

SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH
MENENGAH ATAS NEGERI 3 DENPASAR**



Oleh :

NI LUH PUTU YUNITHA DEWI

NIM. P07124216 043

KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.

**POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
2020
HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH
MENENGAH ATAS NEGERI 3 DENPASAR**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan pada Jurusan Kebidanan
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan**



**Oleh :
NI LUH PUTU YUNITHA DEWI
NIM. P07124216 043**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR**

**JURUSAN KEBIDANAN
2020**


LEMBAR PERSETUJUAN


HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3 DENPASAR

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

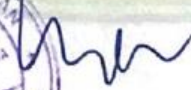
Pembimbing Pendamping :


Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb
NIP. 198101302002122001


Dra. I Gusti Ayu Surati, M.Kes
NIP. 195801091981032002

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR




Dr. Ni Nyoman Endiani, S.Si.T., M.Biomed
NIP. 197002181989022002

LEMBAR PENGESAHAN




HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3 DENPASAR

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 19 MEI 2020

TIM PENGUJI :

1. Ni Gusti Kompiang Sriasih, S.ST.,M.Kes (Ketua) 
2. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb (Sekretaris) 
3. Juliana Mauliku, M.Pd (Anggota) 

MENGETAHUI :

KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR



Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed
NIP. 197002181989022002

**THE CORRELATION OF BODY MASS INDEX (BMI) AND MENSTRUAL
CYCLE OF FEMALE TEENAGERS IN PUBLIC
SENIOR HIGH SCHOOL 3 DENPASAR**

ABSTRACT

Body mass index is a simple tool for monitoring nutritional status. Abnormal body mass index can cause disruption in the menstrual cycle. The purpose of this study was to determine the relationship of body mass index with the menstrual cycle of class XI in SMA Negeri 3 Denpasar. The research design is correlation analytic with cross sectional design, the sample of this study is teenage girls of class XI who are willing to fill in the google form as many as 75 people. The instruments used were the BMI data collection sheet and the menstrual cycle calendar. The results showed that of 58 respondents with a normal BMI value of 51 respondents (68%) had a normal menstrual cycle and 7 respondents (9.3%) who had an abnormal menstrual cycle. While from 17 respondents with abnormal BMI, there were 1 respondent (1.3%) who had a normal menstrual cycle and as many as 16 respondents (21.3%) who had an abnormal menstrual cycle. Statistical test results using the Chi Square test at a significance level of 95% ($\alpha \leq 0.05$), p value = 0,001. then there is a significant relationship between body mass index with the menstrual cycle in young women in SMA Negeri 3 Denpasar.

Keywords: Body Mass Index, Menstrual Cycle, Female Teenagers

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3 DENPASAR

ABSTRAK

Indeks massa tubuh merupakan alat sederhana untuk memantau status gizi. Indeks massa tubuh yang tidak normal dapat menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi kelas XI di SMA Negeri 3 Denpasar. Desain penelitian yaitu analitik korelasi dengan rancangan *cross sectional*, sampel penelitian ini yaitu remaja putri kelas XI yang bersedia mengisi *google form* sebanyak 75 orang. Instrumen yang digunakan yaitu lembar pengumpulan data IMT serta kalender siklus menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan dari 58 responden dengan nilai IMT normal sebanyak 51 responden (68%) memiliki siklus menstruasi normal dan 7 responden (9,3%) yang memiliki siklus menstruasi tidak normal. Sedangkan dari 17 responden dengan IMT tidak normal, terdapat 1 responden (1,3%) yang memiliki siklus menstruasi normal dan sebanyak 16 responden (21,3%) yang memiliki siklus menstruasi tidak normal. Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$), nilai $p = 0,001$. Sehingga terdapat hubungan yang bermakna antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 3 Denpasar.

Kata kunci: Indeks Massa Tubuh, Siklus Menstruasi, Remaja Putri

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3 DENPASAR

Ni Luh Putu Yunitha Dewi (NIM. P07124216043)

Remaja diawali pada usia 10-19 tahun, menjadi masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai dengan adanya pubertas hal tersebut menyebabkan munculnya menstruasi pada remaja putri. Menstruasi merupakan hal yang alami namun menjadi masalah apabila terjadi gangguan seperti siklus menstruasi yang tidak normal yang disebabkan karena status gizi remaja itu sendiri. Menentukan status gizi seseorang dapat ditentukan dengan cara pengukuran indeks massa tubuh (IMT). Indeks massa tubuh didapat dengan cara mengukur berat badan dan tinggi badan kemudian nilai berat dan tinggi tersebut dibagi untuk mendapatkan nilai IMT dengan satuan kg/m^2 . Untuk menentukan IMT anak usia 5-18 tahun maka digunakan rumus IMT/U dengan menggunakan perhitungan Z-Score (Kemenkes RI, 2010).

