

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN .....	xv
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. LandasanTeori .....	7
1. Konsep Dasar Premenstrual Syndrome .....	7
a. Pengertian Premenstrual Syndrome.....	7
b. Etiologi Premenstrual Syndrome.....	8
c. Gejala Premenstrual Syndrome .....	9
d. Tipe-tipe Gejala Premenstrual Syndrome.....	12
e. Penanganan Premenstrual Syndrome .....	14
f. Pencegahan Premenstrual Syndrome.....	16
g. Faktor Yang Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome .....	19
2. Konsep Dasar Remaja.....	24
a. Pengertian Remaja.....	24
b. Ciri-ciri Remaja .....	25
c. Perubahan Fisik Pada Remaja .....	28
d. Perubahan Psikologis Pada Remaja.....	29
e. Tahap Remaja .....	29
B. Kerangka Konseptual Penelitian .....	31
<b>BAB III : METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	33
B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	34
C. Identifikasi Variabel .....	35
D. Definisi Operasional .....	36
E. Prosedur Pengumpulan Data.....	37
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	37

G. Pengolahan Data .....	38
H. Rencana Analisis Data .....	41
I. Etika Penelitian .....	41
J. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
K. Jadwal Penelitian .....	42
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN</b>	
A. Gambaran Lokasi Penelitian .....	43
B. Data Umum .....	44
C. Data Khusus .....	45
<b>BAB V : PEMBAHASAN</b>	
A. Faktor Stress .....	47
B. Faktor Pola Konsumsi .....	48
C. Faktor Pola Olahraga .....	48
<b>BAB VI : KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	51
B. Saran .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>54</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Gejala-gejala Premenstrual Syndrome .....	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	36
Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan usia .....	44
Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan faktor stress .....	45
Tabel 4.3 Distribusi responden berdasarkan faktor pola konsumsi .....	45
Tabel 4.4 Distribusi responden berdasarkan faktor pola olahraga.....	46

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep .....	31

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data.....	54
Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	55
Lampiran 3 Surat Keterangan Balasan Ijin Penelitian .....	56
Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	57
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	58
Lampiran 6 Format Pengumpulan Data .....	59
Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian .....	62
Lampiran 8 Lembar Konsultasi.....	65

## **DAFTAR SINGKATAN**

PMS : Pre Menstrual Syndrome

WHO : World Health Organization