

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN COVER DEPAN .....</b>	<b>1</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENULIS .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN PENGUJI .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ix</b>
<b>ESSENCE .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>4</b>
A. Menstruasi .....	4
B. Nyeri haid ( <i>Disminorea</i> ).....	5
C. <i>Latihan abdominal streaching exercise</i> untuk menurunkan nyeri haid ( <i>Disminorea</i> ) .....	7
<b>BAB III SKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN .....</b>	<b>16</b>
A. Nama Project Luaran .....	16
B. Tujuan Project Luaran .....	16
C. Keaslian karya project .....	16
D. Deskripsiin Desain Project Luaran .....	17
E. Uji coba.....	18
<b>BAB IV LUARAN.....</b>	<b>18</b>
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>21</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>22</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Table 2.1 Uji coba.....	15
-------------------------	----