

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Remaja	7
2.1.1 Definisi Remaja	7
2.2 Menstruasi	8
2.2.1 Definisi Menstruasi	8
2.2.2 Fisiologi dan Siklus Menstruasi	8
2.2.3 Tanda dan Gejala Menstruasi	10
2.2.4 Macam-macam Gangguan Menstruasi	10
2.3 Asupan Makanan	17
2.3.1 Definisi Asupan	17
2.3.2 Definisi dan Fungsi Makanan	17
2.3.2.1 Makronutrien	19
2.3.2.2 Mikronutrien	20
2.4 Status Gizi/ Indeks Massa Tubuh	27
2.4.1 Definisi Status Gizi	27
2.4.2 Definisi Indeks Massa Tubuh	27
2.4.3 Penilaian Status Gizi	28
BAB 3. KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	31
3.1 Kerangka Konsep	31
3.2 Hipotesis Penelitian	32

BAB 4. METODE PENELITIAN	33
4.1 Desain Penelitian	33
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	33
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	33
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	35
4.5 Teknik Pengumpulan Data	37
4.6 Instrumen Penelitian	38
4.7 Pengolahan Data	38
4.8 Analisis Data	39
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
5.1 Hasil.....	41
5.1.1 Gambaran Umum Jurusan Gizi Poltekkes Surabaya.....	41
5.1.2 Karakteristik Responden.....	41
5.1.3 Asupan Kalsium pada Responden.....	43
5.1.4 Asupan Magnesium pada Responden.....	43
5.1.5 Status Gizi Responden.....	44
5.1.6 Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i> pada Responden.....	45
5.1.7 Hubungan Asupan Kalsium Terhadap Kejadian PMS.....	46
5.1.8 Hubungan Asupan Magnesium Terhadap Kejadian PMS.....	47
5.1.9 Hubungan Status Gizi Terhadap Kejadian PMS.....	48
5.2 Pembahasan.....	50
5.2.1 Karakteristik Responden.....	50
5.2.2 Asupan Kalsium.....	50
5.2.3 Asupan Magnesium.....	52
5.2.4 Status Gizi.....	52
5.2.5 Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i>	53
5.2.6 Hubungan Asupan Kalsium Terhadap Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i>	54
5.2.7 Hubungan Asupan Magnesium Terhadap Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i>	55
5.2.8 Hubungan Status Gizi Terhadap Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i>	56
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
6.1 Kesimpulan.....	58
6.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Mineral dan Unsur Renik Essensial	21
Tabel 4.1 Definisi Operasional	35
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	42
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat/Kelas Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	42
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Kalsium Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	43
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Magnesium Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	44
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	45
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i> Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	46
Tabel 5.7 Hubungan Asupan Kalsium Terhadap Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i> Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	46
Tabel 5.8 Hubungan Asupan Magnesium Terhadap Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i> Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	48
Tabel 5.9 Hubungan Status Gizi Terhadap Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i> Responden di Jurusan Gizi Tahun 2020.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	Halaman 31
--------------------------------------	---------------

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	Lembar Persetujuan Ketersediaan menjadi Responden 63
Lampiran 2	Kuesioner <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS) 64
Lampiran 3	Formulir Identitas Responden 66
Lampiran 4	Formulir Recall 2x24 Jam 67
Lampiran 5	Dokumentasi Kegiatan..... 68
Lampiran 6	Hasil Uji Statistik..... 79
Lampiran 7	Data Hasil Recall Responden..... 71
Lampiran 8	Hasil Olah Data NutriSurvey..... 72
Lampiran 9	Master Tabel Penelitian..... 73

DAFTAR SINGKATAN

PMS	: <i>Premenstrual Syndrome</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
WHO	: <i>World Health Organization</i>
BPS	: Badan Pusat Statistik
UU	: Undang-undang
BTP	: Bahan Tambahan Pangan
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
BB	: Berat badan
TB	: Tinggi Badan
kg	: Kilogram
mg	: Miligram
m	: Meter
ml	: Mililiter