

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENTSRUASI PADA SISWI SD
NEGERI PONDOK PINANG 08**

SKRIPSI



Oleh :

SALSABILLA AZ-ZAHRA

235401446156

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
JAKARTA
2025**

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENTSRUASI PADA SISWI SD
NEGERI PONDOK PINANG 08**

SKRIPSI

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



Oleh :

**SALSABILLA AZ-ZAHRA
235401446156**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
JAKARTA
2025**

SKRIPSI

FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENTSRUASI PADA SISWI SD NEGERI PONDOK PINANG 08

Oleh :
SALSABILLA AZ-ZAHRA
235401446156

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal
26 Februari 2025

Pembimbing 1

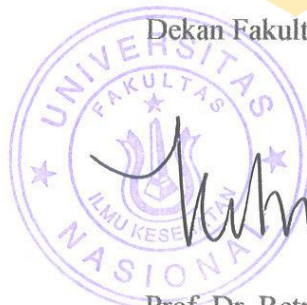
Pembimbing 2

Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST., S.KM., M.KM

Bdn. Yenny Aulya, S.ST., M.Keb

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENTSRUASI PADA SISWI SD NEGERI

PONDOK PINANG 08

Nama Mahasiswa : SALSABILLA AZ-ZAHRA

NPM : 235401446156



Pembimbing 1

Pembimbing 2

Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST.,S.KM., M.KM

Bdn. Yenny Aulya,S.ST.,M.Keb

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENTSRUASI PADA SISWI SD NEGERI
PONDOK PINANG 08

Nama Mahasiswa : SALSABILLA AZ-ZAHRA

NPM : 235401446156

Penguji 1 : Bdn. Putri Azzahroh, S.ST., M.Kes

()

Penguji 2 : Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST.,SKM.,M.KM

()

Penguji 3 : Bdn. Yenny Aulya, S.ST., M.Keb.

()



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Salsabilla Az-zahra

NPM : 235401446156

Judul Penelitian : Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi

Pada Siswi SD Negeri Pondok Pinang 08

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, 17 Januari 2025



Salsabilla Az-zahra

KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji sukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Faktor faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada siswi SD Negeri Pondok Pinang 08”.

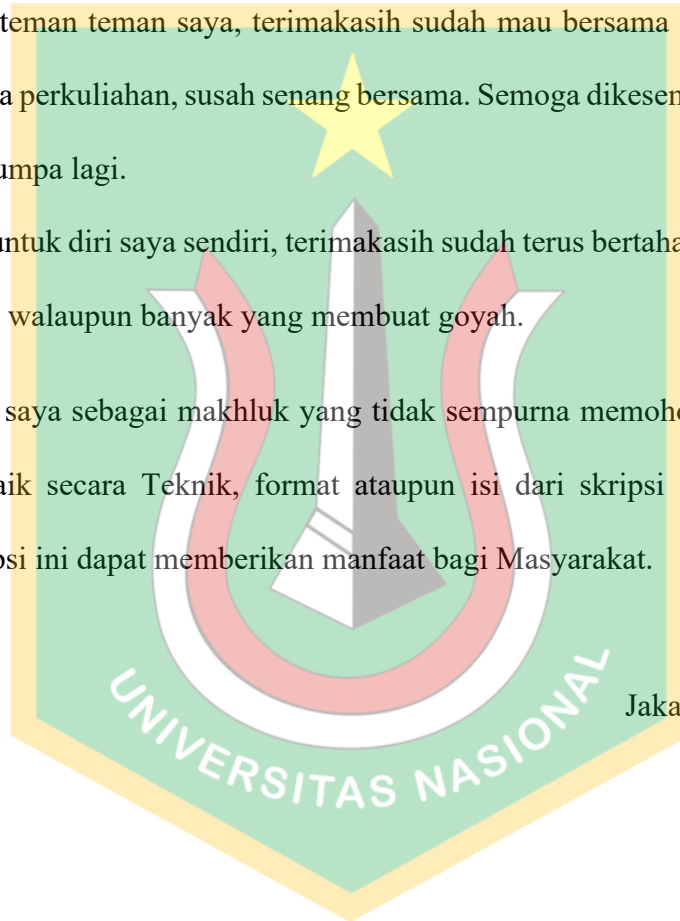
Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya Ridho Illahi, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “*Alhamdulillahirobilalamin*” beserta terimakasih yang sebesarbesarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ka. Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bdn. Putri Azzahroh, SST., M.Kes
3. Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST.,S.KM.,M.KM. selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Bdn. Yenny Aulya, S.ST., M.Keb. selaku pembimbing 2 yang telah bersabar dan memberi dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Seluruh dosen dan staff karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus.
6. Mama, Ayah & Adik saya, terimakasih sudah kebersamai saya dalam banyak hal, sudah membesarkan saya dengan penuh cinta tanpa ada rasa kurang, sudah selalu percaya dengan jalan yang saya pilih, mendukung cita cita saya serta mendukung

apapun yang saya inginkan. Saya harap mama dan ayah panjang umur dan selalu bahagia.

