

PENERAPAN *ABDOMINAL STRETCHING EXERCISE* TERHADAP INTENSITAS DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI DESA SUGIHAN KAB.SEMARANG

Wahyu Handayani¹), Priharyanti Wulandari^{2)*}

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ners Universitas Widya Husada Semarang

²⁾ Dosen Pengampu Program Studi Ners Universitas Widya Husada Semarang

Email : wulancerank@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Windastiwi, dkk (2017) mengatakan bahwa prevalensi dismenorea cukup tinggi di dunia, dimana diperkirakan 50% dari seluruh wanita di dunia menderita dismenore dalam sebuah siklus menstruasi. Penanganan dismenore dapat dilakukan dengan teknik nonfarmakologi yaitu dengan *straching abdominal*. *Abdominal stretching* adalah latihan peregangan dalam memelihara dan mengembangkan fleksibilitas atau kelenturan daerah perut untuk mengurangi intensitas nyeri haid (*dismenore*).

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan *Abdominal Stretching Exercise* terhadap Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri di desa Sugihan Kab.Semarang.

Metode : Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kasus pada remaja yang mengalami dismenore mulai tanggal 05 Agustus sampai dengan 20 Agustus 2020. Penelitian ini dilakukan pada 4 responden yaitu remaja putri yang mengalami dismenore. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi dan menggunakan pengkajian dengan cara wawancara pengukuran tingkat nyeri dengan skala penilaian atau Numeric Rating Scale (NRS).

Hasil Penelitian : Tingkat nyeri menstruasi sebelum dilakukan *Abdominal Stretching Exercise* (Pre test) adalah 8 dan tingkat nyeri menstruasi setelah dilakukan *Abdominal Stretching Exercise* (Post test) mengalami penurunan skala antara 5 - 7.

Kesimpulan : Penelitian ini terbukti bahwa *Abdominal Stretching Exercise* dapat untuk menurunkan tingkat nyeri menstruasi.

Kata kunci : *Abdominal Stretching Exercise*, dismenore, remaja

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is abdominal pain that comes from uterine cramps and occurs during menstruation. According to research conducted by Windastiwi et al (2017), the prevalence of dysmenorrhea is quite high in the world, where it is estimated that 50% of all women in the world suffer from dysmenorrhea in a menstrual cycle. Handling of dysmenorrhea can be done with non-pharmacological techniques, namely abdominal straching. Abdominal stretching is a stretching exercise in maintaining and developing flexibility or flexibility of the abdominal area to reduce the intensity of menstrual pain (dysmenorrhea).

Purpose: This study aims to determine the application of abdominal stretching exercise to the intensity of primary dysmenorrhea in adolescent girls in the village of Sugihan, Semarang Regency.

Methods: This study uses a descriptive method with a case approach to adolescents who experience dysmenorrhea from August 5 to August 20, 2020. This study was conducted on 4 respondents, namely young women who experienced dysmenorrhea. The instrument used is an observation sheet and uses an assessment by means of interviews measuring pain levels with a Numeric Rating Scale (NRS).

Results: The level of menstrual pain before the Abdominal Stretching Exercise (Pre test) was carried out was 8 and the level of menstrual pain after the Abdominal Stretching Exercise (Post test) decreased on a scale between 5 - 7.

Conclusion: This study proved that Abdominal Stretching Exercise can reduce the level of menstrual pain.

Key words: Abdominal Stretching Exercise, dysmenorrhea, adolescents

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa perubahan baik secara fisik, biologis, dan produktif. Usia remaja dimulai sejak seseorang mengalami perubahan baik itu secara fisik, biologis, reproduktif. Pada remaja wanita hal yang paling menonjol ketika mengalami pertumbuhan dan perkembangan salah satunya adalah haid (menstruasi). Remaja wanita yang mengalami menstruasi merupakan sesuatu yang fisiologis dan normal. Beberapa faktor

resiko yang berhubungan dengan beratnya gejala dismenore adalah usia yang lebih muda saat terjadinya menarche, periode menstruasi yang lebih lama, banyaknya darah yang keluar selama menstruasi, perokok, riwayat keluarga dengan dismenore, obesitas dan penggunaan alkohol juga dihubungkan dengan terjadinya dismenore primer (Anurogo, 2011 dalam Wardina, 2017).

Menstruasi merupakan siklus bulanan yang normal terjadi pada wanita subur, namun jika disertai dengan

berbagai keluhan berat dan periodik setiap menjelang menstruasi maka kondisi patologislah yang mungkin terjadi. Keluhan yang timbul dapat berupa depresi, perasaan putus asa, rasa cemas, tegang, perubahan mood secara tiba-tiba, mudah marah, sensitif, menurun ketertarikan pada aktifitas sehari-hari yang biasa dilakukan dan keluhan lainnya (Saryono, 2009).

