

DAFTAR GAMBAR

	Judul	Halaman
Gambar 2.2	<i>Numerikal Rating Scale</i>	9
Gambar 2.3	<i>Catch Stretch Gerakan Pertama</i>	13
Gambar 2.4	<i>Catch Stretch Gerakan Kedua</i>	13
Gambar 2.5	<i>Catch Stretch Gerakan Ketiga</i>	13
Gambar 2.6	<i>Lower Trunk Rotation Gerakan Pertama</i>	14
Gambar 2.7	<i>Lower Trunk Rotation Gerakan Kedua</i>	14
Gambar 2.8	<i>Lower Trunk Rotation Gerakan Ketiga</i>	14
Gambar 2.9	<i>Bottock/Hip Stretch</i>	15
Gambar 2.10	<i>Abdominal Strengthening Curl Up Pertama</i>	15
Gambar 2.11	<i>Abdominal Strengthening Curl Up Kedua</i>	16
Gambar 2.12	<i>Lower Abdominal Stretching Gerakan Pertama</i>	16
Gambar 2.13	<i>Lower Abdominal Stretching Gerakan Kedua</i>	16
Gambar 2.14	<i>The Bridge Possition</i>	17
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Pengaruh <i>Abdominal Stretching Exercise</i> Terhadap Tingkat Dismenore Pada Remaja D3 Keperawatan Tuban.....	21
Gambar 4.2	Kerangka Kerja Pengaruh <i>Abdominal Stretching Exercise</i> Terhadap Tingkat Nyeri Haid (Dismenore) pada Remaja D3 Keperawatan Kampus Tuban.....	24