



LAPORAN TUGAS AKHIR

SKEMA : RISET

**PENGARUH *E-BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN TEKNIK
RELAKSASI *DEEP BREATHING* DALAM MENGATASI *DISMENORE*
PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 10 PEKANBARU**

**DISUSUN OLEH :
THANIA DWI YANTI
NIM 22601100**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN DAN PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
TAHUN 2026**



LAPORAN TUGAS AKHIR

SKEMA : RISET

**PENGARUH *E-BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN TEKNIK
RELAKSASI *DEEP BREATHING* DALAM MENGATASI *DISMENORE*
PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 10 PEKANBARU**

**TUGAS AKHIR SKEMA RISET DIJADIKAN SEBAGAI SYARAT
MEMPEROLEH GELAR SARJANA KEBIDANAN**

**DISUSUN OLEH :
THANIA DWI YANTI
NIM 22601100**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN DAN PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Thania Dwi Yanti
NIM : 22601100
Program Studi : S1 Kebidanan dan Pendidikan profesi Bidan
Fakultas : Kebidanan
Skema Tugas Akhir : Riset
Judul Tugas Akhir : Pengaruh *E-Booklet* Terhadap Pengetahuan Teknik Relaksasi *Deep Breathing* Dalam Mengatasi *Dismenore* Pada Remaja Putri Di SMA N 10 Pekanbaru.

Laporan Tugas Akhir ini telah di setujui oleh pembimbing dan dapat dipertahankan dihadapan Tim Penguji laporan tugas akhir program studi S1 Kebidanan Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.

Pekanbaru, 30 Juli 2026

Pembimbing



RIKA SRI WAHYUNI, M.Biomed

NIDN : 1017117801

Mengetahui,

Ketua Program Studi



BDN. DEWINNY SEPTALIA DALE, SST., M.KES

NIDN. 1001098301

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH E-BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN TEKNIK RELAKSASI DEEP BREATHING DALAM MENGATASI DISMINORE PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 10 PEKANBARU

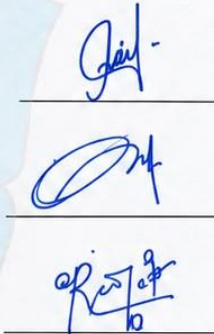
THANIA DWI YANTI

22601100

Laporan Tugas Akhir ini diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji
laporan Tugas Akhir Program Studi S1 Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan
Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.

Pekanbaru, 03 Agustus 2026

1. Revita Susanti, SST, M. Keb Ketua Penguji
NIDN. 1017089301
2. Bdn. Linda Suryani, SST. M.Keb Penguji 1
NIDN. 1016108301
3. Rika Sri Wahyuni, SST., M.Biomed Pembimbing
NIDN. 1013038201



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Kebidanan
Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru



Bdn. Yessi Azwar, SST., M.Kes
NIDN. 1005088001

HALAMAN ORIGINILITAS PENELITIAN

Nama : Thania Dwi Yanti
Nim : 22601100
Program Studi : S1 Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan
Fakultas : Kebidanan
Skema Tugas Akhir : Riset
Judul : Pengaruh *E-Booklet* Terhadap Pengetahuan Teknik Relaksasi *Deep Breathing* Dalam Mengatasi *Dismenore* Pada Remaja Putri Di SMA N 10 Pekanbaru

Dengan ini saya menyatakan secara jujur bahwa Tugas Akhir ini murni merupakan hasil karya saya sendiri, dan bukan hasil penjiplakan atau pengambilan gagasan maupun tulisan pihak lain yang kemudian saya klaim sebagai karya pribadi. Jika di kemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiarisme, saya siap menerima segala konsekuensi maupun sanksi yang berlaku atas pelanggaran tersebut.

Pekanbaru, 03 Agustus 2026
Mahasiswa

Thania Dwi Yanti
NIM: 22601100