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Windastiwi, dkk (2017) mengatakan bahwa prevalensi dismenoreia cukup tinggi di dunia, dimana diperkirakan 50% dari seluruh wanita di dunia menderita dismenoreia dalam sebuah siklus menstruasi. Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Wardina, dkk (2017) mengatakan bahwa Prevalensi di Amerika Serikat diperkirakan 45-90% Swedia sekitar 72%, dan di Cina menunjukkan 92,4 % menderita dismenoreia ringan-berat yang berdampak pada aktivitas mereka (39,9 % harus absen dari sekolah dan 49,8% menggunakan analgetik 1-6 kali persiklus). Penelitian Lestari pada tahun 2008 menunjukkan prevalensi dismenoreia di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenoreia primer dan 9,36% dismenoreia sekunder. Menurut Depkes tahun 2010 angka kejadian prevalensi nyeri menstruasi di Indonesia berkisar 55% dikalangan usia produktif (Shinta, 2014 dalam Wardina dkk 2017).

Dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi (Kusmiran, 2013). Dismenore terbagi menjadi dua yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Adapun tanda gejala dari dismenore primer yaitu nyeri pada daerah pinggang, mual, muntah, sakit kepala, letih, pusing, pingsan, dan diare, dan kelabilan emosi selama menstruasi (Reeder, 2013). Pada dismenore sekunder yaitu nyeri tekan, nyeri pinggang, keluar darah dalam jumlah banyak dan adanya benjolan pada rahi, (Sari, 2012).

Intensitas dismenore dapat dikurangi dengan metode umum yang digunakan seperti kompres hangat, minum ramu-ramuan jahe dan musik mozart. Selain dari metode tersebut penanganan dismenore dapat juga dilakukan dengan tidak mengkonsumsi obat-obatan atau nonfarmakologi tanpa harus mengakibatkan efek samping yaitu dengan *straching abdominal* untuk meningkatkan otot perut dan mengurangi rasa nyeri perut. *Stretching* adalah istilah yang digunakan untuk memanjangkan struktur jaringan lunak yang memendek, rileksasi, nyeri berkurang dan spasme berkurang (Ylinen, 2007 dalam Wardina dkk 2017).

Abdominal stretching adalah latihan peregangan dalam memelihara dan mengembangkan fleksibilitas atau kelenturan daerah perut untuk mengurangi intensitas nyeri haid (*dismenore*). Dengan melakukan olahraga/latihan, akan merangsang produksi hormon *endorphin* sehingga dapat memberikan perasaan tenang dan daya tahan terhadap perasaan nyeri terutama nyeri menstruasi (*dismenore*) (Tarigan, 2013). Latihan *abdominal stretching* dilakukan pada saat remaja

mengalami nyeri haid dengan cara menggerakkan panggul, posisi lutut – dada, dan latihan pernapasan dada dapat bermanfaat untuk mengurangi nyeri haid (Nisak, 2018). Penelitian yang membuktikan bahwa teknik nonfarmakologi yang dapat menurunkan tingkat nyeri menstruasi dengan menggunakan *Abdominal Stretching Exercise* yang dilakukan oleh Arifiani (2016) menyatakan bahwa efektif dalam mengurangi dismenore pada remaja putri. Penelitian lain yang berjudul “Efektifitas Pengaruh *Abdominal Stretching Exercise* Dan Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri *Dismenore*”, menyatakan *Abdominal Stretching Exercise* dapat mengurangi nyeri saat menstruasi (Putri dkk, 2019).

Hasil wawancara kepada 4 remaja putri di desa Sugihan, Kab. Semarang mengatakan bahwa dismenore terjadi umumnya pada hari 1 sampai hari ke 3 menstruasi. klien mengatakan bahwa biasanya hanya tiduran dan tidak mampu melakukan aktifitas seperti biasa. Maka dari itu peneliti ingin memberikan intervensi keperawatan yaitu terapi nonfarmakologi dengan *Abdominal Stretching Exercise*

Metode Penelitian

Penelitian studi kasus ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Menurut Resseffendi (2010), mengatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggunakan observasi, wawancara atau angket mengenai keadaan sekarang ini, mengenai subjek yang sedang kita teliti. Melalui angket dan sebagainya kita mengumpulkan data untuk menguji hipotesis atau menjawab suatu pertanyaan. Melalui penelitian deskriptif ini peneliti akan memaparkan yang sebenarnya terjadi mengenai keadaan sekarang ini yang sedang diteliti.

