

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
DAFTAR SINGKATAN.....	xii
ABSTRAK .....	xiv
ABSTRACT .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Dasar Teori .....	11
1. Pola Makan .....	11
2. Zat Gizi Makro .....	14
3. Fitoestrogen .....	14
4. Angka Kecukupan Gizi (AKG) .....	18
5. Pola Menstruasi .....	18
6. Pola Makan dan Pola Menstruasi .....	22
7. Fitoestrogen dan Pola Menstruasi.....	23
8. Sindrom Metabolik .....	24
9. Pola Makan dan Sindrom Metabolik .....	29
10. Fitoestrogen dan Sindrom Metabolik .....	30
11. Sindrom Metabolik dan Pola Menstruasi .....	32
B. Kerangka Teori .....	34
C. Kerangka Konsep.....	35

D. Hipotesis Penelitian .....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Rancangan Penelitian.....	37
B. Populasi dan Subyek Penelitian .....	39
C. Besar Sampel .....	39
D. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	40
E. Variabel Penelitian .....	40
F. Definisi Operasional.....	42
G. Analisis Data.....	54
H. Etika Penelitian .....	54
I. Tahapan Pelaksanaan Penelitian .....	55
J. Alur Penelitian .....	56
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>57</b>
A. Hasil Penelitian .....	57
1. Analisis univariat .....	57
2. Analisis bivariat .....	59
3. Analisis multivariat.....	66
B. Pembahasan.....	68
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>75</b>
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran .....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>77</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>81</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian penelitian.....	5
Tabel 2. Perbandingan metode <i>Assessment of Dietary Intake</i> dan <i>Urine Analysis</i> .....	16
Tabel 3. Angka kecukupan energi, protein, lemak, karbohidrat yang dianjurkan .....	18
Tabel 4. Parameter PUA menurut sistem FIGO 1.....	20
Tabel 5. Definisi sindrom metabolik.....	25
Tabel 6. Definisi operasional, alat ukur yang dipakai, klasifikasi data dan skala variabel.....	42
Tabel 7. Karakteristik subyek penelitian.....	57
Tabel 8. Hubungan antara pola makan dan frekuensi menstruasi.....	59
Tabel 9. Hubungan antara pola makan dan durasi menstruasi.....	60
Tabel 10. Hubungan antara pola makan dan regularitas menstruasi.....	60
Tabel 11. Hubungan antara pola makan dan volume menstruasi.....	61
Tabel 12. Hubungan antara variabel luar dan pola makan.....	62
Tabel 13. Hubungan antara variabel luar dan menstruasi (frekuensi dan durasi).....	63
Tabel 14. Hubungan antara variabel luar dan menstruasi (regularitas dan volume) .....	64
Tabel 15. Hubungan antara pola makan dan sindrom metabolik.....	65
Tabel 16. Hubungan antara sindrom metabolik dan pola menstruasi .....	65
Tabel 17. Hubungan antara pola makan, variabel luar dan frekuensi menstruasi.....	66
Tabel 18. Hubungan antara pola makan, variabel luar dan durasi menstruasi.....	67
Tabel 20. Hubungan antara pola makan, variabel luar dan volume menstruasi ...	68

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori .....	34
Gambar 2. Kerangka konsep .....	35
Gambar 3. Rancangan penelitian.....	38
Gambar 4. Penghitungan sampel dengan aplikasi <i>G power</i> .....	40
Gambar 5. Diagram alur penelitian .....	56
Gambar 6. Grafik pola makan fitoestrogen <i>24hour recall</i> dan regularitas menstruasi pada wanita infertil .....	62
Gambar 7. Grafik pola makan karbohidrat SQFFQ dan frekuensi menstruasi pada wanita infertil.....	62
Gambar 8. Pola makan karbohidrat dan fitoestrogen serta gangguan frekuensi dan regularitas menstruasi pada wanita infertil.....	71
Gambar 9. Hubungan antara pola makan, sindrom metabolik dan pola menstruasi pada wanita infertil .....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Persetujuan keikutsertaan dalam penelitian.....	81
Lampiran 2. Lembar informasi/penjelasan untuk responden .....	82
Lampiran 3. Daftar isian penelitian.....	86
Lampiran 4. Klasifikasi pengukuran variabel penelitian .....	88
Lampiran 5. Daftar pangan .....	90
Lampiran 6. Form SQFFQ yang telah divalidasi .....	97
Lampiran 7. Form <i>24hour recall</i> .....	101
Lampiran 8. Uji normalitas .....	102
Lampiran 9. Surat ijin penelitian dari Komite Etik Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan UGM.....	105
Lampiran 10. Surat ijin penelitian dari RSUP Dr. Sardjito.....	106
Lampiran 11. Surat uji kalibrasi alat BIA Tanita .....	107