

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Luaran	4
C. Tujuan Luaran	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Hipertensi	5
B. Nyeri Kepala	14
C. Relaksasi otot progresif	20
D. Media Buku Saku	29
E. Pemilihan Media Buku Saku	31
F. Keaslian Luaran	32
BAB III DISKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN	34
A. Tema	34
B. Tujuan	34
C. Pedoman Pembuatan Media Buku Saku	34
D. Pokok Bahasan	35
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	37
BAB V PENUTUP	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran	38
Daftar Pustaka	39
Lampiran	43