

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUMUSAN MASALAH	5
C. TUJUAN PENELITIAN.....	5
D. MANFAAT PENELITIAN.....	6
E. KEASLIAN PENELITIAN	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. TINJAUAN PUSTAKA	9
1. Total Asupan Kalori.....	9
2. Asupan Lemak.....	12
3. Persentase Lemak Tubuh	18
4. Menstruasi	22
5. Atlet Remaja Putri	31
B. KERANGKA TEORITIS	34
C. KERANGKA KONSEPTUAL	34
D. HIPOTESIS	35
BAB III.....	36
METODE PENELITIAN	36
A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN.....	36
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN.....	37
C. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN	37

D. VARIABEL PENELITIAN	38
E. DEFINISI OPERASIONAL	39
F. INSTRUMEN PENELITIAN	41
G. JENIS DAN PENGUMPULAN	42
H. METODE PENGOLAHAN DATA	42
I. METODE ANALISIS DATA.....	43
J. ETIKA PENELITIAN	44
K. JALANNYA PENELITIAN	44
BAB IV	46
HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. HASIL	46
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian	46
2. Karakteristik Subjek Penelitian	47
3. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian	48
4. Gambaran Umum Data Asupan	49
5. Gambaran Umum Kebutuhan Gizi	50
6. Gambaran Umum Komposisi Tubuh	50
7. Gambaran Umum Siklus Menstruasi (Kuesioner Menstruasi)	51
8. Analisis Bivariat.....	52
B. PEMBAHASAN	54
1. Hubungan Total Asupan Kalori dengan Siklus Menstruasi	54
2. Hubungan Asupan Lemak dengan Siklus Menstruasi	58
3. Hubungan Persentase Lemak Tubuh dengan Siklus Menstruasi.....	60
4. Keterbatasan Penelitian	62
BAB V	64
KESIMPULAN DAN SARAN	64
A. KESIMPULAN	64
B. SARAN.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	7
Tabel 2. Klasifikasi Persentase Lemak Tubuh Pada Pria dan Wanita	22
Tabel 3. Kebutuhan Kalori Atlet Berdasarkan	33
Tabel 4. Definisi Operasional.....	39
Tabel 5. Kode Variabel	42
Tabel 6. Karakteristik Subjek Penelitian.....	47
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian	48
Tabel 8. Gambaran Umum Data Asupan	49
Tabel 9. Gambaran Lemak Jenuh dan Lemak Tidak Jenuh	49
Tabel 10. Gambaran Umum Kebutuhan Gizi	50
Tabel 11. Gambaran Umum Komposisi Tubuh	50
Tabel 12. Gambaran Umum Siklus Menstruasi.....	51
Tabel 13. Hasil Uji Chi-square	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Proses Terjadi Menstruasi	24
Gambar 2. Kerangka Teoritis	34
Gambar 3. Kerangka Konseptual	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ethics Committee Approcval.....	74
Lampiran 2. Formulir Food Record 3x24 jam	75
Lampiran 3. Formulir Antropometri	77
Lampiran 4. Kuesioner Siklus Menstruasi	78
Lampiran 5. Analisis Statistik	80
Lampiran 6. Hasil Turnitin	83