

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MESTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI
SMK GELORA KOTA BEKASI TAHUN 2023**

SKRIPSI



Oleh :

ANY MAYANGSARI SAPITRI

225401446125

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MESTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI
SMK GELORA KOTA BEKASI TAHUN 2023**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada
Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh :

ANY MAYANGSARI SAPITRI

225401446125

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA**

2024

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MESTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI
SMK GELORA KOTA BEKASI TAHUN 2023**

Oleh :

ANY MAYANGSARI SAPITRI

225401446125

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Kebidanan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 8 Januari 2024

Pembimbing 1,



Bdn. Yenny Aulya, SST, M. Keb

Pembimbing 2,



Dr. Nurul Husnul Lail, SST, Bdn., M.Kes

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



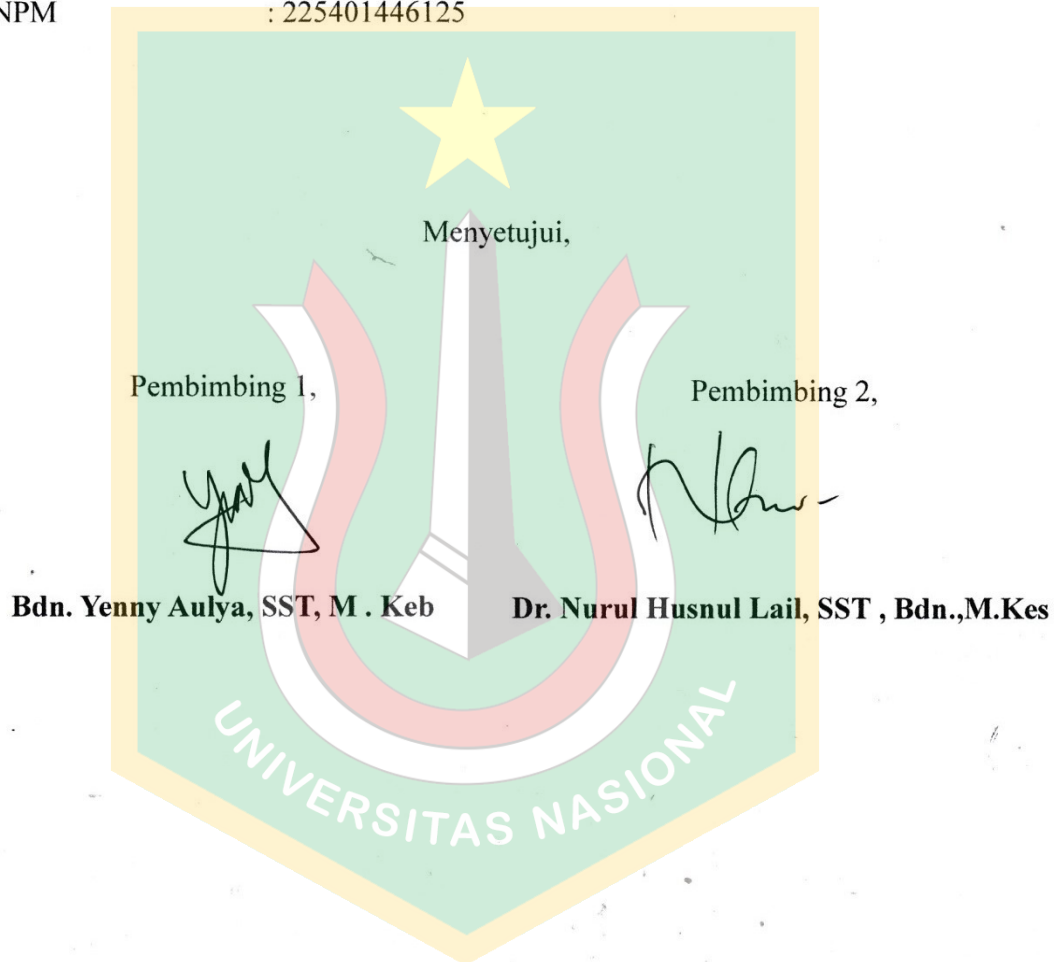

Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023.

Nama Mahasiswa : Any Mayangsari Sapitri

NPM : 225401446125



HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023.