Hasil Dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan di desa Sugihan Kab. Semarang. Pelaksanaan penelitian dilakukan mulai pada tanggal 05 Agustus – 20 Agustus 2021. Responden pada penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami nyeri menstruasi, dengan usia 15- 21 tahun, serta bersedia menjadi responden selama masing-masing selama 6 hari. Terdapat 4 klien yang mengalami nyeri menstruasi atau dismenore. Penelitian dilakukan dengan memberikan terapi nonfarmakologi yaitu *Abdominal Stretching Exercise* pada hari 1 s/d 3 saat klien mengalami nyeri menstruasi atau dismenore. Untuk menilai tingkat nyeri menstruasi peneliti menggunakan skala angka atau Numeric rating Scale (NRS) dan lembar observasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *Abdominal Stretching Exercise* terhadap penurunan tingkat nyeri pada klien dismenore primer di desa Sugihan Kab. Semarang.

a. Hasil skala

**Hasil skala nyeri pre dan post
kepada responden 1,2,3 dan 4
di desa Sugihan Kab. Semarang
Pada tanggal 05 Agustus 2021 s/d 20 Agustus**

2021
(n = 4)

Nama	Hari 1		Hari 2		Hari 3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
Nn.K	8	6	6	4	4	2
Nn.R	7	6	6	3	3	1
Nn.V	8	5	5	4	4	3
Nn.D	8	6	6	2	2	1

2. Pembahasan

Pada responden 1 diberikan intervensi pada tanggal 05 Agustus s/d 07 Agustus 2021 setiap pukul 09.00 WIB, responden 1 mengalami dismenore hari pertama dengan tingkat nyeri yaitu 8. Peneliti memberikan *Abdominal Stretching Exercise* selama 15 menit. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisak (2018), menyebutkan bahwa sebelum dilakukan penerapan *Abdominal Stretching Exercise*, terlebih dahulu diukur skala nyeri menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*), selanjutnya dilakukan penerapan *Abdominal Stretching Exercise* selama 15 menit. Dilakukan evaluasi pada pukul 14.00 WIB, mengalami penurunan tingkat nyeri menjadi 5. Dilakukan pengulangan *Abdominal Stretching Exercise* pada hari kedua dan ketiga. Pada hari ketiga mendapatkan hasil penurunan skala nyeri menjadi 3. Hal ini menyatakan bahwa setelah dilakukan penerapan *Abdominal Stretching Exercise* pada responden 1 mengalami penurunan tingkat nyeri.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatma, dkk (2017) yang menyatakan adanya pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan *Abdominal Stretching Exercise* terhadap penurunan dismenore. *Abdominal Stretching Exercise* yaitu latihan fisik peregangan otot perut yang dilakukan kurang lebih 10-15 menit untuk meningkatkan kekuatan otot, daya tahan dan fleksibilitas otot sehingga dapat menurunkan nyeri dismenore pada remaja putri. *Abdominal streaching exercise* merupakan gabungan dari enam gerakan *cat stretch*, *lower trunk rotation*, *buttock/hip stretch*, *abdominal strengthening (curl up)*, *lower abdominal strengthening*, dan *the bridge position* (Thermacare, 2010).

Pada responden 2 dilakukan penerapan *Abdominal Stretching Exercise* pada tanggal 09-11 Agustus 2021, setiap pukul 14.00 WIB. *Abdominal Stretching Exercise* pada responden 2 dilakukan selama 15 menit. Responden mengalami nyeri menstruasi pada hari pertama, dengan skala nyeri . Setelah diberikan intervensi, skala nyeri responden 2 turun menjadi 1. Skala nyeri yang digunakan oleh peneliti yaitu skala penilaian numerik atau *Numeric Rating Scale* (NRS). Skala ini juga digunakan pada penelitian Nida, dkk (2016) menyatakan bahwa untuk

menentukan nyeri dismenore menggunakan NRS atau *Numeric Rating Scale* yang digunakan sebagai pengganti alat pendeskripsian kata, dengan menggunakan skala 0-10.

