

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 17 MEDAN**

SKRIPSI



PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2024

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 17 MEDAN**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)**



Oleh

Sri Wahyuni

NIM : 0801201011

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

2024

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 17 MEDAN

SRI WAHYUNI

NIM 0801201011

ABSTRAK

Remaja sering mengalami masalah dengan status gizi mereka. Perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan organ reproduksi remaja semuanya membutuhkan asupan gizi yang tepat. Status gizi yang buruk dapat mempengaruhi kondisi tubuh juga sistem reproduksi hormon, yang berkontribusi pada siklus menstruasi wanita. Kurang atau lebih gizi dapat menyebabkan masalah siklus menstruasi, yang dapat menyebabkan gangguan kesuburan dan penyakit kronik lainnya. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara siklus menstruasi remaja putri di SMA Negeri 17 Medan dan status gizi mereka. Penelitian ini dilakukan melalui observasi kuantitatif analitik dan dirancang sebagai studi cross-sectional. Penelitian ini melibatkan 178 siswi. Jumlah sampel yang digunakan adalah 123 individu, dan probabilitas sampel digunakan untuk analisis data. Hasil penelitian ($P\text{-Value } 0,000 < 0,05$) menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dan siklus menstruasi remaja putri di SMA Negeri 17 Medan.

Kata Kunci : Status Gizi, Siklus Menstruasi, Remaja Putri

THE RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS AND MENSTRUAL CYCLE IN ADOLESCENT GIRLS AT SMA NEGERI 17 MEDAN

SRI WAHYUNI

NIM 0801201011

ABSTRACK

Adolescents often experience problems with their nutritional status. Physical development, cognitive development, and development of adolescent reproductive organs all require proper nutritional intake. Poor nutritional status can affect the condition of the body as well as the hormonal reproductive system, which contributes to a woman's menstrual cycle. Under or over nutrition can cause menstrual cycle problems, which can cause fertility problems and other chronic diseases. The aim of this research is to determine whether there is a relationship between the menstrual cycle of adolescent girls at SMA Negeri 17 Medan and their nutritional status. This research was conducted through analytical quantitative observations and was designed as a cross-sectional study. This research involved 178 female students. The number of samples used was 123 individuals, and probability samples were used for data analysis. The research results (P-Value $0.000 < 0.05$) show that there is a relationship between nutritional status and the menstrual cycle of adolescent girls at SMA Negeri 17 Medan.

Keywords: Nutritional Status, Menstrual Cycle, Young Women

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Sri Wahyuni
NIM : 0801201011
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi Masyarakat
Tempat/Tgl Lahir : Mangkai Baru, 28 Oktober 2002
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 17 Medan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya asli saya yang di ajukan untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar strata (S1) di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM di UIN Sumatera Utara Medan.
2. Dalam penulisan skripsi ini, saya telah mencantumkan semua sumber yang saya gunakan sesuai dengan ketentuan Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa tulisan ini bukan karya saya sendiri atau merupakan jiplakan dari karya orang lain. Saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan

Medan, 6 Agustus 2024


Sri Wahyuni

NIM. 0801201011

HALAMAN PERSETUJUAN

Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir Dengan Judul

**“HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 17 MEDAN”**

**SRI WAHYUNI
(0801201011)**

Untuk memenuhi salah satu persyaratan sidang Munaqasyah



Medan, 6 Agustus 2024

Disetujui,

Dosen Pembimbing Skripsi

Salianto, M. Psi

NIP. 198607152020121006

Dosen Pembimbing Integrasi

Dr. Jufri Naldo, M. A

NIP. 1986002262015031007

**Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM-UINSU**

Rapotan Hasibuan, S.KM, M.Kes
NIP. 199006062019031016

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul ;

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 17 MEDAN**

Yang Dipersiapkan Dan Dipertahankan Oleh :

SRI WAHYUNI

NIM 0801201011

Yang Telah Diuji Dan Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji Skripsi

Pada Tanggal 6 Agustus 2024

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji



Reni Agustina Harahap, SST, M. Kes
NIB. 1100000124

Penguji I



Salianto, M. Psi
NIP. 198607152020121006

Penguji II



Rani Suraya, S.K.M., M.K.M
NIP. 198811102022032004

Penguji Integrasi Keislaman



Dr. Jufri Naldo, M. A
NIP. 1986002262015031007

Medan, 6 Agustus 2024

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Dekan FKM UIN Sumatera Utara



RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Sri Wahyuni
Tempat/Tanggal Lahir : Mangkai Baru, 28 Oktober 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat Rumah : Dusun Balam, Kelurahan Balam Sempurna,
Kecamatan Bagan Sinembah, Kabupaten
Rokan Hilir, Provinsi Riau
Contact Person : 082219117277
Alamat E-mail : uniwahyuni2810@gmail.com

LATAR BELAKANG PENDIDIKAN

SD : SD Swasta Sei Balam
SMP : SMP Swasta Tunas Bangsa
SMA : SMA Swasta Tunas Bangsa
Perguruan Tinggi : UIN Sumatera Utara Medan, Fakultas Kesehatan
Masyarakat, Program Studi Ilmu Kesehatan
Masyarakat, Peminatan Gizi Masyarakat

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Penulis berterima kasih dan sangat bersyukur kepada Allah SWT, yang telah memberi kita rahmat dan karunia, dan bershalawat selalu kepada Nabi Muhammad SAW sebagai suri tauladan bagi kita. Penulis telah menyelesaikan skripsi berjudul **"Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 17 Medan"** sebagai syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Sarjana Kesehatan Masyarakat di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Pada penulisan serta penyusunan untuk skripsi ini penulis mendapat arahan, bimbingan, motivasi, serta dukungan dari berbagai tokoh hebat. Untuk itu penulis sangat menghargai, serta memberikan penghargaan setinggi-tingginya dan ucapat terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M. Ag, Sebagai Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono, S. Ag, M. Pd, Sebagai Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
3. Bapak Dr. Hasrat Efendi Samosir, M. A, Sebagai Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
4. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M. A, Sebagai Wakil Dekan II Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
5. Bapak Dr. Irwansyah, SH. I, M. H, Sebagai Wakil Dekan III Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

6. Bapak Rapotan Hasibuan, S.K.M., M. Kes, Sebagai Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara dan sebagai Dosen Penasehat Akademik saya, telah memberikan bantuan dan bimbingan kepada saya selama perkuliahan dari semester awal hingga semester akhir.
7. Ibu Fitriani Pramita Gurning, S.K.M, M. Kes, Sebagai Sekertaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
8. Bapak Salianto, M. Psi, Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi, telah memberikan bantuan, bimbingan, arahan, dukungan, motivasi, dan pengetahuan yang sangat bermanfaat kepada saya.
9. Bapak Dr. Jufri Naldo, M.A., Sebagai Dosen Pembimbing Kajian Intergritas Keislaman, telah berkenan meluangkan waktunya untuk membimbing saya dan memberikan pengetahuannya yang luar biasa.
10. Ibu Rani Suraya, S.K.M., M.K.M., Sebagai dosen penguji skripsi, yang telah memberikan bimbingan, dukungan, dan inspirasi yang sangat berharga kepada saya.
11. Ibu Reni Agustina Harahap, SST, M. Kes, Sebagai Dosen Ketua Penguji Skripsi yang telah memberikan nasihat dan inspirasi yang sangat membantu saya,
12. Seluruh Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara yang telah memberikan ilmunya.
13. Terima kasih kepada semua pihak di SMA Negeri 17 Medan, yang telah memberikan izin saya untuk melakukan penelitian ini dan telah membantu saya dalam melakukannya.

14. Yang paling utama kepada kedua orang tua yang sangat saya cintai, kasihi, dan sayangi, Bapak Suwito dan Ibu Hema Jayanti, untuk segala pengorbanan, kasih sayang, cinta, dan doa tulus kepada anak perempuan satu-satunya, memberikan segala dukungan, dan selalu menjadi motivasi bagi saya.
15. Teruntuk semua keluarga besar yang telah mendukung dan memberikan semangat kepada saya dalam masa penyusunan skripsi.
16. Teruntuk kakak saya Silvy Alifia Azmi, S.K.M yang sangat baik telah membantu dan memberikan semangat kepada saya
17. Teruntuk Ade Aulia Nasution seorang spesial untuk saya yang telah memberikan doa, motivasi, semangat, bantuan, dan menemani saya dalam menyelesaikan skripsi
18. Kepada sahabat-sahabat saya Nisa Dinda Fitria Harianja, Umi Khairani, Tika Agustia, Shakila Dwi Chairani yang telah memberikan semangat, dan dukungan kepada saya
19. Kepada teman-teman Peminatan Gizi B Angkatan 2020 yang telah mengukir cerita di kehidupan saya
20. Kepada teman-teman kelompok KKN Desa Pantai Cermin, Kec. Tanjung Pura yang telah saling memberikan ilmu, dan pengalaman yang luar biasa
21. Kepada teman-teman PBL Pematang Jaya terutama teman dekat saya Shinta Rahma, dan Disva Oksi Anita yang menemani saya, dan membantu saya serta memberika cerita luar biasa untuk saya
22. Kepada teman-teman kelompok LKP Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian dan Perikanan Kota Medan yang telah memberikan pengalaman dan ilmu yang luar biasa bagi saya

23. Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada setiap individu atas partisipasi dan bantuannya dalam menyiapkan tugas akhir ini; mereka semua sangat dihargai..

