

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL BELAKANG	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vii
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah	3
1.3 Rumusan Masalah	3
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Manfaat Teoritis	4
1.5.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Remaja	6
2.1.1 Definisi Remaja	6
2.1.2 Karakteristik Remaja	7
2.1.3 Tahapan Remaja	7
2.1.4 Remaja Putri	9
2.1.5 Perkembangan Remaja Putri	9
2.2 Konsep <i>Premenstrual Syndrome</i>	11
2.2.1 Definisi <i>Premenstrual Syndrome</i>	11
2.2.2 Gejala <i>Premenstrual Syndrome</i>	13
2.2.3 Tipe-tipe <i>Premenstrual Syndrome</i>	15
2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Premenstrual Syndrome</i>	17
2.3 Konsep Aktivitas Olahraga	20
2.3.1 Definisi Olahraga	20
2.3.2 Manfaat Olahraga	21
2.3.3 Jenis Olahraga Untuk Remaja	22
2.3.4 Pengukuran Aktivitas Olahraga	24

2.4	Konsep Indeks Massa Tubuh (IMT)	25
2.4.1	Definisi Indeks Massa Tubuh (IMT).....	25
2.4.2	Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT)	25
2.5	Hubungan Aktivitas Olahraga dengan <i>Premenstrual Syndrome</i> Pada Remaja Putri.....	26
2.6	Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan <i>Premenstrual Syndrome</i> Pada Remaja Putri	27
2.7	Penelitian Terdahulu.....	28
2.8	Kerangka Konsep	30
2.9	Hipotesis.....	31
BAB III METODE PENELITIAN		32
3.1	Jenis Penelitian	32
3.2	Rancangan Penelitian	32
3.3	Kerangka Operasional	33
3.4	Lokasi dan Waktu Penelitian	34
3.5	Populasi	34
3.6	Sampel, Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel.....	34
3.6.1	Sampel Penelitian	34
3.6.2	Besar Sampel	35
3.6.3	Cara Pengambilan Sampel.....	35
3.7	Variabel Penelitian.....	36
3.7.1	Variabel Bebas (<i>Independent Variable</i>).....	36
3.7.2	Variabel Terikat (<i>Dependent Variable</i>).....	36
3.8	Definisi Operasional.....	37
3.9	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	38
3.9.1	Teknik Pengumpulan Data Penelitian	38
3.9.2	Instrumen Pengumpulan Data	39
3.10	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	40
3.10.1	Teknik Pengolahan Data	40
3.10.2	Analisis Data	41
3.11	Etika Penelitian	44
BAB IV HASIL PENELITIAN		46
4.1	Data Umum	46
4.1.1	Karakteristik Responden	46
4.2	Data Khusus	47
4.2.1	<i>Premenstrual Syndrome</i>	47
4.2.2	Aktivitas Olahraga.....	47
4.2.3	Indeks Massa Tubuh (IMT)	48
4.2.4	Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan <i>Premenstrual Syndrome</i>	48
4.2.5	Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan <i>Premenstrual Syndrome</i>	49
4.2.6	Hubungan Aktivitas Olahraga dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan <i>Premenstrual Syndrome</i> Pada Remaja Putri	50
BAB V PEMBAHASAN		51
5.1	<i>Premenstrual Syndrome</i> Pada Remaja Putri.....	51
5.2	Aktivitas Olahraga Remaja Putri.....	52
5.3	Indeks Massa Tubuh (IMT) Remaja Putri.....	53

5.4 Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan <i>Premenstrual Syndrome</i> Pada Remaja Putri	54
5.5 Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan <i>Premenstrual Syndrome</i> Pada Remaja Putri	56
5.6 Hubungan Aktivitas Olahraga Dan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan <i>Premenstrual Syndrome</i> Pada Remaja Putri.....	58
BAB VI KESIMPULAN.....	60
6.1 Simpulan	61
6.2 Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	66