

DAFTAR ISI

Halaman judul	i
Halaman pernyataan tidak melakukan plagiat	ii
Halaman pengungkapan maksud penulisan skripsi	iii
Halaman persetujuan pembimbing	iv
Halaman pengesahan panitia penguji	v
Abstrak	vi
Abstract	vii
Kata pengantar	viii
Daftar isi	xi
Daftar tabel	xiii
Daftar gambar	xiv
Daftar skema	xiv
Daftar lampiran	xiv
BAB I: PENDAHULUAN	
I.1 Latar Belakang Masalah	1
I.2 Perumusan Masalah	10
I.3 Tujuan Penelitian	10
I.4 Manfaat Penelitian	10
I.5 Tinjauan Pustaka	
I.5.1 Siklus menstruasi	11
I.5.2 Hormon yang mempengaruhi siklus menstruasi	13
I.5.3 Faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi	15
I.5.4 Metabolisme wanita yang berolahraga dan yang jarang olahraga	18
I.5.5 olahraga dan siklus menstruasi	19
I.5.6 Manfaat olahraga untuk tubuh khususnya wanita	21
I.5.7 Gangguan menstruasi	23
I.6 Metode dan Prosedur Penelitian	
I.6.1 Pendekatan dan fokus penelitian	25
I.6.2 Tipe penelitian	26
I.6.3 Metode penelitian	26
I.6.4 Lokasi penelitian	26
I.6.5 Teknik pengumpulan data	27
I.6.6 Teknik pengambilan sampel	
I.6.6.1 Pengambilan sampel	27
I.6.6.2 Waktu pengambilan sampel	29
I.7 Teknik Analisis Data	29

BAB II: GAMBARAN UMUM PENELITIAN

II.1 Deskripsi Lokasi	
II.1.1 Kabupaten Sidoarjo	31
II.1.2 Kecamatan Gedangan	31
II.1.3 SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	32
II.2 Deskripsi Sampel	34

BAB III: TEMUAN DATA

III.1 Karakter sampel dan uji hipotesis	44
---	----

BAB IV: ANALISIS DATA

75

BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan	82
V.2 Saran	83

DAFTAR PUSTAKA

84

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner	
Lampiran 2 Transkrip wawancara	
Lampiran 3 Tabel menstruasi responden	
Lampiran 4 Tabel kegiatan responden dalam seminggu	
Lampiran 5 Tabel makanan responden dalam seminggu	
Lampiran 6 SPSS	

DAFTAR TABEL

I.1 Tabel presentase remaja wanita menurut usia menarche	2
I.2 Tabel frekuensi keteraturan siklus menstruasi	20
I.3 Tabel prevalensi gangguan menstruasi pada atlet	21
II.1 Tabel asal responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	35
II.2 Tabel etnis responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	36
II.3 Tabel usia responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	37
II.4 Tabel berat badan responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	38
II.5 Tabel tinggi badan responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	38
II.6 Tabel pekerjaan ayah responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	39
II.7 Tabel pekerjaan ibu responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	40
II.8 Tabel penghasilan keluarga responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	41
II.9 Tabel pengeluaran keluarga responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	42
II.10 Tabel jumlah saudara responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	43
III.1 Usia menarche responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	45
III.2 <i>Chi square</i> usia menarche anggota ekstrakurikuler basket dan bukan anggota ekstrakurikuler basket	46
III.3 <i>Chi square</i> usia menarche responden berdasarkan status ekonomi keluarga	47
III.4 Usia menarche ibu responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	49
III.5 Regresi usia menarche ibu dan usia menarche anggota ekstrakurikuler basket dan bukan anggota ekstrakurikuler basket	50
III.6 Rutin dan tidaknya siklus menstruasi responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	51
III.7 <i>Chi square</i> rutin dan tidaknya siklus menstruasi anggota ekstrakurikuler basket dan bukan anggota ekstrakurikuler basket	52
III.8 Panjang siklus menstruasi responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	54
III.9 <i>Chi square</i> panjang siklus menstruasi anggota ekstrakurikuler basket dan bukan anggota ekstrakurikuler basket	55
III.10 Menstruasi responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	56
III.11 Penyebab menstruasi tidak teratur menurut responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	57
III.12 Jarak terlambat menstruasi responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo	58
III.13 Gangguan fisiologis menstruasi yang dialami responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo saat menstruasi	59
III.14 Sering tidaknya Responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo mengalami gangguan fisiologis menstruasi	61
III.15 <i>Chi square</i> sering dan tidaknya mengalami gangguan fisiologis menstruasi anggota ekstrakurikuler basket dan bukan anggota ekstrakurikuler	62
III.16 Lamanya responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo mengalami gangguan fisiologis menstruasi	63

III.17 Cara responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo menghilangkan rasa nyeri menstruasi	64
III.18 Responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo berlatih basket dalam seminggu	66
III.19 <i>Chi square</i> banyaknya latihan basket dalam seminggu responden yang siklus menstruasinya rutin dan tidak rutin	66
III.20 Lama responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo berlatih basket dalam sehari	68
III.21 <i>Chi square</i> lamanya latihan basket dalam sehari responden yang siklus menstruasinya rutin dan tidak rutin	68
III.22 Responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo berolahraga selain basket	70
III.23 Olahraga yang dilakukan responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo selain basket	71
III.24 Berapa lama responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo berlatih selama seminggu	72
III.25 Responden SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo yang berolahraga saat menstruasi	72
III.26 Olahraga menghilangkan <i>badmood</i> saat menstruasi	73
III.27 Olahraga menghilangkan nyeri menstruasi	74
IV.1 Perbandingan rutin dan tidaknya siklus menstruasi responden anggota ekstrakurikuler basket dan responden bukan anggota ekstrakurikuler basket	75

DAFTAR GAMBAR

I.1 Gambar siklus menstruasi	3
DAFTAR SKEMA	
I.1 Skema kerangka berpikir	30