

DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN DEPAN	
HALAMAN DALAM	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah	3
1.3 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Manfaat Teoritis	4
1.5.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Dismenore	6
2.1.1 Pengertian	6
2.1.2 Klasifikasi Dismenore	6
2.1.3 Derajat Dismenore	7
2.1.4 Intensitas Nyeri	7
2.1.5 Patofisiologi	8
2.1.6 Faktor penyebab	9
2.1.7 Gejala Dismenore	11
2.1.8 Diagnosis	11
2.1.9 Penanganan Dismenore	12
2.2 Konsep Vinyasa Yoga	15
2.2.1 Pengertian	15
2.2.2 Manfaat Vinyasa Yoga	15
2.2.3 Gerakan Vinyasa Yoga	15
2.2.4 Pengaruh Vinyasa Yoga Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Dismenore Primer remaja	18

2.3 Konsep Remaja	21
2.3.1 Pengertian Remaja	21
2.3.2 Perubahan Fisik Pada Remaja	21
2.3.3 Perubahan Psikologi Pada Remaja	23
2.3.4 Perkembangan Perilaku Remaja	24
2.4 Kerangka Konseptual	26
2.5 Hipotesis	26
BAB 3 METODE PENELITIAN	28
3.1 Jenis Penelitian	28
3.2 Rancangan Penelitian	28
3.3 Kerangka Operasional	30
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	31
3.5 Populasi	31
3.6 Sampel, Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel	31
3.6.1 Sampel Penelitian	31
3.6.2 Besar Sampel	32
3.6.3 Cara Pengambilan Sampel	32
3.7 Variabel Penelitian	33
3.7.1 Variabel Independent (Variabel Bebas)	33
3.7.2 Variabel Dependent (Variabel Terikat)	33
3.8 Definisi Operasional	34
3.9 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	34
3.10 Teknik Pengolahan dan Analisa Data	35
3.10.1 Teknik Pengolahan	35
3.10.2 Analisa Data	36
3.11 Keterbatasan	36
3.12 Etik Penelitian	37
BAB 4 HASIL PENELITIAN	39
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian	39
4.2 Data Umum	40
4.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	40
4.3 Data Khusus	41
4.3.1 Uji Normalitas	41
4.3.2 Tingkat Dismenorea Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Vinyasa Yoga pada remaja	42
BAB 5 PEMBAHASAN	43
5.1 Intensitas Nyeri Dismenorea Primer Sebelum Pemberian Terapi Vinyasa Yoga	43
5.2 Intensitas Nyeri Dismenorea Primer Sesudah Pemberian Terapi Vinyasa Yoga	44
5.3 Pengaruh Terapi Vinyasa Yoga Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Primer	46
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN	49
6.1 Simpulan	49
6.2 Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51