

**HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN TINGKAT
STRESS TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI 1 PRINGSURAT PROVINSI JAWA TENGAH**

SKRIPSI



Oleh:

HANIVA LUKMA SARI

214201446044

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA
2023**

HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN TINGKAT
STRESS TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI 1 PRINGSURAT PROVINSI JAWA TENGAH

SKRIPSI

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



Oleh:

HANIVA LUKMA SARI

214201446044

UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA
2023

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN TINGKAT STRES TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 PRINGSURAT PROVINSI JAWA TENGAH

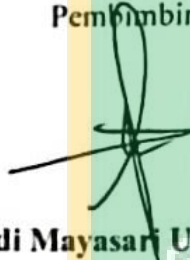
Oleh:

HANIVA LUKMA SARI

NPM: 214201446044

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 08 Februari 2023

Pembimbing I



Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep

Pembimbing II



Ns. Milla Evelianti S, S.Kep., M.KM

Mengesahkan,



Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah

Nama Mahasiswa : Haniva Lukma Sari

NPM : 214201446044



HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah

Nama Mahasiswa : Haniva Lukma Sari

NPM : 214201446044

- Menyetujui,
1. Penguji 1 : Ns. Dayan Hisni, MNS (
 2. Penguji 2 : Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep (
 3. Penguji 3 : Ns. Milla Evelianti S, S.Kep., M.KM (



(*[Signature]*)
(*[Signature]*)
(*[Signature]*)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama Mahasiswa : Haniva Lukma Sari

NPM : 214201446044

Judul Skripsi : Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Tingkat

Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di
SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah

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, 8 Februari 2023



Haniva Lukma Sari

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 “Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Tingkat Stress terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah”

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 “Alhamdulillahilalamin” beserta terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Dayan Hisni, S.Kep., M.N.S.
3. Ibu Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep, selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Ibu Ns. Milla Evelianti S, S.Kep.,M.KM, selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ibu Ns. Dwi Rochyati, M.Kep, selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
7. Kepala sekolah dan seluruh staff karyawan SMA Negeri 1 Pringsurat Privinsi Jawa Tengah yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.
8. Adik-adik kelas 10 SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Bapak, Ibu dan adik penulis yang telah memberikan doa dan dukungan selama proses pembuatan skripsi ini.
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta kelas B Angkatan 2021.
11. Orang baik yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.

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, 8 Februari 2023

Haniva Lukma Sari

Abstrak

HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN TINGKAT STRESS TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 PRINGSURAT PROVINSI JAWA TENGAH

Haniva Lukma Sari, Andi Mayasari Usman, Milla Evelianti Saputri

Latar Belakang: Siklus menstruasi seringkali tidak teratur dan cenderung bervariasi selama masa remaja. Remaja putri yang berusia 15-19 tahun, (11,7%) melaporkan mengalami menstruasi tidak teratur. Faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi yang tidak teratur ini antara lain Indeks Massa Tubuh (IMT) dan tingkat stress. Efek dari siklus menstruasi yang tidak teratur akan menyebabkan gangguan menstruasi.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah

Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 102 orang remaja putri. Sampel diambil menggunakan Teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian ini diuji dengan uji statistik *Chi Square* dengan signifikansi $\alpha = <0.05$. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah dengan menggunakan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), Kuesioner DASS-42 (*Depression Anxiety Stress Scales*), dan siklus menstruasi.

Hasil Penelitian: Dari hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan nilai $P=0.000$ ($\alpha < 0.05$) dan tingkat stress $P=0.000$ ($\alpha < 0.05$) dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pringsurat Provinsi Jawa Tengah

Simpulan dan Saran: Memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang rendah dan tinggi berdampak kepada kestabilan hormon yang dihasilkan sehingga akan mempengaruhi keteraturan siklus menstruasi, demikian juga dengan tingkat stress yang semakin tinggi dapat memperberat gangguan siklus menstruasi. Serta sarannya yaitu untuk menyeimbangkan asupan kalori dan menjaga kesehatan fisik serta mental.

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

Kepustakaan: 50 pustaka (2013-2022)

Abstract

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX AND STRESS LEVEL ON MENSTRUATION CYCLE AMONG FEMALE ADOLESCENT AT PRINGSURAT SENIOR HIGH SCHOOL CENTRAL JAVA PROVINCE

Haniva Lukma Sari, Andi Mayasari Usman, Milla Evelianti Saputri

Background: Menstrual cycles are often irregular and tend to vary during adolescence. Among adolescent girls aged 15-19 years, (11.7%) reported experiencing irregular menstruation. Factors that influence this irregular menstrual cycle include Body Mass Index (BMI) and stress levels. The effects of an irregular menstrual cycle will cause menstrual disorders.

