

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KOMUNIKASI INFORMASI DAN EDUKASI</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>viii</b>
<b>ABSTRACK</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR ISTILAH / SIMBOL</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
A. Remaja .....	6
B. Dismenorea .....	9
C. Konsep cat stretch exercise .....	18
D. Ketetapan Solusi yang Ditawarkan .....	22
<b>BAB III DESKRIPSI YANG DIHASILKAN</b> .....	<b>24</b>
A. Tema Dan Judul Luaran .....	24
B. Jenis Luaran .....	24
C. Tujuan Project Luaran .....	24
D. Keaslian Karya Project .....	25
E. Deskripsi Desain Karya <i>Poject</i> Luaran Secara Naratif .....	26
<b>BAB IV LUARAN YANG DICAPAI</b> .....	<b>35</b>
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>37</b>
A. Kesimpulan .....	37
B. Saran .....	37
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>39</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>43</b>