Nama Mahasiswa : Any Mayangsari Sapitri

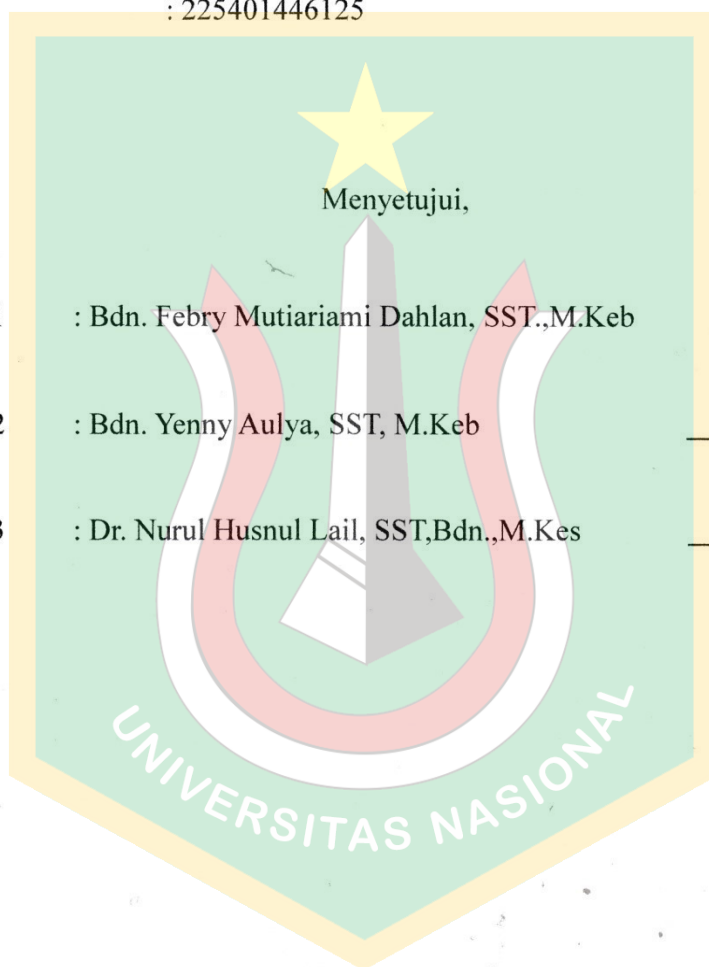
NPM : 225401446125


Menyetujui,


Penguji 1 : Bdn. Febry Mutiariami Dahlan, SST.,M.Keb


Penguji 2 : Bdn. Yenny Aulya, SST, M.Keb

Penguji 3 : Dr. Nurul Husnul Lail, SST,Bdn.,M.Kes









PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Any Mayangsari Sapitri

NPM : 225401446125

Judul Penelitian : Faktor-Faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023.

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, Januari 2024

(Ar  iri)

SEPULUH RIBU RUPIAH
10000



D97ALX075911800 iri)

UNIVERSITAS NASIONAL

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah SWT yang maha sempurna, dengan limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Faktor-Faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023“. Adapun tujuan pembuatan Skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional.

Penulis menyadari selama pembuatan Skripsi ini, banyak menemukan hambatan dan kesulitan. Namun, atas segala dukungan, bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini kami menyampaikan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan dan melimpahkan karunia-Nya sehingga Skripsi ini dapat penulis selesaikan.
2. Dr. Drs. El Amry Bermawi Putera, M.A., selaku Rektor Universitas Nasional.
3. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof. Dr. Retno Widiowati, M.Si.
4. Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bdn. Putri Azzahroh, SST., M.Kes.
5. Bdn. Yenny Aulya, SST, M.Keb selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik tepat pada waktunya.

6. Dr. Nurul Husnul Lail, SST , Bdn.,M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah memberikan dorongan, saran, ilmu dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
 7. Dr. Lisa Trina Arlym, S.ST., M.Keb selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Sarjana Kebidanan FIKES UNAS.
 8. SMK Gelora Kota Bekasi yang telah memberikan izin tempat dan waktu kepada penulis untuk pengambilan data Skripsi.
 9. Kedua Orang tua, adik, dan kakak yang tiada hentinya memberi dukungan baik secara moril maupun materil.
 10. Teman-teman Program Studi S1 Kebidanan Kelas B4 yang sudah memberikan support dan membantu dalam pelaksanaan Skripsi ini.
- Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam pembuatan Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik materi maupun teknik penulisannya, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk penelitian selanjutnya.

Akhir kata penulis mengharapkan semoga Skripsi ini dapat berguna bagi penulis dan khususnya bagi pembaca pada umumnya. Akhir kata kami ucapkan terimakasih.

