

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN SAMPUL DALAM	i
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Masyarakat.....	6
1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan.....	6
1.4.3 Penulis.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1. Konsep Kehamilan	7
2.1.1 Pengertian Kehamilan.....	7
2.1.2 Perubahan Fisik dan Psikologis pada Trimester III	8
2.1.3 Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester III	11
2.2. Konsep Nyeri Punggung	12
2.2.1 Pengertian Nyeri Punggung.....	12
2.2.2 Penyebab Nyeri Punggung.....	13
2.2.3 Pengukuran Intensitas Nyeri Punggung.....	14

2.3. Manajemen Nyeri	17
2.3.1 Pendekatan Farmakologi.....	17
2.3.2 Pendekatan Non Farmakologi.....	17
2.4. Konsep Relaksasi Otot Progresif.....	18
2.4.1 Pengertian Relaksasi Otot Progresif	18
2.4.2 Mekanisme Kerja Relaksasi Otot Progresif.....	18
2.4.3 Manfaat Relaksasi Otot Progresif	20
2.5. Kerangka Konseptual	21
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	22
3.1. Rancangan Penelitian	22
3.2. Subyek Penelitian	22
3.3. Fokus Studi.....	23
3.4. Definisi Operasional Fokus Studi.....	23
3.5. Instrumen Penelitian.....	24
3.6. Metode Pengumpulan Data	25
3.7. Tempat dan Waktu Penelitian	27
3.8. Analisis Data dan Penyajian Data	27
3.9. Etika Penelitian.....	27
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	29
4.1. Hasil Penelitian.....	29
4.2. Pembahasan	32
4.3. Keterbatasan Penelitian	35
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	36
5.1. Kesimpulan.....	36
5.2. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN – LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	23
Tabel 4.1	Karakteristik Subyek.....	30
Tabel 4.2	Hasil pengukuran skala nyeri punggung bagian bawah Subyek 1 dan 2 sebelum (pre) dan sesudah (post) diberikannya Relaksasi Otot Progresif selama 7 hari.....	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Pengukur Nyeri.....	16
Gambar 2.2 Kerangka Konseptual	21

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 *Inform Consent* Subyek 1
- Lampiran 3 *Inform Consent* Subyek 2
- Lampiran 4 Instrumen Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Hasil Observasi Skala Nyeri
- Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur (SOP)
- Lampiran 7 Formulir Pengajuan Judul
- Lampiran 8 Formulir Kesiadaan Pembimbing 1
- Lampiran 9 Formulir kesiadaan pembimbing 2
- Lampiran 10 Log Book Bimbingan Proposal
- Lampiran 11 Surat izin penelitian Poltekkes Kemenkes Riau
- Lampiran 12 Surat rekomendasi penelitian DPMPTSP
- Lampiran 13 Surat izin penelitian KESBANGPOL
- Lampiran 14 Surat izin penelitian Dinas Kesehatan
- Lampiran 15 Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 16 Dokumentasi Kegiatan Penelitian