

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
DAFTAR GRAFIK	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
1.7 Keterbaruan Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Remaja	10
2.2 Dismenore	10
2.3 Kebugaran	19
2.4 Protein	23
2.5 Zat Besi	25
2.6 Hubungan Kebugaran Dengan Kejadian Dismenore	28
2.7 Hubungan Konsumsi Protein Dengan Kejadian Dismenore	29
2.8 Hubungan Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Dismenore	29
2.9 Kerangka Teori	30
2.10 Kerangka Konsep	31
2.11 Hipotesis	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Jenis Penelitian	32
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	32
3.3 Populasi dan Sampel	32
3.4 Teknik Pengambilan Sampel	34
3.5 Instrumen Penelitian	34
3.6 Metode Pengumpulan Data	34
3.7 Definisi Konseptual	35
3.8 Definisi Operasional	35
3.9 Alur dan Prosedur Penelitian	37

3.10 Pengolahan dan Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	39
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39
4.2 Analisis Univariat	39
3.3 Uji Normalitas	44
3.4 Analisis Bivariat	45
BAB V PEMBAHASAN	47
BAB VI PENUTUP	55
6.1 Kesimpulan	55
6.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan Disminore Primer dan Sekunder	13
Tabel 2.2 Kategori Kebugaran Fisik	23
Tabel 2.3 Kandungan Zat Besi dalam Makanan	28
Tabel 2.4 Angka Kecukupan Zat Besi	28
Tabel 4.1 Distribusi Umur Responden	40
Tabel 4.2 Status Dismenore	40
Tabel 4.3 Intensitas Nyeri Dismenore Responden	41
Tabel 4.4 Uji Normalitas	44
Tabel 4.5 Analisis Uji Perbedaan Asupan Protein	45
Tabel 4.6 Analisis Uji Perbedaan Asupan Zat Besi	45
Tabel 4.7 Analisis Uji Perbedaan Kebugaran	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pengukuran Numeric Rating Scale NRS 18
Gambar 2 Alur Penelitian 37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Inform Consent.....	62
Lampiran 2. Kuesioner Dismenore.....	65
Lampiran 3. Kuesioner Intensitas Nyeri.....	66
Lampiran 4. Kuesioner Bleep Test.....	67
Lampiran 5. Kuesioner SQ-FFQ.....	69
Lampiran 6. Hasil Analisis Data.....	71
Lampiran 7. Dokumtasi Kegiatan Penelitian.....	81
Lampiran 8. Ethical Clearance.....	82

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Distribusi Skor Kebugaran	42
Grafik 2 Distribusi Asupan Protein	43
Grafik 3 Distribusi Asupan Zat Besi	44