

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN KIE.....	ii
PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN PENGUJI	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI.....	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan teori	3
1. Definisi Kehamilan	3
2. Definisi Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester Ke III .	
a. Jenis –Jenins Nyeri	7
b. Factor Yang Mempengaruhi Nyeri	7
c. Intensitas Nyeri	8
d. Etiologi Myeri Punggung	9
e. Dasar Fisiologi Nyeri Punggung	9
f. Patofisiologi Nyeri Punggung	9
g. Klasifikasi Nyeri Punggung	11
h. Dampak Nyeri Punggung.....	11
B. Sejarah Brithingball/Gymball.....	12
1. Tujuan Brithing Ball /Gymball	13
2. Manfaat Brithing Ball / Gymball	15
3. Penggunaan Brithing Ball/Gymball.....	16
4. Gerakkan Dengan Menggunakan Brithing Ball/ Gymball.....	16
5. Metode Latihan / Gerakkan Yang Lain Dengan Menggunakan Brithing Ball/Gymball	18
6. Teknik Pemakain Birthing Ball/Gymball.....	19
7. Penerpan Asuhan Dalam Penggunaan Birthing Ball / Gymball	20
8. Indikasi Dan Kontraindikasi.....	21
BAB III DISKRIPSI DESAIN YANG DI HASILKAN	
A. Nama Projek Luaran.....	24
B. Tujuan Projek Luaran	24
C. Keaslian Karya Projek	25
D. Deskripsi Desain Projek Luaran.....	25
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	33

B. Saran.....	33
a. Bagi masyarakat	33
b. Bagi tenaga kesehatan	33
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

A. Gambar 2.1 Gymball.....	12
B. Gambar 4.1 Sampul vidio.....	30

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Uji Coba Hasil Projek Terhadap 5 responden.....	29
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

A. Lampiran 1 Jadwal kegiatan penyusunan.....	36
B. Lampiran 2 Lembar Konsultasi	37
C. Lampiran 3 Daftar Riwayat Hidup	39
D. Lampiran 4 Garis Besar Isi Media Video	41

DAFTAR SINGKATAN

KIE : Komunikasi Informasi dan Edukasi

HPHT : Hari Perkiraan Haid Terakhir

LBP : Low Back Pain (Nyeri Punggung Bawah)

SST : Sistem Saraf Tepi

SSP : Sistem Saraf Pusat