasan berkurang, dan dapat kembali melakukan aktivitas sehari-hari. **Kesimpulan:** Asuhan kebidanan berupa pendidikan kesehatan, kompres hangat, dan senam *dismenore* efektif membantu menurunkan intensitas nyeri pada remaja dengan *dismenore* primer.

Kata kunci: Dismenore primer, remaja, asuhan kebidanan, kompres hangat, senam dismenore

**ADOLESCENT MIDWIFERY CARE FOR NN.S 14 YEARS OLD
WITH MODERATE PRIMARY DYSMENORRHEA
IN KOTABARU VILLAGE, CIBEUREUM DISTRICT
TASIKMALAYA CITY
2026**

Rara Anggun Tias

Department of Midwifery, Poltekkes, Ministry of Health, Tasikmalaya

Jl. Cilolohan No. 35, Kahuripan, Tawang District, Tasikmalaya City, West Java

Email: raraakebidanan@gmail.com

ABSTRACT

Background: Primary dysmenorrhea is a common complaint experienced by adolescents during menstruation and can disrupt daily activities. Non-pharmacological management options include warm compresses and dysmenorrhea exercises to help reduce pain intensity. **Objective:** To implement adolescent midwifery care for a 14-year-old woman using non-pharmacological approaches in Kotabaru Village in 2026. **Methods:** A case study using Varney's 7-step midwifery management and SOAP documentation was conducted in three visits in February 2026. **Results:** Before the intervention, the client experienced menstrual pain with a Numeric Rating Scale (NRS) score of 5. After three sessions, the pain scale decreased to NRS 1. The client felt more comfortable, her anxiety decreased, and she was able to return to her daily activities. **Conclusion:** Midwifery care in the form of health education, warm compresses, and dysmenorrhea exercises effectively helped reduce pain intensity in adolescents with primary dysmenorrhea.

Keywords: Primary dysmenorrhea, adolescents, midwifery care, warm compresses, dysmenorrhea exercises

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan.....	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
C. Manfaat.....	4
1. Bagi Klien	4
2. Bagi Pelaksana	4
3. Bagi Lembaga Praktik, Edukatif dan Birokrasi	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Remaja	5
1. Pengertian Remaja	5
2. Perubahan Fisik dan Psikologis Remaja	5
B. Menstruasi.....	6
1. Pengertian Menstruasi.....	6
2. Siklus Menstruasi.....	6
3. Fase Menstruasi	8
4. Gangguan Menstruasi	10
C. Dismenore	11
1. Pengertian <i>Dismenore</i>	11
2. Tanda dan Gejala <i>Dismenore</i>	12
3. Faktor Penyebab <i>Dismenore</i>	12
4. Patofisiologi <i>Dismenore</i>	13
5. Klasifikasi <i>Dismenore</i>	13

6. Derajat <i>Dismenore</i>	14
7. Penatalaksanaan <i>Dismenore</i>	16
D. Peran Bidan	17
E. Pemberdayaan Perempuan dan Keluarga	20
F. Manajemen Asuhan Kebidanan	21
1. Pengertian Manajemen Asuhan Kebidanan	21
2. Langkah-Langkah Manajemen Asuhan Kebidanan	21
G. Pendokumentasian Asuhan Kebidanan (SOAP)	23
1. Subjektif	23
2. Objektif	23
3. Analisa	23
4. Penatalaksanaan	24
BAB III METODE LAPORAN TUGAS AKHIR	25
A. Metode Pengambilan Kasus	25
B. Tempat dan Waktu	25
C. Subjek / Partisipan	25
D. Metode Pengumpulan Data	25
E. Langkah - Langkah Pengambilan Kasus	27
F. Etika Pengambilan Kasus	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Hasil Penatalaksanaan Asuhan / Studi Kasus	29
B. Pembahasan	41
BAB V PENUTUP	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Siklus Menstruasi.....	9
Gambar 2.2 : <i>Numeric Rating Scale</i>	15
Gambar 2.3 : Senam <i>Dismenore</i>	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permintaan Data Awal	53
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	56
Lampiran 3 Lembar Bimbingan Pembimbing 1.....	57
Lampiran 4 Lembar Bimbingan Pembimbing 2.....	58
Lampiran 5 Kuisisioner Penilaian Tingkat Nyeri.....	59
Lampiran 6 Hasil Kuisisioner Nyeri Haid.....	62
Lampiran 7 Hasil Kuisisioner Nyeri Haid	63
Lampiran 8 Dokumentasi Asuhan.....	64
Lampiran 9 Media Asuhan (Leaflet).....	66