Jakarta, Januari 2024



(Any Mayangsari Sapitri)

ABSTRAK

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MESTRUASI TIDAK TERATUR PADA REMAJA PUTRI DI SMK GLORA KOTA BEKASI TAHUN 2023

Any Mayangsari S, Yenny Aulya, Nurul Husnul Lail

Latar Belakang: Prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45% Data Riset Kesehatan dasar (2018), menjelaskan bahwa di Indonesia, wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur sebanyak 13,7% dalam 1 tahun. Gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur pada perempuan Indonesia usia 17-29 tahun serta 30-34 tahun cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Adapun alasan yang dikemukakan perempuan yang mempunyai siklus menstruasi tidak teratur dikarenakan gangguan psikis dan banyak pikiran sebesar 5,1%.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi tidak teratur pada Remaja Putri Di SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023.

Metodologi Desain: yang digunakan dalam penelitian ini adalah Cross Sectional. Jumlah sampel 59 responden dari kelas 12 dengan Sampel menggunakan total sampling, Instrument yang digunakan adalah Timbangan, dan kusioner. Data Analisis menggunakan software SPSS chi square.

Hasil Penelitian: Responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 40 responden (67,8%). Pada kelompok berat badan responden memiliki berat badan tidak normal sebanyak 35 responden (59,3%). Pada kelompok diet responden yang menjalankan diet sebanyak 39 responden (66,1%). Pada kelompok aktivitas fisik ringan sebanyak 42 responden (71,2%). Pada kelompok tingkat stress responden gejala berat sekali sebanyak 31 responden (52,5%). Dan pada kelompok riwayat keluarga yang mempunyai gangguan menstruasi sebanyak 43 responden (72,9%).

Simpulan: Ada hubungan antara berat badan aktivitas fisik tingkat stress dan riwayat keluarga dengan siklus menstruasi pada Remaja Putri SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023.

Saran: Diharapkan remaja putri dapat menyadari bahwa gangguan siklus menstruasi merupakan masalah yang penting serta berdampak negatif pada kesehatan reproduksi.

Kata kunci : Gangguan siklus menstruasi, Remaja Putri

Kepustakaan : 26 pustaka (2017-2021)

ABSTRACT

FACTORS ASSOCIATED TO IRREGULAR MENSTRUAL CYCLE IN STUDENTS AT GLORA SENIOR HIGH SCHOOL BEKASI CITY IN 2023

Any Mayangsari S, Yenny Aulya, Nurul Husnul Lail

Background: The prevalence of menstrual cycle disorders in women is around 45%. Basic Health Research Data (2018), explains that in Indonesia, women aged 10-59 years experience irregular menstrual problems as much as 13.7% in 1 year. Irregular menstrual cycle disorders in Indonesian women aged 17-29 years and 30-34 years are quite high, namely 16.4%. The reasons given by women who have irregular menstrual cycles are due to psychological disorders and having too many thoughts, 5.1%.

Aim: To determine the factors associated with irregular menstrual cycles in young women at SMK Gelora Bekasi City in 2023.

Methods: this was a Cross Sectional. The total sample was 59 respondents from class 12 with the sample using total sampling, the instruments used were scales and questionnaires. Data analysis using SPSS chi square software.

Results: There were 40 respondents (67.8%) who experienced menstrual cycle disorders. In the weight group, 35 respondents (59.3%) had abnormal body weight. In the diet group, 39 respondents (66.1%) followed a diet. In the light physical activity group there were 42 respondents (71.2%). In the stress level group, 31 respondents (52.5%) had very severe symptoms. And in the family history group, 43 respondents (72.9%) had menstrual disorders.

Conclusion: There is a relationship between body weight, physical activity, stress levels and family history with the menstrual cycle in young women at SMK Gelora Bekasi City in 2023.

Recommendation: It is recommended that young women will be aware that menstrual cycle disorders are an important problem and have a negative impact on reproductive health.

Key words : menstruation cycle, adolescent girls

Bibliography : 26 reference (2017-2021)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Tujuan 5	
1.3.1. Tujuan Umum.....	5
1.3.2. Tujuan Khusus	5
1.4. Manfaat.....	5
1.4.1. Manfaat bagi peneliti	5
1.4.2. Manfaat bagi institusi	6
1.4.3. Manfaat untuk remaja putri	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Tinjauan Umum Remaja.....	7
2.1.1. Pengertian.....	7
2.1.2. Tinjauan Umum Menstruasi	7
2.1.3. Siklus Menstruasi	7
2.1.4. Mekanisme Terjadinya Menstruasi	8
2.1.4.1. Siklus Endometrium	8
2.1.5. Gangguan Menstruasi	10
2.1.5.1. Gangguan Lama dan Jumlah Darah Haid	10
2.1.5.2. Gangguan Siklus Haid.....	10
2.1.5.3. Gangguan Pendarahan diluar Siklus Haid	11