Aim: to identify the relationship between body mass index and stress level with menstruation cycle among female adolescent senior high school central Java Province.

Methodology: This study used a cross-sectional research design. The sample in this study amounted to 102 adolescent girls. Samples were taken using purposive sampling technique. The results of this study were tested with Chi Square statistical test with significance $\alpha = <0.05$. This study was conducted at SMA Negeri 1 Pringsurat, Central Java Province using measurements of Body Mass Index (BMI), DASS-42 (Depression Anxiety Stress Scales) Questionnaire, and menstrual cycle..

Results: The results of this study indicate that there is a relationship between body mass index (BMI) with a value of $P = 0.000$ ($\alpha < 0.05$) and stress level $P = 0.000$ ($\alpha < 0.05$) with the menstrual cycle in adolescent girls at SMA Negeri 1 Pringsurat, Central Java Province.

Conclusion and suggestion: Having a low and high Body Mass Index (BMI) has an impact on the stability of the hormones produced so that it will affect the regularity of the menstrual cycle, as well as higher levels of stress can aggravate menstrual cycle disorders. And the suggestion is to balance calorie intake and maintain physical and mental health.

Keywords: Body mass index, stress, menstruation cycle, adolescent.

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Kajian Teori	8
2.1.1 Tinjauan Umum Mengenai Remaja.....	8
2.1.2 Tinjauan Umum Mengenai Indeks Massa Tubuh (IMT).....	10
2.1.3 Tinjauan Umum Mengenai Stres	12
2.1.4 Tinjauan Umum Mengenai Menstruasi	15

2.2 Kerangka Teori	29
2.3 Kerangka Konsep.....	30
2.4 Hipotesis Penelitian	30

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

1.1 Desain Penelitian	32
1.2 Populasi dan Sample.....	32
1.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
1.4 Definisi Operasional.....	36
1.5 Variabel Penelitian	37
1.6 Instrumen Penelitian.....	38
1.7 Uji Validitas dan Reabilitas.....	40
1.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	43
1.9 Pengelolaan Data.....	44
1.10 Analisis Data	46
1.11 Etika Penelitian.....	48

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	50
4.2 Pembahasan Penelitian.....	56
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	62

BAB V. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan.....	63
5.2 Saran	63

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	halaman
2.1 Tabel Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) menurut WHO	11
2.2 Tabel Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) menurut WHO	11
3.1 Tabel Populasi Penelitian	33
3.2 Tabel Definisi Operasional	36
3.3 Tabel Klasifikasi Indeks Massa Tubuh	39
3.4 Tabel Tingkat Stress	40
4.1 Tabel Distribusi Frekuensi Usia Responden	51
4.2 Tabel Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh (IMT) Responden .	52
4.3 Tabel Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Responden	53
4.4 Tabel Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Responden	53
4.5 Tabel Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Siklus Menstruasi	54
4.6 Tabel Hubungan antara Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi ...	56



DAFTAR GAMBAR

	halaman
2.1 Gambar Kerangka Teori	29
2.2 Gambar Kerangka Konsep	30



DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: Neurohormonal Adrenocorticotropic Hormone
AUB	: <i>Abdominal Uterin Bledding</i>
BKKBN	: Badan Kependusukan dan Keluarga Berencana
BMI	: <i>Body Mass Indeks</i>
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
DUB	: <i>Dysfungsional Uterin Bledding</i>
FSH-RH	: <i>Follicle Stimulating Hormone Releasing Hormone</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin Releasing Hormone</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
Kg	: Kilogram
LH-RH	: <i>Luteinizing Hormone Releasing Hormone</i>
M	: Meter
PIH	: Prolactine Inhibiting Hormone
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
USB	: Unit Sekolah Baru
WHO	: <i>Whord Health Organization</i>
WPP	: <i>World Population Prospects</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian dari Instansi
- Lampiran 4 Informed Consent
- Lampiran 5 Instrumen Penelitian
- Lampiran 6 Table Master Data Mentah Penelitian
- Lampiran 7 Hasil Output Analisis Data
- Lampiran 8 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 9 Biodata Penulis
- Lampiran 10 Kajian Teori
- Lampiran 11 Uji Kesamaan/ Similaritas Naskah

