

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSYARATAN GELAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR SIMBOL</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.3.1 Tujuan Umum .....	2
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Bagi Institusi .....	3
1.4.2 Bagi SMKN Sumberrejo .....	3
1.4.3 Bagi Peneliti .....	3
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>4</b>
2.1 <i>Dismenorea</i> .....	4
2.1.1 Pengertian <i>Dismenorea</i> .....	4
2.1.2 Patofisiologi <i>Dismenorea</i> .....	5
2.1.3 <i>Dismenorea</i> Primer .....	5
2.1.4 Gejala <i>Dismenorea</i> Primer .....	6
2.1.5 Derajat <i>Dismenorea</i> Primer .....	7
2.1.6 Alat Ukur Nyeri <i>Dismenorea</i> Primer .....	7
2.2 Faktor Internal Penyebab <i>Dismenorea</i> .....	9

2.2.1 Usia <i>Menarche</i> .....	9
2.2.2 Durasi Menstruasi .....	10
2.2.3 Kejiwan .....	10
2.2.4 Konstitusi .....	11
2.2.5 Obstruksi Kelenjar Servikal.....	11
2.2.6 Endokrin.....	11
2.3 Faktor Eksternal .....	11
2.3.1 Status Gizi .....	11
2.3.2 Riwayat Keluarga.....	12
2.3.3 Tingkat Kecukupan Gizi.....	13
2.3.4 Kebiasaan Merokok.....	13
2.3.5 Konsumsi Alkohol .....	14
2.3.6 Kebiasaan Makan Cepat Saji ( <i>Junk Food</i> ).....	14
2.4 Asupan Zat Gizi.....	15
2.4.1 Zat Gizi Makro .....	15
2.4.2 Protein .....	15
2.4.3 Lemak.....	16
2.4.4 Karbohidrat.....	17
2.5 Faktor Yang Mempengaruhi Asupan Zat Gizi Makro .....	19
2.5.1 Lingkungan Teman Sebaya.....	19
2.5.2 Sosial Ekonomi.....	19
2.6 Pola Makan.....	20
2.6.1 Definisi Pola Makan.....	20
2.6.2 Komponen Pola Makan .....	21
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP.....</b>	<b>23</b>
3.1 Kerangka Konsep .....	23
3.2 Penjelasan Kerangka Konsep .....	24
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>26</b>
4.1 Jenis Penelitian .....	26
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian .....	26
4.2.1 Waktu Penelitian.....	26
4.2.2 Tempat Penelitian .....	26
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	26
4.3.1 Populasi .....	26

4.3.2 Sampel Penelitian.....	27
4.4 Definisi Operasional Variabel .....	27
4.4.1 Definisi Operasional Variabel.....	27
4.5 Teknik Pengumpulan Data .....	28
4.5.1 Jenis Data.....	28
4.5.2 Metode Pengumpulan Data.....	29
4.6 Instrumen dan Alat Penelitian .....	29
4.7 Pengolahan Data.....	30
4.8 Teknik Analisis Data.....	31
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>32</b>
5.1 Hasil Penelitian.....	32
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	32
5.1.2 Karakteristik Responden.....	33
5.1.3 Asupan Zat Gizi Makro.....	34
5.1.4 Kejadian <i>Dismenorea</i> Primer.....	36
5.1.5 Asupan Zat Gizi Makro dan Kejadian <i>Dismenorea</i> Primer.....	37
5.2 Pembahasan.....	39
5.2.1 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	39
5.2.2 Gambaran Asupan Energi Responden Berdasarkan Kejadian <i>Dismenorea</i> .....	40
5.2.3 Gambaran Asupan Protein Responden Berdasarkan Kejadian <i>Dismenorea</i> .....	41
5.2.4 Gambaran Asupan Lemak Responden Berdasarkan Kejadian <i>Dismenorea</i> .....	42
5.2.5 Gambaran Asupan Karbohidrat Responden Berdasarkan Kejadian <i>Dismenorea</i> .....	44
5.2.6 Gambaran Kejadian <i>Dismenorea</i> .....	45
5.2.7 Tabulasi Asupan Zat Gizi Terhadap Kejadian <i>Dismenorea</i> .....	46
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>50</b>
6.1 Kesimpulan.....	50
6.2 Saran.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>