

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	
SAMPUL DALAM	i
PERSYARATAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	ii
PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
INTISARI	viii
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
A. Pengetahuan	4
1. Pengertian	4
2. Tingkat pengetahuan	4
3. Faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan	6
B. Konsep Dasar Dismenore	8
1. Pengertian dismenore	8
2. Penyebab dismenore	8
3. Tanda gejala dismenore	10
4. Patofisiologi dismenore	10
5. Waktu pengukuran dismenore	11
6. Intensitas nyeri dismenore	12
7. Standar operasional prosedur pengukuran intensitas nyeri dismenore dengan numeric pain rating scale	12
8. Penatalaksanaan dismenore	13
C. Teknik Relaksasi Otot Progresif	14
1. Pengertian relaksasi otot progresif	14
2. Waktu dan dosis pemberian relaksasi otot progresif	14
3. Standar operasioanl prosedur relaksasi otot progresif	14

4. Pengaruh relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri dismenore.....	19
D. Keaslian	20
BAB III DISKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN.....	21
A. Media Booklet	21
1. Pengertian	21
2. Kelebihan dan keterbatasan booklet	21
B. Pedoman Pembuatan Booklet.....	22
1. Tema	22
2. Tujuan	23
3. Isi media booklet	23
C. Langkah-Langkah Pembuatan Booklet	24
1. Cara mengatur kertas booklet.....	24
2. Cara membuat halaman booklet	25
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI.....	26
BAB V PENUTUP.....	29
A. Kesimpulan	29
B. Saran	29
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	