7. Teruntuk laki-laki dengan NRP 03010409 terimakasih sudah mendukung serta membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, sudah bersedia ketika penulis membutuhkan sesuatu, sudah membantu penulis baik moril maupun materil.
8. Teruntuk teman teman saya, terimakasih sudah mau bersama sama melewati naik turun masa perkuliahan, susah senang bersama. Semoga dikesempatan yang lain kita akan berjumpa lagi.
9. Terakhir untuk diri saya sendiri, terimakasih sudah terus bertahan dan tidak memilih menyerah walaupun banyak yang membuat goyah.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara Teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi Masyarakat.



Jakarta, November 2024

Penulis

Abstrak

FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENTSRUASI PADA SISWI SD NEGERI PONDOK PINANG 08

Salsabilla Az-zahra , Vivi Silawati , Yenny Aulya

Latar Belakang: Siklus menstruasi tidak normal memiliki efek yang membutuhkan waktu untuk segera ditangani, akan terjadi gangguan kesuburan (infiltrat) dan berisiko terkena anemia defisiensi besi dan osteoporosis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apasaja faktor faktor yang mempengaruhi gangguan siklus menstruasi.

Tujuan: Untuk mengetahui distribusi frekuensi antara variable independent maupun dependen, serta mengetahui hubungan konsumsi makanan cepat saji, aktivitas fisik, IMT, usia *menarche* dengan siklus menstruasi pada siswi kelas IV, V,VI di SD Negeri Pondok Pinang 08.

Metodologi: Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan metode observasi analitik. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan jumlah populasi terdiri dari 60 responden. Sampel dalam penelitian ini melibatkan 52 siswi yang dipilih menggunakan purposive sampling. Instrument penelitian menggunakan cara membagikan kuesioner kepada siswi. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji statistik Chi-Square. Uji Chi-Square digunakan untuk melihat saapakah ada hubungan yang signifikan antara variabel-variabel yang diukur dalam penelitian ini.

Hasil Penelitian : Berdasarkan hasil penelitian ditemukan hubungan signifikan antara faktor-faktor tertentu dengan gangguan siklus menstruasi. Pertama, konsumsi makanan cepat saji secara sering berhubungan dengan gangguan siklus menstruasi ($p = 0,006$, $OR = 0,167$). Kedua, aktivitas fisik juga mempengaruhi siklus menstruasi ($p = 0,027$, $OR = 4,22$). Ketiga, indeks massa tubuh (IMT) yang memiliki hubungan signifikan dengan gangguan siklus menstruasi ($p = 0,014$, $OR = 5$). Terakhir, usia *menarche* juga berpengaruh, di mana usia *menarche* mempunyai peluang 4,20 kali mengalami gangguan siklus menstruasi ($p = 0,031$, $OR = 4,20$).

Kesimpulan dan Saran : Menunjukan bahwa ada hubungan antara makanan cepat saji, aktivitas fisik, indeks masa tubuh, usia *menarche* terhadap siklus menstruasi dan diharapkan siswi SD Negeri Pondok Pinang 08 dapat menjaga pola makan dan pola hidup sehat

Kata kunci : Siklus Menstruasi, Faktor penyebab gangguan siklus menstruasi, konsumsi makanan cepat saji, aktivitas fisik, IMT, usia *menarche*

Kepustakaan: 30 Pustaka (2019-2024)

Abstract

FACTORS RELATED TO MENSTRUAL CYCLE IN STUDENTS OF STATE ELEMENTARY SCHOOL PONDOK PINANG 08

Salsabilla Az-zahra, Vivi Silawati, Yenny Aulya

Background: Irregular menstrual cycles have effects that require time to be treated immediately, there will be fertility disorders (infertility) and the risk of iron deficiency anemia and osteoporosis. This study aims to determine what factors influence menstrual cycle disorders.

Objectives: To determine the frequency distribution between independent and dependent variables, and to determine the relationship between fast food consumption, physical activity, BMI, age of menarche with the menstrual cycle in grade IV, V, VI female students at State Elementary School Pondok Pinang 08.

