**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 *Verbal Description Scale (VDS) ………………………………………*.32

Gambar 2.2 Numeric Rating Scale ……………………………………………34

Gambar 2.3 Skala Nyeri Oucher Versi Orang Afrika-Amerika ……...…………35

Gambar 2.4 Skala Wajah ……………………………………………..………….35

Gambar 2.5 *Hot Cream* …………………………………………………….…40

Gambar 2.6 Koyo atau *Hot Patch* …………………………………………….…41

Gambar 2.7 Kantung Panas atau *Hot Pack*………………………………..……42

Gambar 2.8 Tanki Whirlpool ……………………………………………….…..42

Gambar 2.9 Parafin Bath ………………………………………………………43

Gambar 2.10 Contrast Bath ………………………………………………………44

Gambar 2.11 Kerangka Kerja Konseptual pada Teori Kenyamanan ……….……49

Gambar 2.12 Kerangka Konsep Pengaruh Termoterapi *Hot-pack* terhadap Tingkat Kenyamanan (Nyeri) Remaja Putri pada saat Mengalami *Dysmenorrhea* di SMKS Plus Al-Maarif Singosari. ……………....52

Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian “Pengaruh Termoterapi *Hot-pack* terhadap Tingkat Kenyamanan (Nyeri) Remaja Putri pada saat Mengalami *Dysmenorrhea* ” ………………54

Gambar 3.2 Kerangka Kerja “Pengaruh Termoterapi *Hot-pack* terhadap Tingkat Kenyamanan (Nyeri) Remaja Putri pada saat Mengalami *Dysmenorrhea*” …………………………………………………… 55

Gamber 3.3 *Hot-Pack / Cold-pack ……………………………………………………*63

Gambar 3.4 Digital Thermometer ………………..…….……………………....64

Gambar 3.5 Teko Listrik Plastik ……………………….………………………64

Gambar 3.6 Washlap ………………………………..………..……………….65

Gambar 3.7 Sabuk Kompres …………………………………………..…………67