

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| SAMPUL DEPAN..... | i |
| SAMPUL DALAM..... | ii |
| PERNYATAAN KEASLIAN KOMUNIKASI INFORMASI EDUKASI..... | iii |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI..... | iv |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING..... | v |
| PENGESAHAN PENGUJI..... | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| INTISARI..... | ix |
| <i>SUMMARY</i> | x |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiii |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xv |
| DAFTAR SINGKATAN..... | xvi |
| DAFTAR SIMBOL..... | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 4 |
| A...Konsep Dasar Dismenore..... | 4 |
| 1.. Definisi Dismenore..... | 4 |
| 2.. Penyebab Dismenore..... | 4 |
| 3.. Klasifikasi Dismenore..... | 5 |
| 4.. Komplikasi Dismenore..... | 6 |
| 5.. Penatalaksanaan Dismenore..... | 6 |
| B...Teknik Relaksasi Nafas Dalam..... | 7 |
| 1.. Definisi Dan Tujuan..... | 7 |
| 2.. Manfaat Teknik Relaksasi Nafas Dalam..... | 7 |
| 3.. Indikasi dan Kontra Indikasi..... | 7 |
| 4.. Alat & Bahan..... | 8 |
| 5.. Langkah-Langkah Teknik Relaksasi Nafas Dalam..... | 8 |
| C...Konsep Dasar Media <i>Video Animasi</i> | 9 |
| 1.. Pengertian Media <i>Video Animasi</i> | 9 |
| 2.. Manfaat Media Video Animasi..... | 10 |
| 3.. Kelebihan dan Kekurangan Media <i>Vidio Animasi</i> | 10 |
| 4.. Relevansi <i>Video Animasi</i> | 11 |
| 5.. Ketepatan Solusi Yang Ditawarkan..... | 11 |
| BAB III DISKRIPSI YANG DIHASILKAN | 12 |
| A...Nama <i>Project</i> Luaran..... | 12 |
| B...Tujuan <i>Project</i> Luaran..... | 12 |
| C...Keaslian Karya <i>Project</i> | 12 |
| D...Deskripsi Desain <i>Project</i> Luaran Secara Naratif..... | 14 |
| E...Garis Besar Isi Media..... | 16 |
| F...Penyusunan Jabaran Materi Media..... | 17 |
| G...Uji Coba Media..... | 19 |
| BAB IV LUARAN YANG DICAPAI | 20 |

| | |
|-----------------------------|----|
| BAB V PENUTUP | 21 |
| A...KESIMPULAN..... | 21 |
| B...SARAN..... | 21 |
| DAFTAR PUSTAKA | 22 |
| LAMPIRAN | 25 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2.1 Posisi Duduk Santai..... | 9 |
| Gambar 2.2 Langkah Menarik Nafas Dalam..... | 9 |
| Gambar 2.3 Tahan Nafas Saat Relaksasi..... | 9 |
| Gambar 2.4 Hembuskan Nafas Perlahan..... | 10 |
| Gambar 4.1 Cover Video Edukasi..... | 21 |
| Gambar 4.2 Tampilan Isi Video Edukasi..... | 21 |
| Gambar 4.3 Tampilan Akhir Video Edukasi..... | 21 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Garis Besar Isi Media..... | 17 |
| Tabel 3.2 Uji Coba..... | 20 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1 Lembar Konsultasi Tugas Akhir..... | 24 |
| Lampiran 2 Informed Consent..... | 26 |
| Lampiran 3 Lembar Kuisisioner..... | 29 |
| Lampiran 4 Foto Kegiatan..... | 32 |
| Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup..... | 33 |

DAFTAR SINGKATAN

| | |
|--------------|---|
| <i>WHO</i> | <i>World Health Organization</i> |
| <i>KIE</i> | <i>Komunikasi Informasi Edukasi</i> |
| <i>HKI</i> | <i>Hak Kekayaan Intelektual</i> |
| <i>NSAID</i> | <i>Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs</i> |
| <i>SD</i> | <i>Sekolah Dasar</i> |
| <i>SMP</i> | <i>Sekolah Menengah Pertama</i> |
| <i>SMA</i> | <i>Sekolah Menengas Atas</i> |
| <i>EBN</i> | <i>Evidence-Based Nursing</i> |
| <i>SPSS</i> | <i>Statiscal Package For The Socil Scienses</i> |
| <i>PPT</i> | <i>Power Point Presentation</i> |
| <i>PDF</i> | <i>Portable Document Format</i> |

DAFTAR SIMBOL

| | |
|----------|-------------------------------|
| $\%$ | <i>Persentase</i> |
| \geq | <i>Lebih Dari</i> |
| \leq | <i>Kurang Dari</i> |
| $+$ | <i>Positif / Tanda Tambah</i> |
| $-$ | <i>Negatif / Tanda Kurang</i> |
| \times | <i>Perkalian</i> |
| $:$ | <i>Rasio</i> |
| \pm | <i>Plus-Minus</i> |
| n | <i>Jumlah Sampel</i> |