Methodology: The study used a quantitative approach using the analytical observation method. This study used a cross-sectional design with a population of 60 respondents. The sample in this study involved 52 female students selected using purposive sampling. The research instrument used a method of distributing questionnaires to female students. The collected data were then analyzed using the Chi-Square statistical test. The Chi-Square test is used to see if there is a significant relationship between the variables measured in this study.

Results: Based on the results of the study, a significant relationship was found between certain factors and menstrual cycle disorders. First, frequent consumption of fast food is associated with menstrual cycle disorders ($p = 0.006$, $OR = 0.167$). Second, physical activity also affects the menstrual cycle ($p = 0.027$, $OR = 4.22$). Third, body mass index (BMI) has a significant relationship with menstrual cycle disorders ($p = 0.014$, $OR = 5$). Finally, age of menarche also has an effect, where age of menarche has a 4.20 times chance of experiencing menstrual cycle disorders ($p = 0.031$, $OR = 4.20$).

Conclusion and Suggestion: Shows that there is a relationship between fast food, physical activity, body mass index, age of menarche and the menstrual cycle and it is expected that students of Pondok Pinang 08 Elementary School can maintain a healthy diet and lifestyle.

Keywords: Menstrual Cycle, Factors causing menstrual cycle disorders, fast food consumption, physical activity, BMI, age of menarche

References: 30 (2019-2024).

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN IDENTITAS	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan	5
1.4.2 Bagi SD Negeri Pondok Pinang 08.....	5
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Kajian Teori	7

2.1.1	Remaja Awal.....	7
2.1.2	Siklus Menstruasi.....	9
2.2	Kerangka Teori.....	25
2.3	Kerangka Konsep.....	25
2.4	Hipotesa.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		27
3.1	Desain penelitian.....	27
3.2	Populasi dan Sampel.....	27
3.2.1	Populasi Penelitian.....	27
3.2.2	Sampel.....	28
3.3	Lokasi Penelitian.....	28
3.4	Waktu Penelitian.....	29
3.5	Variabel Penelitian.....	29
3.6	Definisi Operasional.....	30
3.7	Instrument Penelitian.....	31
3.8	Validitas dan Reliabilitas.....	31
3.8.1	Uji Validitas.....	31
3.8.2	Uji Reliabilitas.....	31
3.9	Rencana Pengumpulan, Pengelolaan dan Analisis Data.....	31
3.9.1	Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.9.2	Pengolahan Data.....	32
3.9.3	Analisis Data.....	33
3.10	Etika penelitian.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		36

4.1	Hasil Penelitian	36
4.1.1	Analisis Univariat.....	36
4.1.2	Analisis Bivariat.....	38
4.2	Pembahasan.....	40
4.2.1	Hubungan Antara Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Siklus Menstruasi.....	40
4.2.2	Hubungan Antara Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi.....	43
4.2.3	Hubungan Antara Indeks Masa Tubuh Terhadap Siklus Menstruasi.....	44
4.2.4	Hubungan Antara Usia <i>Menarche</i> Terhadap Siklus Menstruasi.....	46
BAB V	PENUTUP	48
5.1	Kesimpulan	48
5.2	Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA		50



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Skor jawaban frekuensi konsumsi fast food	19
Tabel 2. 2 kategori IMT/U Anak Umur 5 – 18 Tahun	23
Tabel 2. 3 Definisi Operasional	30
Tabel 4. 1 Frekuensi makanan cepat saji.....	36
Tabel 4. 2 Aktivitas Fisik 1	36
Tabel 4. 3 Indeks Masa Tubuh (IMT)	37
Tabel 4. 4 Usia Menarche	37
Tabel 4. 5 Siklus Menstruasi	37
Tabel 4. 6 Analisis hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji terhadap Siklus Menstruasi	38
Tabel 4. 7 Analisis hubungan Aktivitas Fisik terhadap Siklus Menstruasi.....	39
Tabel 4. 8 Analisis hubungan Indeks Masa Tubuh terhadap Siklus Menstruasi	39
Tabel 4. 9 Analisis hubungan Usia Menarche terhadap Siklus Menstruasi	40



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian dari Instans
- Lampiran 3 Informed Consent Peneliti
- Lampiran 4 Instrumen Penilaian
- Lampiran 5 Mentah penelitian
- Lampiran 6 Hasil Output Analisis data
- Lampiran 7 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 8 Uji Etik
- Lampiran 9 Biodata Penulis

