

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASII.....	iv
PRAKATA	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Tinjauan Teori.....	11
1. Remaja.....	11
2. Generasi Z	11
3. Mahasiswa Keperawatan.....	15
4. Menstruasi	17
B. Landasan Teori.....	29
C. Kerangka Teori.....	30
D. Kerangka Penelitian	31
E. Pertanyaan Penelitian	31
BAB III. METODE PENELITIAN	32
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian	32
C. Populasi dan Sampel Penelitian	32

D. Variabel Penelitian	35
E. Definisi Operasional.....	36
F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	42
H. Teknik Pengumpulan Data	45
I. Jalannya Penelitian.....	46
J. Etika Penelitian	48
K. Analisis Data	49
L. Hambatan dan Keterbatasan Penelitian.....	50
1. Hambatan Penelitian	50
2. Keterbatasan Penelitian.....	50
BAB IV. Hasil dan Pembahasan	52
A. Hasil Penelitian	52
1. Karakteristik Responden	52
2. Pola Menstruasi.....	53
3. Premenstrual Syndrome	54
4. Tingkat Stres	55
5. Aktivitas Fisik	56
6. Pola Makan	56
7. Pola Tidur.....	59
8. Gambaran Pola Menstruasi, PMS, Tingkat Stres, Aktivitas Fisik, Pola Makan, dan Pola Tidur Berdasarkan Angkatan Responden.....	60
B. Pembahasan.....	62
1. Karakteristik Responden	62
2. Pola Menstruasi.....	63
3. Premenstrual Syndrome	66
4. Tingkat Stres	68
5. Aktivitas Fisik	70
6. Pola Makan	71
7. Pola Tidur.....	72
BAB V. Kesimpulan dan Saran	74
A. Kesimpulan	74

B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	90