

DAFTAR ISI

COVER LUAR.....	i
COVER DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTARCT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian.....	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
1. Manfaat Teoritis	3
2. Manfaat Praktis	3
E. Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	6
1. Konsep Dasar Remaja	6
a. Pengertian Remaja	6
b. Perkembangan Remaja dan Ciri-cirinya	7
c. Perubahan Fisik pada Remaja	8
d. Perubahan Psikis pada Remaja.....	8
2. Menstruasi.....	9
a. Pengertian Menstruasi.....	9
b. Fisiologi Menstruasi.....	9
c. Siklus Menstruasi.....	10
d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Menstruasi.....	12
e. Tanda dan Gejala Menstruasi	13
f. Gangguan Menstruasi	14
3. Nyeri Haid.....	16
a. Pengertian Nyeri Haid.....	16
b. Penyebab Nyeri Haid	16
c. Macam-macam Nyeri Haid	17
d. Faktor Resiko Penyebab Nyeri Haid	18
e. Penatalaksanaan Nyeri Haid.....	19
f. Skala Pengukuran Nyeri Haid	19

4.	William's Flexion Exercise.....	21
a.	Pengertian William's Flexion Exercise.....	21
b.	Tujuan William's Flexion Exercise	22
c.	Indikasi dan Kontraindikasi William's Flexion Exercise	22
d.	Teknik William's Flexion Exercise	22
e.	Mekanisme William's Flexion Exercise	25
5.	Jurnal-jurnal William's Flexion Exercise	26
B.	Kerangka Teori.....	27
C.	Kerangka Konsep.....	27
D.	Hipotesis Penelitian	28
BAB III METODE PENELITIAN		
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian	29
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian	29
C.	Populasi dan Sampel.....	29
D.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	30
E.	Instrument Penelitian.....	31
F.	Uji Validitas dan Uji Reabilitas.....	32
G.	Jalannya Penelitian	32
H.	Teknik Pengumpulan Data.....	33
I.	Teknik Analisa Data	34
J.	Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL PENELITIAN		
A.	Hasil Penelitian	36
1.	Gambaran dan Lokasi Penelitian.....	36
2.	Karakteristik Responden.....	37
B.	Hasil Penelitian	37
C.	Pembahasan Hasil Penelitian	39
D.	Keterbatasan Penelitian	44
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		
A.	Simpulan	45
B.	Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

