

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN PENGUJI	iii
KATA PENGANTAR	iv
INTISARI	vi
DAFTAR ISI	vii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Diabetes Mellitus	5
1. Pengertian.....	5
2. Klasifikasi	5
3. Gejala	7
4. Dampak	7
B. Distres.....	7
1. Pengertian.....	7
2. Tanda-tanda.....	8
3. Faktor Berhubungan	9
4. Penanganan.....	12
5. Dampak	12
6. Sub Skala Emosional	12
7. Alat Ukur.....	13
C. Senam Ergonomis	14

1. Pengertian.....	14
2. Manfaat Secara Umum	15
3. Manfaat Setiap Gerakan.....	15
4. Langkah-langkah.....	19
D. Senam Ergonomis Untuk Distres Diabetes Mellitus.....	21
E. Booklet.....	21
1. Pengertian	22
2. Manfaat	22
3. Dampak.....	22

BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN.....Error! Bookmark not defined.

A. Media Boseen	Error! Bookmark not defined.3
1. Tema	Error! Bookmark not defined.3
2. Tujuan.....	Error! Bookmark not defined.3
3. Isi Boseen.....	Error! Bookmark not defined.3
B. Waktu	Error! Bookmark not defined.3
C. Alur Pembuatan.....	Error! Bookmark not defined.3
D. Design Pembuatan Media.....	Error! Bookmark not defined.3

BAB IV LUARAN YANG DICAPAI.....Error! Bookmark not defined.5

BAB V PENUTUP.....Error! Bookmark not defined.2

A. Kesimpulan.....**Error! Bookmark not defined.**2

B. Saran.....**Error! Bookmark not defined.**2

DAFTAR

PUSTAKA.....**Error!**

Bookmark not defined.3

Lampiran