2.1.5.4.	Gangguan lain yang berhubungan dengan Haid	11
2.2.	Tinjauan Umum Berat Badan	12
2.2.1.	Pengertian Berat Badan	12
2.2.2.	Klasifikasi Berat Badan	13
2.2.3.	Hubungan Berat Badan dengan Gangguan Siklus Menstruasi	14
2.3.	Tinjauan Umum Aktivitas Fisik.....	14
2.3.1.	Pengertian Aktivitas Fisik.....	14
2.3.2.	Klasifikasi Aktivitas Fisik.....	15
2.3.3.	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Gangguan Siklus Menstruasi	16
2.4.	Tinjauan Umum Tingkat Stres.....	17
2.4.1.	Pengertian Stres.....	17
2.4.2.	Sumber Stres.....	17
2.4.3.	Klasifikasi Stres.....	18
2.5.	Tinjauan Umum Riwayat Keluarga	19
2.5.1.	Riwayat keluarga yang positif	19
2.6.	Kerangka Teori.....	20
2.7.	Kerangka Konsep	21
2.8.	Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN		22
3.1.	Metode Penelitian.....	22
3.1.1.	Desain Penelitian	22
3.1.2.	Populasi dan Sampel.....	22
3.1.3.	Definisi Operasional	23
3.2.	Lokasi dan Waktu Penelitian	26
3.2.1.	Lokasi Penelitian	26
3.2.2.	Waktu Penelitian	26
3.3.	Jenis, Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	26
3.3.1.	Jenis Data.....	26
3.3.2.	Teknik Pengumpulan Data	27
3.3.3.	Instrument Pengumpulan Data	27
3.3.4.	Prosedur Pengumpulan Data	28
3.3.5.	Teknik Pengolahan, Analisis, dan Penyajian Data.....	28

3.3.5.1. Teknik Pengolahan Data.....	28
3.3.5.2. Analisis Data	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
4.1. Hasil Penelitian.....	31
4.1.1. Analisis Univariat	31
4.1.2. Analisis Bivariat	34
4.1.2.1. Hubungan berat badan dengan gangguan siklus menstruasi	34
4.1.2.2. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Gangguan siklus menstruasi	35
4.1.2.3. Hubungan Tingkat Stress dengan Gangguan siklus menstruasi	36
4.1.2.4. Hubungan riwayat keluarga dengan gangguan siklus menstruasi	37
4.2. Pembahasan.....	37
4.2.1. Hubungan Berat Badan dengan Gangguan Siklus Menstruasi	37
4.2.2. Hubungan Diet dengan Gangguan Siklus Menstruasi	38
4.2.3. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Gangguan Siklus Menstruasi	39
4.2.4. Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi	40
4.2.5. Hubungan Riwayat keluarga dengan Gangguan Siklus Menstruasi	41
4.3. Keterbatasan Peneliti	42
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	44
5.1. Simpulan.....	44
5.2. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	46
Lembar Pernyataan	53
Lembar Kuesioner Penelitian	54
54	
	xi
B. Indeks Masa Tubuh (IMT).....	54
C. Siklus Menstruasi	54

D. Tingkat Stres.....	55
E. Aktivitas Fisik	60
LAMPIRAN.....	62



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia Menurut Depkes 1994.....	14
Tabel 2.2	Pengeluaran Energi Pada Kegiatan Remaja.....	16
Tabel 3.1	Defenisi Operasional	23
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Berat Badan Pada siswi SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023	31
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik Pada siswi SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023	31
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Pada siswi SMK Glora Kota Bekasi Tahun 2023	32
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Keluarga Pada siswi SMK Gelora Kota Bekasi Tahun 2023.....	33
Tabel 4.6	Hubungan berat badan dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi SMK Glora Kota Bekasi Tahun 2023.....	34
Tabel 4.8	Hubungan Aktivitas Fisik dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi SMK Glora Kota Bekasi Tahun 2023.....	35
Tabel 4.9	Hubungan Tingkat Stress dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi SMK Glora Kota Bekasi Tahun 2023	36
Tabel 4.10	Hubungan riwayat keluarga dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi SMK Glora Kota Bekasi Tahun 2023.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Output Analisis Data	62
Lampiran 2 Dokumentasi.....	63
Lampiran 3 Biodata.....	64

