

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puja dan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul ” Pengaruh *Abdominal Stretching Exercise* Terhadap Tingkat *Dismenore* Pada Mahasiswa D3 Keperawatan Tuban ”

Adapun penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Ahli Madya Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya Program Studi DIII Keperawatan Tuban.

Dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini banyak mendapat bimbingan, asuhan, dorongan dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu perkenankanlah peneliti untuk mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Drg. Bambang Hadi Sugito, M. Kes. Selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.
2. Dr. Supriyanto, S.Kp., M.Kes. Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.
3. Binti Yunariyah, S.Kep., Ns., M.Kes. Selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Tuban.
4. Su’udi, S.Kep.,Ns.,M.Kep. Selaku Ketua Penguji Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Wahyuningsih Triana Nugraheni, S.Kep., Ns., M.Kes. dan Wahyu Tri Ningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kep Selaku pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan dorongan dalam pembuatan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Dosen serta staf program studi keperawatan Tuban yang telah membantu dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan sepenuhnya kepada peneliti dalam penyelesaian Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Teman-teman serta pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesain Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, berbagai saran, tanggapan dan kritik yang bersifat membangun senantiasa penulis harapkan demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Tuban, 23 Juni 2022

Peneliti

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO:**

**“Bersyukur, Berdoa, Dan Berusaha”**

### **PERSEMBAHAN:**

Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan untuk:

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan rahmat, pertolongan dan anugrahnya.
2. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Pujo Sutrisno dan Ibu Kristiani Terimakasih buk, pak sudah memberikan yang terbaik untuk anakmu ini.
3. Keluarga besar saya terimakasih memberikan semangat setiap harinya.
4. Pembimbing KTI saya ibu Wahyu Tri Ningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kep dan ibu Wahyuningsih Triana Nugraheni, S.Kep.,Ns.,M.Kes yang telah bersedia dan dengan sabar membimbing saya serta bapak Su'udi, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua penguji
5. Seluruh Dosen pengajar dan Staff Tata Usaha Poltekkes kemenkes Surabaya Prodi DIII Keperawatan Tuban yang telah membantu saya dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah
6. Terimakasih untuk ko saw hok yang selalu ada dan tidak pernah berhenti untuk menyemangati saya dalam proses penyelesaian KTI ini.
7. Terimakasih kepada sobat-sobatku tercinta yang selalu memberikan semangat dan dukungan serta mendengarkan keluh kesahku selama penulisan Karya Tulis Ilmiah

8. Terimakasih kepada teman-teman angkatan 2019 yang selalu meberikan semangat dan saling menguatkan
9. Terimakasih kepada almamater tercinta Poltekkes Surabaya Prodi DIII Keperawatan Tuban.