

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
INTISARI	ix
ESSENCE	x
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Menstruasi	5
1. Definisi	5
2. Proses Terjadinya Menstruasi	5
3. Tanda dan gejala menstruasi	8
4. Perubahan fisiologis saat menstruasi	9
5. Hormon-hormon yang mempengaruhi siklus menstruasi	9
B. Nyeri Menstruasi	10
1. Definisi	10
2. Proses Terjadinya Nyeri.....	11
3. Macam-macam nyeri menstruasi	13
4. Penatalaksanaan nyeri.....	13
5. Instrumen pengukuran skala nyeri.....	14
6. Metode penilaian nyeri OPQRST	15
7. Pencegahan untuk menghindari nyeri menstruasi	16
C. Aromaterapi lemon.....	16
1. Definisi	16
2. Cara penggunaan aromaterapi	17
3. Bentuk-bentuk aromaterapi.....	17

4. Manfaat aromaterapi lemon	18
5. Kandungan aromaterapi lemon	19
D. Ketepatan Solusi Yang Ditawarkan	19
E. Media Poster	21
1. Definisi.....	21
2. Tujuan Media Poster.....	21
BAB III DISKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN.....	22
A. Jenis Media	22
B. Tema KIE (Komunikasi Informasi Dan Edukasi).....	22
C. Desain Poster	22
D. Ketentuan Pembuatan Poster	23
E. Isi Poster.....	25
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI.....	29
A. Hasil Luaran.....	29
B. Kriteria Dan Pengusulan.....	29
BAB V PENUTUP	30
A. Kesimpulan	30
B. Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	