

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	2
C. TUJUAN PENELITIAN	2
1. Tujuan Umum	2
2. Tujuan Khusus	3
D. MANFAAT PENELITIAN.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
A. DISMENOREA PADA REMAJA.....	4
1. Dismenorea	4
2. Remaja.....	12
B. SENAM DISMENOREA BERBASIS AR-RAHMAN.....	15
1. Senam Dismenorea.....	15
2. Murrotal Surah Ar-Rahman	17
C. KERANGKA TEORI.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. RANCANGAN PENELITIAN.....	26
B. SUBYEK PENELITIAN.....	26
C. DEFINISI OPERASIONAL	27
D. TEMPAT DAN WAKTU	27
E. PENGUMPULAN DATA.....	28
F. CARA PENGOLAHAN DATA	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	29
A. HASIL PENELITIAN.....	29
B. PEMBAHASAN	31
C. KETERBATASAN PENELITIAN.....	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	36
A. KESIMPULAN	36
B. SARAN	36
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Pengukuran Nyeri Visual Analog Scale.....	10
Gambar 2.2 Skala Penilaian Numeral Rating Scale.....	11
Gambar 2.3 Skala Deskriptif Intensitas Nyeri sederhana.....	11
Gambar 2.4 Skala Nyeri Muka.....	11
Gambar 2.5 Kerangka Teori.....	22

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Senam Berbasis Ar-Rahman ...	30
Tabel 4.2 Hasil Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Senam Berbasis Ar-Rahman..	30
Tabel 4.3 Hasil Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Senam Berbasis Ar-Rahma.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Inform Consent
- Lampiran 2 Lembar Observasi
- Lampiran 3 Ceklist Senam Dismenorea
- Lampiran 4 Gerakan Senam
- Lampiran 5 Dokumentasi
- Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Konsul