Penelitian lain yang juga menggunakan *Abdominal Stretching Exercise* yaitu oleh Yuliana, dkk (2019) tentang efektivitas pengaruh *Abdominal Stretching Exercise* dan Kompres hangat terhadap Intensitas nyeri dismenore mendapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan antara *Abdominal Stretching Exercise* dan kompres hangat, dimana keduanya efektif dalam menurunkan rasa nyeri menstruasi. Pelaksanaan *Abdominal Streaching Exercise* mengakibatkan perbedaan tingkat nyeri dismenore, karena dengan melakukan latihan atau olahraga akan merangsang peningkatan produksi endorfin yang dihasilkan oleh otak dan susunan syaraf tulang belakang. Hormon ini dapat berfungsi sebagai obat penenang alami yang diproduksi otak sehingga menimbulkan rasa nyaman dan menekan intensitas nyeri *dismenore*.

Pada resonden 3, skala nyeri hari pertama menstruasi adalah 8, setelah mendapatkan latihan *Abdominal Streaching* selama 15 menit, selama 3 hari berturut-turut, skala nyerinya turun menjadi 3. Hal ini juga terbukti pada penelitian yang dilakukan Darmanik, dkk (2018) yang menyatakan bahwa latihan *Abdominal Streaching* efektif dalam menurunkan intensitas dismenore. Menurut Ningsih (2011) Latihan *abdominal stretching* itu sendiri tidak beda jauh dengan senam, yaitu dapat membantu meningkatkan oksigenasi atau proses pertukaran oksigen dan karbohidrat didalam sel serta menstimulasi aliran drainase sistem getah bening, sehingga dapat meningkatkan kelenturan otot dengan cara mengembalikan otot-otot pada panjangnya yang alamiah dan dapat memelihara fungsinya dengan baik serta memperbaiki elastisitas atau fleksibilitas jaringan tubuh serta mengurangi kram pada otot.

Pada responden 4 setelah diberikan latihan *abdominal stretching* selama 15menit per hari, skala nyeri yang mulanya 8, turun menjadi 1. Penelitian Arifiani (2016) menyatakan bahwa *abdominal stretching exercise* efektif dalam mengurangi dismenore pada remaja putri. Laili (2012) mengatakan bahwa Wanita yang melakukan senam secara rutin dapat meningkatkan jumlah dan ukuran pembuluh darah, yang menyalurkan darah ke seluruh tubuh termasuk organ reproduksi sehingga aliran darah menjadi lancar dan hal tersebut dapat menurunkan gejala dismenore. Meningkatkan volume darah yang mengalir ke seluruh tubuh termasuk organ reproduksi, hal tersebut dapat memperlancar pasokan oksigen ke pembuluh darah yang mengalami vasokonstriksi, sehingga nyeri haid dapat berkurang.

Menurut Kusuma (2019) *abdominal stretching exercise* berpengaruh karena merangsang hormon

endorphin untuk menurunkan skala nyeri. *Endorphin* dihasilkan di otak dan susunan syaraf tulang belakang. Hormon ini berfungsi sebagai obat penenang alami, sehingga menimbulkan rasa nyaman. Kadar *endorphin* dalam tubuh yang meningkat dapat mengurangi rasa nyeri pada saat kontraksi. *Exercise*/latihan fisik terbukti dapat meningkatkan kadar *endorphin* empat sampai lima kali di dalam darah, sehingga semakin banyak melakukan *exercise* maka akan semakin tinggi pula kadar *endorphin*. Ketika seseorang melakukan *abdominal stretching exercise*, maka *endorphin* akan keluar dan ditangkap oleh reseptor di dalam hipotalamus dan sistem limbik yang berfungsi untuk mengatur emosi. Peningkatan *endorphin* terbukti berhubungan erat dengan penurunan rasa nyeri

Simpulan Dan Saran

1. Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian, dan pembahasan tentang Penerapan *Abdominal Stretching Exercise* terhadap Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri di desa Sugihan Kab.Semarang, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

- a. Dismenore adalah nyeri (kram) pada daerah perut yang mulai terjadi pada 24 jam sebelum terjadinya perdarahan menstruasi dan dapat bertahan selama 24-36 jam, meskipun pada umumnya hanya berlangsung selama 24 jam pertama saat terjadi perdarahan menstruasi. Teknik non farmakologi untuk mengurangi dismenore salah satunya : *Abdominal Streaching Exercise* . Pelaksanaan *Abdominal Streaching Exercise* dilakukan selama 15 menit. Hal ini mengakibatkan perbedaan tingkat nyeri dismenore, karena dengan melakukan latihan atau olahraga akan merangsang peningkatan produksi *endorphin* yang dihasilkan oleh otak dan susunan syaraf tulang belakang. Hormon ini dapat berfungsi sebagai obat penenang alami yang diproduksi otak sehingga menimbulkan rasa nyaman dan menekan intensitas nyeri *dismenore*.
- b. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat nyeri menstruasi sebelum diberikan intervensi terapi nonfarmakologi : *Abdominal Stretching Exercise* dengan tingkat nyeri setelah diberikan intervensi mengalami penurunan sekitar 3 - 5 skala nyeri

