

DAFTAR ISI

Halaman

Halaman Judul..... i

Halaman Pengesahanii

Kata Pengantar.....iii

Abstrak v

Abstractvi

Daftar Isi.....vii

Daftar Gambar.....xii

Daftar Tabel.....xiii

Daftar Singkatan.....xiv

Daftar Lampiranxv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang 1

1.2 Rumusan masalah 4

1.3 Tujuan penelitian..... 5

 1.3.1 Tujuan umum..... 5

 1.3.2 Tujuan khusus..... 5

1.4 Manfaat Penelitian 5

 1.4.1 Manfaat Akademis 5

 1.4.2 Manfaat Klinis 6

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja 7

 2.1.1 Pengertian remaja..... 7



2.1.2 Karakteristik remaja berdasarkan umur.....	7
2.1.3 Perkembangan remaja dan tugasnya.....	8
2.2 Tidur	9
2.2.1 Pengertian tidur.....	9
2.2.2 Irama sirkadian	10
2.2.3 Siklus tidur	11
2.2.4 Kualitas tidur	15
2.2.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur	16
2.2.6 Kebutuhan tidur berdasarkan usia.....	18
2.2.7 Cara pengukuran kualitas tidur.....	19
2.2.8 Hormon melatonin.....	23
2.3 Menstruasi	25
2.3.1 Pengertian menstruasi	25
2.3.2 Fisiologi menstruasi	25
2.3.3 Siklus menstruasi.....	26
2.3.3.1 Siklus endometrium.....	26
2.3.3.2 Siklus ovarium.....	27
2.3.3.3 Siklus hipotalamus-pituitari.....	28
2.4 Dismenore	29
2.4.1 Pengertian dismenore	29
2.4.2 Klasifikasi dismenore	30
2.4.3 Penyebab dismenore	31
2.4.4 Patofisiologi dismenore	31
2.4.5 Tanda dan gejala dismenore.....	32
2.4.6 Derajat dismenore.....	33

2.4.7 Faktor-faktor yang mempengaruhi dismenore	34
2.4.7.1 Usia	34
2.4.7.2 Usia menarche	35
2.4.7.3 Faktor hormonal	36
2.4.7.4 Lama menstruasi	36
2.4.7.5 Siklus menstruasi	37
2.4.7.6 Obesitas	37
2.4.7.7 Aktivitas fisik	38
2.4.7.8 Stress	38
2.4.7.9 Merokok	39
2.4.7.10 Riwayat keluarga	39
2.4.7.11 Riwayat melahirkan	40
2.4.7.12 Kualitas tidur	40
2.4.8 Penanganan dismenore primer	42

BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka konsep	44
3.2 Hipotesis penelitian	45

BAB IV METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan penelitian	46
4.2 Populasi dan sampel penelitian	46
4.2.1 Populasi	46
4.2.2 Kriteria inklusi dan eksklusi	46
4.2.3 Teknik pengambilan sampel	47
4.2.4 Jumlah sampel	48

4.3 Variabel penelitian	49
4.3.1 Variabel bebas (<i>independent variable</i>).....	49
4.3.2 Variabel terikat (<i>dependent variable</i>).....	49
4.4 Lokasi dan waktu penelitian	49
4.5 Instrumen Penelitian	49
4.6 Definisi Operasional.....	50
4.7 Prosedur penelitian dan teknik pengumpulan data.....	51
4.7.1 Kerangka kerja.....	51
4.7.2 Teknik pengumpulan data	52
4.8 Pengolahan data.....	52
4.8.1 Editing	52
4.8.2 Coding	53
4.8.3 Scoring	53
4.8.4 Tabulating	53
4.9 Analisa data	53
4.9.1 Analisa data univariat.....	53
4.9.2 Analisa data bivariat.....	53
4.10 Etika penelitian	54
4.10.1 Autonomy	54
4.10.2 Anonym	54
4.10.3 Beneficiency.....	54
4.10.4 Confidentiality	54
4.10.5 Informed consent	55
4.10.6 Justice.....	55



BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA

5.1 Gambaran umum tempat penelitian	56
5.2 Data umum karakteristik responden	57
5.2.1 Data karakteristik responden berdasarkan usia.....	57
5.2.2 Data karakteristik responden berdasarkan usia menarche	57
5.3 Hasil analisis.....	58
5.3.1 Analisis univariat.....	58
5.3.2 Analisis bivariat.....	60

BAB VI PEMBAHASAN

6.1 Gambaran kualitas tidur pada remaja putri di SMA Negeri 1 Malang	62
6.2 Gambaran kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Malang.....	65
6.3 Hubungan antara kualitas tidur dengan derajat nyeri dismenore primer di SMA Negeri 1 Malang	67
6.4 Keterbatasan penelitian	70

BAB VII PENUTUP

7.1 Kesimpulan	71
7.2 Saran	71

DAFTAR PUSTAKA.....	73
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	85
-----------------------	-----------