

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Keaslian penelitian pengaruh latihan peregangan perut terhadap intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Pangarengan	26
Tabel 4. 1 Rancangan One Group Pretest-Posttest Desain	32
Tabel 4. 2 Definisi operasional pengaruh latihan peregangan perut terhadap intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Pangarengan.	35
Tabel 5. 1 Karakteristik remaja putri di SMPN 1 Pangarengan yang mengalami nyeri menstruasi	45
Tabel 5. 2 Intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Pangarengan sebelum dilakukan latihan peregangan perut pada bulan bulan September-November 2025	46
Tabel 5. 3 Intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Pangarengan setelah dilakukan latihan peregangan perut pada bulan bulan Oktober-November 2025	46
Tabel 5. 4 Uji Wilcoxon intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Pangarengan sebelum dan setelah latihan peregangan perut pada remaja putri di SMPN 1 Pangarenga bulan September-November 2025	47