

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK'	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SIMBOL.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Remaja	8
B. Konsep Menstruasi.....	9
C. Nyeri Haid.....	15
D. <i>Abdominal Stretching</i>	20
E. <i>Fisiologis Abdominal Stretching</i>	26
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Rancangan Penelitian	28
B. Subyek Penelitian.....	28
C. Definisi Operasional	29
D. Tempat dan Waktu Penelitian	30
E. Pengumpulan Data	30
F. Cara Pengolahan Data.....	31
G. Etika Penelitian	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian	33
B. Pembahasan.....	37
C. Keterbatasan Peneliti	44
BAB V PENUTUP.....	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN.....	53