

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Dismenorea	6
1. Definisi Dismenorea.....	6
2. Anatomi Endometrium	7
a. Definisi Endometrium	7
3. Fisiologi Dismenorea	8
4. Faktor Penyebab Dismenorea.....	9

5. Penatalaksanaan Dismenorea	14
6. Pencegahan Dismenorea	17
7. Pengukuran Skala Dismenorea	17
8. Pengukuran Status Emosi (Tingkat Stress) Dengan Kuesioner Perceived Stress Scalee	19
B. Senam Pilates	21
1. Definisi Senam Pilates.....	21
2. Manfaat Senam Pilates	22
3. Teknik.....	22
C. Akupresur Titik Li4 (Titik Hegu)	25
1. Definisi Akupresur Titik Li4	25
2. Manfaat Akupresur Tititk Li4.....	26
3. Anatomi Titik Li4.....	26
4. Teknik Akupresur Titik Li4.....	27
D. Keterkaitan Senam Pilates Dan Akupresur Titik Li4 (Titik Hegu) Terhadap Dismenorea Primer.....	27
E. Penelitian Terdahulu	30
F. Kerangka Berfikir	31
BAB III METODE STUDI KASUS	32
A. Desain Penelitian	32
B. Tempat Dan Waktu	32
C. Subjek Penelitian.....	33
D. Metode Pengumpulan Data	34
E. Metode Keabsahan Data	40
F. Metode Analis Data	40
G. Etika Penelitian	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Informasi Partisipan	41
B. Pengukuran Skala Dismenorea	46
1. Karakteristik Berdasarkan Aktivitas Fisik	46
2. Karakteristik Berdasarkan Status Emosi	47

3. Karakteristik Berdasarkan Olahraga	48
4. Karakteristik Intensitas Nyeri	49
C. Pembahasan	49
BAB V PENUTUP	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55

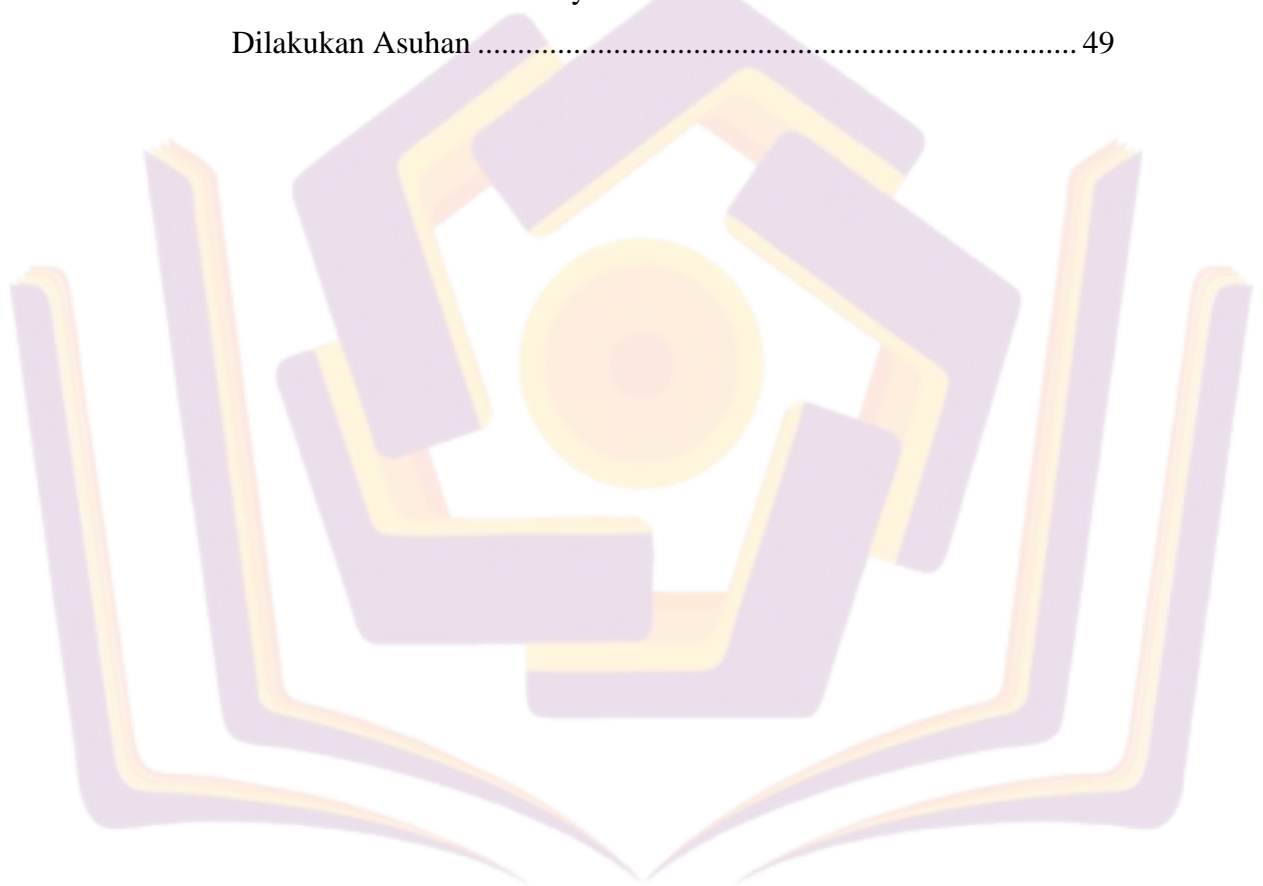
DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kuesioner Percived Stress Scale	19
Tabel 3.1 Instrumen Penelitian	35
Tabel 4.1 Karakteristik Partisipan Berdasarkan Aktivitas Fisik	46
Tabel 4.2 Karakteristik Partisipan Berdasarkan Status Emosi	47
Tabel 4.3 Karakteristik Partisipan Berdasarkan Olahraga	48
Tabel 4.4 Karakteristik Intensitas Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Asuhan	49



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Endometrium.....	7
Gambar 2.2 Skala Nyeri NRS	18
Gambar 2.3 Gerakan Child Pose	23
Gambar 2.4 Gerakan Cat And Cow	23
Gambar 2.5 Gerakan Legs Up The Wall	24
Gambar 2.6 Gerakan Reclined Hero	24
Gambar 2.7 Anatomi Titik Li4.....	27



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.131



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan Calon Partisipan
- Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Partisipan 1
- Lampiran 3. Persetujuan Menjadi Partisipan 2
- Lampiran 4. Persetujuan Menjadi Partisipan 3
- Lampiran 5. Dokumen Asuhan Kebidanan Partisipan 1
- Lampiran 6. Dokumen Asuhan Kebidanan Partisipan 2
- Lampiran 7. Dokumen Asuhan Kebidanan Partisipan 3
- Lampiran 8. SOP Senam Pilates
- Lampiran 9. SOP Akupresur Titik Li4
- Lampiran 10. Lembar Observasi Bulan April
- Lampiran 11. Lembar Observasi Bulan Mei
- Lampiran 12. Kuesioner Aktivitas Fisik dan Olahraga
- Lampiran 13. Kuesioner Status Emosi
- Lampiran 14. Dokumentasi
- Lampiran 15. Lembar Konsul Bimbingan
Biodata Peneliti