

DAFTAR ISI

ABSTRAK	I
KATA PENGANTAR	III
DAFTAR ISI	IV
DAFTAR TABEL	VII
DAFTAR GAMBAR	VIII
DAFTAR LAMPIRAN	IX
BAB 1 PENDAHULUAN	1
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 Ruang Lingkup Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Bagi Penulis	4
1.5.2 Bagi Jurusan Gizi	5
1.5.3 Bagi Sampel	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Remaja	6
2.1.1 Definisi Remaja	6
2.1.2 Klasifikasi Remaja	6
2.2 Menstruasi	7
2.2.1 Pengertian Menstruasi.....	7
2.3 Dismenorea	8
2.3.4 Patofisiologi Dismenorea Primer.....	8
2.3.1 Pengertian Dismenorea	9
2.3.2 Klasifikasi Dismenorea	9
2.3.3 Gejala Dismenorea.....	10
2.3.4 Faktor-Faktor yang Dapat Menyebabkan Dismenorea.....	11
2.3.5 Konsep Penanganan Dismenorea	11
2.4. Snack bar	12
2.4.1 Pengertian Snack bar	12
2.4.2 Tempe	13
2.4.3 Dark Chocolate.....	13
2.4.4 Isoflavon.....	14
2.4.5 Magnesium.....	17
2.5 Pengukuran Skala Nyeri	18
2.5.1 Verbal Rating Scale (VRS)	18
2.5.2 Visual Analog Scale (VAS)	19
2.5.3 Numeral Rating Scale (NRS).....	20

2.5.4 Faces Pain Score	20
BAB III KERANGKA TEORITIS, KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL	22
3.1 Kerangka Teoritis.....	22
3.2 Kerangka Konsep	23
3.3 Hipotesis.....	24
3.4 Definisi Operasional.....	25
3.4.1 Dismenorea	25
3.4.2 Derajat Nyeri Dismenorea	25
3.4.1 Kelompok Perlakuan (Pemberian Temchoco Bar)	26
3.4.2 Kelompok Kontrol (Pemberian Jipang)	26
BAB IV METODE PENELITIAN	28
4.1. Desain Penelitian.....	28
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian	29
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	29
4.3.1 Populasi Penelitian	29
4.3.2 Kriteria Sampel	29
4.2.3 Besar Sampel.....	30
4.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	32
4.3.1 Jenis Data	32
4.3.2 Cara Pengumpulan Data	32
4.4 Pengolahan Data dan Analisis Data	34
4.4.1 Pengolahan Data.....	34
4.4.2 Analisis Data	34
BAB V HASIL PENELITIAN.....	37
5.1 Gambaran Umum Sampel	37
5.2 Analisis Univariat	38
5.2.1 Jurusan	38
5.2.2 Umur	39
5.2.3 Status Gizi	39
5.2.4 Usia Menarche	40
5.2.5 Siklus Menstruasi	41
5.2.6 Asupan Isoflavon	42
5.2.7 Asupan Magnesium.....	43
5.2.8 Asupan Kalsium	44
5.2.9 Asupan Vitamin B6	45
5.2.10 Derajat Nyeri Dismenorea	46
5.3 Analisis Bivariat	48
5.3.1. Uji Normalitas	48
5.3.2. Perubahan Derajat Nyeri Dismenorea Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	49
5.3.3. Perbedaan Perubahan Derajat Nyeri Dismenorea Antara Kelompok Perlakuan dan Kontrol	50
5.3.4. Pengaruh Pemberian Temchoco Bar Terhadap Derajat Nyeri Dismenorea Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	52

BAB VI PEMBAHASAN	54
6.1 Keterbatasan Penelitian.....	54
6.2 Karakteristik Sampel.....	54
6.2.1 Umur	54
6.2.2 Status Gizi	55
6.2.3 Usia Menarche	56
6.2.4 Siklus Menstruasi	56
6.2.5 Asupan Isoflavon.....	58
6.2.6 Asupan Magnesium.....	58
6.2.7 Asupan Kalsium	59
6.2.8 Asupan Vitamin B6	60
6.3 Derajat Nyeri Dismenorea Sebelum dan Sesudah Perlakuan	61
6.4 Pengaruh Pemberian Temchoco Bar Terhadap Derajat Nyeri Dismenorea	63
BAB VII SIMPULAN DAN SARAN	68
7.1 Simpulan	68
7.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	78