2. Saran

- a. Bagi remaja putri
Diharapkan setelah diberikan intervensi terapi nonfarmakologi : *Abdominal Stretching Exercise* remaja putri dapat menambah pengetahuan serta dapat melakukan *Abdominal Stretching Exercise*

secara mandiri untuk mengatasi nyeri menstruasi

- b. Bagi Institusi
Agar menambah jumlah buku sumber khususnya materi tentang menstruasi, krus menstruasi, dismenore, patofisiologi dari menstruasi dan dismenore untuk melengkapi referensi dalam penyusunan selanjutnya
- c. Bagi Penulis
Agar lebih meningkatkan dan mengembangkan lagi pengetahuan tentang menstruasi terutama dismenore sehingga kedepannya dapat memberikan asuhan yang komprehensif dan meningkatkan pelayanan berkualitas
- d. Bagi Profesi Keperawatan
Diharapkan dengan adanya penelitian ini, dapat berkembang lagi terutama bagi profesi keperawatan maternitas. Agar lebih menambah referensi mengenai terapi nonfarmakologi pada klien yang mengalami dismenore

DAFTAR PUSTAKA

- Elizabeth, J. (2009). Buku Saku Patofisiologi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran : EGC.
- Lowdermilk. (2013). Keperawatan Maternitas Edisi 8. Singapore: Elsevier Morby.
- Manuaba, I. (2009). Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana. Jakarta: EGC.
- Mar'atussholihah. (2013). Asuhan Kebidanan pada Remaja dengan Dismenore Primer di Poli Obsgyn Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul.
- Melati. (2018). Asuhan keperawatan pada keluarga Tn.C khususnya NN.M dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman dan nyaman gangguan sistem reproduksi Dismenore RT.15 RW.02 kelurahan Utan Panjang Kecamatan Kemayoran Jakarta Pusat.
- Misaroh, S. (2009). Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nugroho. (2014). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askep 3). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahmawati. (2018). Asuhan Keperawatan pada Remaja Dismenore dengan ABDOMINAL STRETCHING EXERCISE untuk Penurunan Tingkat Nyeri .
- Sinaga. (2017). Manajemen kesehatan menstruasi. Jakarta: E-book.
- Wijayanti. (2009). Fakta Penting Seputar Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta: Book marks.
- Kumalasari, I., & Iwan, A. (2012). *Kesehatan Reproduksi*

Mahasiswa Kebidanan

Dan Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika

Manuaba, & Gede., I. B. (2009). *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: Egc.

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (3rd Ed.). Jakarta: Pt Rineka Cipta.

Yumnunisak. (2018). *Pengaruh Abdominal Stretching Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Smk Kesehatan Bakti Indonesia Medika Jombang*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan.

Fatma, Dkk. 2017. *Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Dismenore Pada Siswi Remaja Di Madrasah Aliyah Hasyim Asy'ari Bangsri Kabupaten Jepara*. Stikes Muhammadiyah Kudus.

Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.

Thermacare. (2009, April 13). A 7 Best Abdominal Exercise. *Thermakinetics*

Yuliani, Dkk. 2019. *Efektifitas Pengaruh Abdominal Streaching Exercise Dan Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore*. Stikes Fort De Kock Bukittinggi.

Arifiani, 2016. *Efektivitas Latihan Peregangan Perut (Abdominal Stretching Exercise) Dalam Mengurangi Dismenore Pada Remaja Putri Di Sma Panca Bhakti Pontianak*. Universitas Tanjungpura

Tarigan, Benny Dj., 2013, *Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri Surabaya*, Akademi Kebidanan Griya Husada Surabaya

Fauziah, M., N., 2015, *Pengaruh Abdominal Stretching Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Smk Al Furqon Bantarkawung Kabupaten Brebes*, Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Jakarta

Setyawati, Dkk. 2018. *Pengaruh Senam Abdominal Stretching Terhadap Efektifitas Penurunan Nyeri Dismenorhea Primer Pada Remaja Putri Di Ma Al-Amiriyah Blokagung Tahun 2018*. Universitas Ibrahimy Sukorejo

Wardhany, 2018. *Pengaruh Stretching Abdominal Terhadap Skala Nyeri Dismenore Pada*

Remaja Putri Ners Tingkat I Di Asrama Stikes Santa Elisabeth Medan. Stikes Santa Elisabeth Medan.