

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Perumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.5.1 Tujuan Umum	5
1.5.2 Tujuan Khusus	5
1.6 Manfaat Penelitian	6
1.6.1 Peneliti	6
1.6.2 Institusi Pendidikan	5
1.6.3 Responden.....	5
1.7 Kaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2. Remaja.....	11
2.1 Pengertian Remaja	11
2.2 Tahapan Pertumbuhan & Perkembangan Remaja.....	11
2.3 Kebutuhan Gizi pada Pertumbuhan Remaja.....	12
2.4 Faktor-faktor yang berpengaruh pada Gizi Remaja.....	13
2.5 Permasalahan Gizi yang dialami Remaja	14
3. Menstruasi.....	14
3.1 Pengertian Menstruasi.....	15
3.2 Mekanisme menstruasi.....	15

3.3 Perubahan Siklus Menstruasi.....	16
3.4 Hormon Yang Berperan dalam Menstruasi.....	17
3.5 Jenis Gangguan Siklus Menstruasi.....	17
3.6 Tanda & Gejala Menstruasi.....	19
3.7 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi.....	19
4. Status Gizi.....	20
4.1 Pengertian Status Gizi	20
4.2 Penilaian Status Gizi.....	20
4.3 Metode pengukuran Status Gizi.....	20
4.4 Klasifikasi Status Gizi.....	21
4.5 Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Status Gizi.....	22
4.6 Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi.....	22
5. Asupan Zat Gizi Makro.....	23
6. Asupan Zat Gizi Mikro.....	25
7. Kerangka Berfikir.....	27
8. Kerangka Konsep.....	29
9. Hipotesis Penelitian.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Jenis Penelitian.....	30
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	30
3.3 Populasi Dan Sampel	30
3.4 Jenis Pengumpulan Data	31
3.5 Instrumen Penelitian	31
3.6 Definisi Konseptual.....	32

3.7 Definisi Operasional	33
3.8 Pengolahan Data.....	37
3.9 Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	38
4.1 Gambaran Umum.....	38
4.2 Visi dan Misi SMP Gatra.....	38
4.3 Analisis Univariat.....	38
4.4 Analisis Bivariat.....	43
BAB V PEMBAHASAN.....	46
5.1 Karakteristik Usia.....	46
5.2 Status Gizi.....	46
5.3 Siklus Menstruasi.....	47
5.4 Asupan zat gizi makro dan mikro berdasarkan Status Gizi.....	48
5.5 Asupan zat gizi makro dan mikro berdasarkan Siklus Menstruasi.....	53
5.6 Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB VI KESIMPULAN & SARAN.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57

Daftar Tabel

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian	5
Tabel 2.1 Klasifikasi Status Gizi.....	19
Tabel 2.2. Angka Kecukupan Gizi Karbohidrat.....	21
Tabel 2.3. Angka Kecukupan Gizi Protein	22
Tabel 2.4. Angka Kecukupan Gizi Lemak.....	22
Tabel 2.5 Angka Kecukupan Gizi Kalsium	23
Tabel 2.6 Angka Kecukupan Gizi Magnesium	24
Tabel 2.7 Angka Kecukupan Gizi Zat Besi.....	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional	33
Tabel 4.1 Tabel Uji Normalitas.....	39
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Umur Responden.....	40
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden.....	40
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Responden.....	41
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Asupan makro & mikro dengan Status Gizi.....	41
Tabel 4.6 Perbedaan Asupan makro & mikro berdasarkan Status gizi.....	43
Tabel 4.7 Perbedaan Asupan makro & mikro berdasarkan Siklus Menstruasi.....	44

Daftar Gambar

Gambar 2.3 Kerangka Berpikir	26
Gambar 2.4. Kerangka Konsep	27



Daftar Lampiran

Lembar Penjelasan Responden

Lembar Persetujuan Sebagai Responden

Kuesioner karakteristik

Formulir Food Recall 24 Jam