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Denpasar. Jenis penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI SMA Negeri 3 Denpasar dengan besar sampel sebanyak 75 responden dengan pengumpulan data dilakukan secara online mengingat situasi dan kondisi sedang pandemi Covid-19, pengumpulan data menggunakan google form dan penyebaran data lewat aplikasi Whatsapp. Analisis data yang digunakan yaitu analisis *chi square*.

Hasil dari uji Chi Square untuk menganalisis hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi didapat nilai $p = 0,001 <$ dari tingkat signifikan yang ditentukan yaitu 0,05, yang artinya ada hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi remaja putri kelas XI di SMA Negeri 3 Denpasar.

Penelitian yang sama juga dilakukan Yuli Trisnawati dan Tri Anasari tahun 2018 dimana juga mendapatkan hubungan yang erat antara indeks massa

tubuh dan siklus menstruasi, Hal ini membuktikan bahwa apabila remaja memiliki asupan gizi yang baik maka kerja hormon hipotalamus menjadi lancar sehingga dapat memproduksi hormon reproduksi yang dibutuhkan untuk mengatur kelancaran siklus menstruasi. Status gizi mempengaruhi siklus menstruasi melalui hubungannya dengan cadangan lemak tubuh. Status gizi gemuk dan kurus mempengaruhi persentase lemak tubuh seseorang, dimana jika semakin banyak lemak maka estrogen yang diproduksi akan lebih banyak sedangkan kurus mengakibatkan lemak yang akan diubah menjadi estrogen juga sedikit. Kedua hal tersebut berpengaruh terhadap umpan balik ke hipotalamus sehingga mengganggu siklus menstruasi.

Diharapkan bagi responden dengan IMT kurang dapat meningkatkan asupan makanan yang bergizi dan untuk IMT yang lebih dapat mengatur dan menjaga pola makan yang seimbang serta rajin berolahraga sehingga dapat mencapai IMT yang normal dan peneliti selanjutnya agar dapat mengkaji variabel lain yang mempengaruhi siklus menstruasi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Denpasar”** tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam memenuhi salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan pada Jurusan Kebidanan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Politeknik Kesehatan Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak bimbingan dan masukan sejak awal sampai terselesaikannya skripsi ini. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar.
2. Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar serta sebagai pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Dra. I Gusti Ayu Surati, M.Kes, sebagai pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Drs Ida Bagus Sudirga, M.Pd.H, selaku kepala sekolah Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Denpasar.
6. Keluarga besar dan teman-teman yang selalu memberi doa serta dukungannya, selalu menjadi motivasi dan inspirasi untuk menjadi yang lebih baik.

Dalam skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki beberapa kekurangan. Peneliti mengharapkan kritik dan saran membangun dari para pembaca demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai panduan dalam pelaksanaan penelitian.

Denpasar, 6 Mei 2020

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Luh Putu Yunitha Dewi
NIM : P07124216043
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2019/2020
Alamat : Jalan Tukad Badung XI No 26

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Denpasar adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari ditemukan skripsi **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri akan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2020
Yang Membuat Pernyataan



Ni Luh Putu Yunitha Dewi
NIM. P07124216043

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
ABSTRAK	vi
RINGKASAN LAPORAN KASUS	vii
KATA PENGANTAR	ix
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Indeks Massa Tubuh	7
B. Menstruasi.....	12
C. Remaja	20
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep.....	22
B. Variabel dan Definisi Operasional	23
C. Hipotesis	24
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	25
B. Alur Penelitian	25
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
D. Populasi dan Sampel	27

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	29
F. Pengolahan dan Analisis Data	31
G. Etika Penelitian	35
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	35
B. Pembahasan.....	40
C. Keterbatasan Penelitian	48
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	49
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rumus Perhitungan IMT.....	7
Gambar 2. Rumus Perhitungan Z-Skor	9
Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian.....	22
Gambar 4. Alur Penelitian.....	26

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi IMT/U Menurut WHO.....	9
Tabel 2 Klasifikasi IMT/U Menurut Kemenkes.....	10
Tabel 3 Definisi Operasional Variabel.....	24
Tabel 4 Distribusi IMT	37
Tabel 5 Siklus Menstruasi	37
Tabel 6 Hubungan IMT dan Siklus	38

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan
- Lampiran 2 Realisasi Anggaran Penelitian
- Lampiran 3 Lembar Pengumpulan
- Lampiran 4 Perhitungan Besar Sampel
- Lampiran 5 Tabel Standar IMT/U
- Lampiran 6 Foto Dokumentasi
- Lampiran 7 Hasil Uji *Chi Square*
- Lampiran 8 Surat-Surat Terkait Izin Penelitian

