

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	
SAMPUL DALAM.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
PENETAPAN PANITIA PENGUJI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
DAFTAR SINGKATAN, ISTILAH DAN ARTI LAMBANG	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4

1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Pre Menstrual Sindrom	6
2.1.1 Definisi Menstruasi.....	6
2.1.2 Definisi Pre Menstrual Sindrom.....	6
2.1.3 Faktor Penyebab Pre Menstrual Sindrom	7
2.1.4 Gejala Pre Menstrual Sindrom	9
2.1.5 Diagnosis Pre Menstrual Sindrom.....	10
2.1.6 Tipe Pre Menstrual Sindrom	11
2.1.7 Pencegahan dan Terapi Pre Menstrual Sindrom	13
2.2 Konsep Pengetahuan	15
2.2.1 Definisi Aktivitas Fisik	15
2.2.2 Jenis Aktivitas Fisik.....	16
2.2.3 Manfaat Aktivitas Fisik	17
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	18
2.2.5 Penilaian Aktivitas Fisik	19
2.3 Faktor Genetik.....	22
2.4 Konsep Hubungan Aktivitas Fisik dan Faktor Genetik dengan Pre Menstrual Sindrom.....	23
2.4.1 Pre Menstrual Sindrom pada Remaja	23
2.4.2 Aktivitas Fisik dengan Pre Menstrual Sindrom	24

2.4.3 Faktor Genetik dengan Pre Menstrual Sindrom	25
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	26
3.2 Hipotesis Penelitian	27
BAB 4 METODE PENELITIAN	
4.1 Jenis Penelitian	29
4.2 Rancangan Penelitian	30
4.3 Populasi, sampel dan teknik pengambilan sampel	31
4.3.1 Populasi	31
4.3.2 Sampel	31
4.3.3 Besar Sampel	31
4.3.4 Teknik Pengambilan Sampel	32
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	32
4.5 Variabel dan Definisi Operasional Variabel	32
4.5.1 Variabel Penelitian	32
4.5.2 Definisi Operasional dan Cara Mengukur	33
4.6 Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data	34
4.6.1 Prosedur Pengumpulan Data	34
4.7 Instrumen atau Alat Ukur	34
4.8 Pengolahan dan Analisis Data	34
4.8.1 Pengolahan Data	34
4.8.2 Analisis Data	35

4.9 Kerangka Operasional	36
4.10 <i>Ethical Clearance</i>	37
 BAB 5 HASIL DAN ANALISIS HASIL PENELITIAN	
5.1 Hasil Penelitian	39
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	39
5.2 Hasil Penelitian	39
5.2.1 Karakteristik Responden.....	40
5.2.2 Hasil data Khusus	41
5.2.3 Hasil Analisis Hubungan antara Aktivitas Fisik dan Faktor Genetik dengan Pre Menstrual Sindrom.....	42
 BAB 6 PEMBAHASAN	
6.1 Karakteristik Responden.....	44
6.2 Data Khusus	46
6.3. Analisis Hubungan	47
 BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	
7.1 Kesimpulan	51
7.2 Saran.....	51
 DAFTAR PUSTAKA	 53
 LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi absolut aktivitas fisik	20
Tabel 2.2 Klasifikasi aktivitas fisik	20
Tabel 2.3 Nilai MET (Metabolic Energy Turnover) dari beberapa aktivitas fisik	21
Tabel 4.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia remaja di di Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang pada September 2020	40
Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan siklus menstruasi pada remaja di Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang pada September 2020	40
Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan aktivitas fisik pada remaja di Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang pada September 2020	41
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan faktor genetik pada remaja di Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang pada September 2020	41
Tabel 5.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pre menstrual sindrom pada remaja di kecamatan Ploso Kabupaten Jombang pada September 2020	42
Tabel 5.6 Data hubungan aktivitas fisik dengan pre menstrual sindrom pada remaja di kecamatan Ploso Kabupaten Jombang	42

Tabel 5.7 Data hubungan faktor genetik dengan pre menstrual sindrom pada remaja di kecamatan Ploso Kabupaten Jombang	44
---	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	26
Gambar 4.1 Kerangka Rancangan penelitian	30
Gambar 4.2 Kerangka Operasional Penelitian	36

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1Jadwal Kegiatan Penelitian.....	56
Lampiran 2Surat permohonan ijin penelitian FK UNAIR.....	57
Lampiran 3Lembar permohonan menjadi responden	58
Lampiran 4Lembar persetujuan menjadi responden.....	59
Lampiran 5Alat ukur/kuesioner.....	60
Lampiran 6 Master sheet	69
Lampiran 7Hasil uji statistik	70

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

IMT	: Indeks Massa Tubuh
MET	: Metabolic Energy Turnover
PMS	: Pre Menstrual Sindrom
UKS	: Unit Kesehatan Sekolah