

## DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN .....	i
SAMPUL DALAM .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KIE .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
PENGESAHAN PENGUJI .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi-vii
ABSTRAK .....	viii
ABSTRACT .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>4</b>
A. Konsep Masa Nifas .....	4
1. Pengertian Masa nifas .....	4
2. Tahapan Masa Nifas .....	5
3. Tujuan Asuhan Masa Nifas.....	5
4. Perubahan Fisiologis Masa Nifas.....	5
B. Konsep Involusi Uterus.....	9
1. Pengertian Involusi Uterus .....	9
2. Perubahan Involusi Uterus.....	9
3. Proses Involusi Uterus .....	10
4. Faktor Yang Mempengaruhi Involusi Uterus .....	11
C. Konsep Senam Nifas.....	11
1. Pengertian .....	12
2. Waktu Pelaksanaan Senam Nifas.....	12
3. Langkah Persiapan Senam Nifas .....	13
4. Hubungan Senam Nifas terhadap Penurunan Fundus Uterus .....	13
5. Manfaat Senam Nifas.....	13
6. Indikasi dan Kontra Indikasi .....	14
7. Gerakan Senam Nifas .....	14
D. Konsep Video .....	16
1. Pengertian Video .....	16
2. Karakteristik Video .....	17
3. Kelebihan Video .....	18
4. Kekurangan Video .....	18
5. Tujuan Video .....	18
6. Manfaat Video .....	18
7. Ketetapan Solusi .....	19
<b>BAB III DESKRIPSI YANG DIHASILKAN .....</b>	<b>20</b>
A. Nama Project Luaran .....	20
B. Tujuan Project Luaran .....	20

C. Keaslian Karya Project .....	20
D. Deskripsi Desain Project secara Naratif .....	21
1. Tahap Pra Produksi .....	21
2. Tahap Produksi .....	27
3. Tahap Pasca Produksi .....	28
4. Tidak Plagiat .....	29
5. Isi Vidio .....	30
<b>BAB IV LUARAN YANG DICAPAI .....</b>	<b>32</b>
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>34</b>
A. Kesimpulan .....	34
B. Saran .....	35
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>36</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>38</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Perubahan Uterus Pasca Persalinan .....	10
Gambar 4. 1 Cover Video .....	32
Gambar 4. 2 Materi Video .....	33
Gambar 4, 3 Tindakan Teknik Senam .....	33
Gambar 4. 4 Penutup.....	33

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Perubahan Uterus pasca persalinan.....	9
Tabel 3.1 Penyusunan Garis Besar Isi Video.....	21
Tabel 3.2 Penyusunan Jabaran media Video .....	22
Tabel 3.3 Penyusunan Naskah .....	23

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Konsul .....	38
---------------------------------	----

## DAFTAR SINGKATAN

HKI	Hak Kekayaan Intelektual
KIE	Komunikasi, Informasi dan Edukasi
Riskesdas	Riset Kesehatan Dasar
WHO	<i>World Health Organization</i>
AKI	Angka Kematian Ibu
TFU	Tinggi Fundus Uteri
Kemenkes	Kementrian Kesehatan
HPP	<i>Hemorrhagic Postpartum</i>