

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| SAMPUL DEPAN | i |
| SAMPUL DALAM | ii |
| PERSYARAT GELAR | iii |
| PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI | iv |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING | v |
| PENGESAHAN PENGUJI | vi |
| PRAKATA | vii |
| ABSTRAK | ix |
| ABSTRACT | x |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR GAMBAR | xiii |
| DAFTAR TABEL | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 3 |
| C. Tujuan Penelitian | 3 |
| 1. Tujuan Umum | 3 |
| 2. Tujuan Khusus | 3 |
| D. Manfaat Penelitian | 3 |
| 1. Manfaat Teoritis | 3 |
| 2. Manfaat Praktis | 3 |
| E. Keaslian Penelitian | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Tinjauan Teori | 6 |
| 1. Remaja | 6 |
| a. Definisi Remaja | 6 |
| b. Klasifikasi Remaja | 6 |
| c. Masa Pubertas Remaja | 7 |
| 2. Menstruasi | 7 |
| a. Definisi Menstruasi | 7 |
| b. Siklus Menstruasi | 7 |
| c. Fase-Fase Menstruasi | 8 |
| 3. Dismenorea | 8 |
| a. Definisi Dismenorea | 9 |
| b. Klasifikasi Dismenorea | 10 |
| c. Penyebab Terjadinya Dismenorea | 10 |
| d. Tingkatan/Derajat Pada Dismenorea | 10 |
| e. Faktor Penyebab Dismenorea | 11 |
| f. Penanganan Dismenorea | 12 |
| 4. Wortel | 12 |
| a. Definisi Wortel | 12 |
| b. Jenis-Jenis Wortel | 12 |
| c. Manfaat Dan Kandungan Nutrisi Wortel | 14 |

| | |
|--|----|
| d. Wortel Untuk Kesehatan | 16 |
| B. Kerangka Teori | 16 |
| C. Kerangka Konsep | 18 |
| D. Hipotesis Penelitian | 18 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Jenis Rancangan Penelitian..... | 19 |
| B. Lokasi Dan Waktu Penelitian | 19 |
| C. Populasi dan Sampel | 19 |
| D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional..... | 20 |
| E. Instrumen Penelitian..... | 21 |
| F. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas | 21 |
| G. Teknik Pengumpulan Data | 22 |
| H. Teknik Analisa Data..... | 23 |
| I. Jalannya Penelitian | 23 |
| J. Etika Penelitian | 24 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | |
| A. Hasil Penelitian | 39 |
| B. Pembahasan | 42 |
| C. Keterbatasan Penelitian | 45 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | |
| A. Kesimpulan | 46 |
| B. Saran | 46 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN | |