

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KIE	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
RINGKASAN	ix
SUMMARY	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Landasan Teori	4
1. Konsep Abdominal Stretching Exercise.....	4
2. Konsep Menstruasi	10
3. Konsep Disemenore.....	11
4. Konsep Remaja.....	14
5. Konsep Booklet	16
6. Ketepatan Solusi Yang Ditawarkan.....	17
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DILAKUKAN	18
A. Nama Projek Luaran	18
B. Tujuan	18
C. Keaslian Karya Projek.....	18
D. Deskripsi desai project Luaran.....	18
E. Uji Coba Hasil Project terhadap 3 Responden.....	20

BAB IV LUARAN YANG DICAPAI.....	22
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	24
A. Kesimpulan.....	24
B. Saran.....	24
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	