

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER DEPAN	
COVER DALAM	
PERNYATAAN KEASLIAN	i
PERSETUJUAN PUBLIKASI	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN PENGUJI	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	2
B. Target Luaran	3
C. Tujuan Luaran	3
D. Manfaat Luaran	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
A. Landasan Teori	4
1. Remaja	4
a. Pengertian Remaja	4
b. Tahap-tahap Remaja	4
c. Perubahan pada Remaja	5
2. Menstruasi	7
a. Pengertian Menstruasi	7
b. Proses terjadinya Menstruasi	7
c. Siklus Menstruasi	8
d. Gangguan Menstruasi	8
3. Nyeri Haid	9
a. Pengertian Nyeri Haid	9
b. Gejala Nyeri Haid	12
c. Penanganan Nyeri Haid	13
d. Skala atau Pengukuran Nyeri Haid	13
4. Jahe Merah	14
a. Pengertian Jahe Merah	14
b. Kandungan Jahe	15
c. Jenis-jenis Jahe	16
d. Manfaat Jahe	17
e. Cara Pemberian	19
5. Penelitian Terdahulu	19
B. Kerangka Teori	20
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN	21
A. Tema	21
B. Tujuan	21
C. Isi dari Buku Saku	21
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	25

A. Proses Pendaftaran HKI.....	25
B. Cara Mengisi Surat Pernyataan.....	26
C. Surat Pengalihan Hak Cipta.....	26
BAB V PENUTUP.....	27
A. Kesimpulan.....	27
B. Saran.....	27
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	