Pada akhirnya segala urusan kita kembalikan kepada Allah SWT, karena Allah sebaik baiknya pengatur rencana. Aku bersyukur pada diriku sendiri yang mampu bertahan, tetap tegar, dan tidak menyerah.. Dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna untuk itu penulis mengharapkan saran yang membangun dan semoga skripsi ini dapat menjadi manfaat untuk berbagai pihak dalam kebaikan.



Wasalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh



Medan, 06 Agustus 2024

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Sri Wahyuni

NIM. 0801201011

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP PENULIS	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR SKEMA.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat.....	6
1.4.1 Manfaat Bagi Siswi.....	6
1.4.2 Manfaat Bagi Sekolah.....	7
1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti.....	7
BAB II.....	8
LANDASAN TEORITIS.....	8

2.1 Konsep Dasar Menstruasi	8
2.1.1 Pengertian Menstruasi.....	8
2.1.2 Siklus Menstruasi	9
2.1.3 Cara Menghitung Menghitung Siklus Menstruasi	11
2.1.4 Fase Siklus Menstruasi	13
2.1.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi	14
2.2 Konsep Dasar Status Gizi.....	17
2.2.1 Pengertian Status Gizi.....	17
2.2.2 Penilaian Status Gizi	19
2.2.3 Pengukuran Status Gizi.....	21
2.2.4 Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	25
2.3 Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi.....	28
2.4 Kajian Integrasi Keislaman	29
2.4.1 Konsep Menstruasi Menurut Al-Quran dan Hadist.....	29
2.4.2 Pandangan Ulama Terhadap Menstruasi	31
2.4.3 Konsep Status Gizi Menurut Al-Quran dan Hadist.....	32
2.4.4 Pandangan Ulama Terhadap Status Gizi.....	34
2.5 Kerangka Teori	35
2.6 Kerangka Konsep	37
2.7 Hipotesa Penelitian	37
BAB III.....	38
METODE PENELITIAN.....	38
3.1 Jenis dan Desain Penelitian	38
3.2 Lokasi dan Desain Penelitian	38
3.3 Populasi dan Sampel.....	38
3.3.1 Populasi.....	38

3.3.2 Sampel.....	39
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	40
3.4 Variabel Penelitian	40
3.5 Definisi Operasional	41
3.6 Aspek Pengukuran.....	42
3.7 Teknik Pengumpulan Data	43
3.7.1 Jenis Data	43
3.7.2 Alat atau Instrumen Penelitian	43
3.7.3 Prosedur Pengumpulan Data.....	45
3.8 Analisis Data	47
BAB IV	48
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	48
4.1 Hasil Penelitian.....	48
4.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian	48
4.1.2 Karakteristik Responden.....	49
4.1.3 Analisis Univariat	57
4.1.4 Analisis Bivariat.....	59
4.2 Pembahasan Penelitian	61
4.2.1 Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi	61
4.2.2 Kajian Integrasi Keislaman	65
BAB V.....	69
KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
5.1 Kesimpulan	69
5.2 Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Status Gizi.....	22
Tabel 2. 2 Klasifikasi IMT	23
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	41
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	49
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Menstruasi Pertama (Menarche)	50
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Penyakit Ginekologis.....	51
Tabel 4. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Obat Hormonal	52
Tabel 4. 5 Distribusi Responden Berdasarkan Penyakit Lain Yang Diderita.....	52
Tabel 4. 6 Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan (Kg).....	53
Tabel 4. 7 Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan (Cm).....	54
Tabel 4. 8 Distribusi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi	55
Tabel 4. 9 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi	56
Tabel 4. 10 Distribusi Status Gizi	57
Tabel 4. 11 Distribusi Siklus Menstruasi	58
Tabel 4. 12 Tabulasi Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Siklus Menstruasi (Clayton, 2008).....	11
----------------------------------------------------	----



DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Teori	36
Skema 2. 2 Kerangka Konsep	37



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin.....	78
Lampiran 2 Informend Consent	80
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian	81
Lampiran 4 Output SPSS	82
Lampiran 5 Output Analisis Univariat SPSS	87
Lampiran 6 Output Analisis Bivariat SPSS	88
Lampiran 7 Data.....	92
Lampiran 8 Dokumentasi.....	95



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN