

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
PENGESAHAN PENGUJI	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
RINGKASAN	x
SUMMARY.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	19
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	22
A. Konsep Remaja	22
1. Pengertian Remaja.....	22
2. Batasan Remaja	22
B. Konsep Dismenore	23
1. Pengertian Dismenore	23
2. Derajat Dismenore.....	23
3. Etiologi Dismenore.....	24
4. Klasifikasi Dismenore	24
5. Patofisiologi Dismenore	25
6. Penatalaksanaan Dismenore	25
C. Konsep Yoga.....	26
1. Pengertian Yoga	26
2. Waktu Pelaksanaan.....	26
3. Mekanisme Yoga Untuk Menurunkan Nyeri Dismenore.....	26
4. Gerakan Yoga.....	27

D. Media Video	32
1. Pengertian Media Video	32
2. Tujuan Penggunaan Media Video	33
3. Kelebihan dan Kekurangan Media Video	33
E. Hasil Penelitian Sesuai Dengan Topik	34
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN	36
A. Nama Project Video	36
B. Tujuan Project Video	36
C. Keaslian Karya Project	36
D. Deskripsi Desain Project Video	37
1. Tahapan Praproduksi	37
2. Tahapan Produksi	38
3. Pasca Produksi.....	39
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	42
BAB V PENUTUP	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45