

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA SISWI
DI SMK BINA CENDIKIA BOGOR
TAHUN 2022**

SKRIPSI



OLEH :

LINDA INDRIYANI

215401446230

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
PROGRAM SARJANA
JAKARTA
2023**

**FACTORS ASSOCIATED WITH MENSTRUAL CYCLE
AMONG FEMALE STUDENTS
AT SMK BINA CENDIKIA
BOGOR IN 2022**

THESIS

*Submitted to fulfill the requirements to obtain a Bachelor's Degree
at the Midwifery Study Program Faculty of Health Sciences
National University
Jakarta*



**BY :
LINDA INDRIYANI
215401446230**

**NATIONAL UNIVERSITY
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
MIDWIFERY STUDY PROGRAM
UNDERGRADUATE PROGRAM
JAKARTA
2023**

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA SISWI
DI SMK BINA CENDIKIA BOGOR
TAHUN 2022**

SKRIPSI

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



OLEH :

LINDA INDRIYANI

215401446230

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
PROGRAM SARJANA
JAKARTA
2023**

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA SISWI
DI SMK BINA CENDIKIA BOGOR**

Oleh:
LINDA INDRIYANI
NPM: 215401446230

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 17 Februari 2023

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,


Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M. Kes


dr. Cholisah Suralaga, M. Kes

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

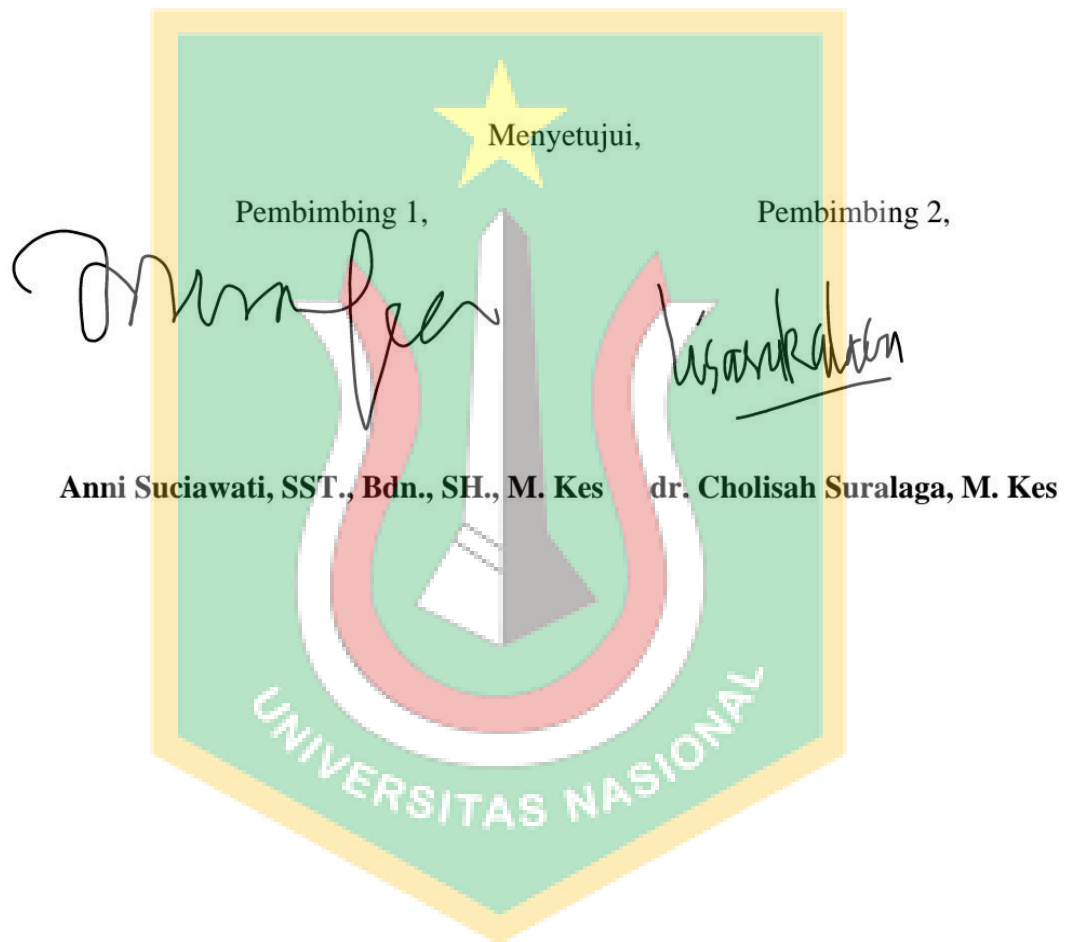



Dr. Retno Widowati, M.Si

Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus
Menstruasi Pada Siswi di SMK Bina Cendikia Bogor

Nama Mahasiswa : Linda Indriyani

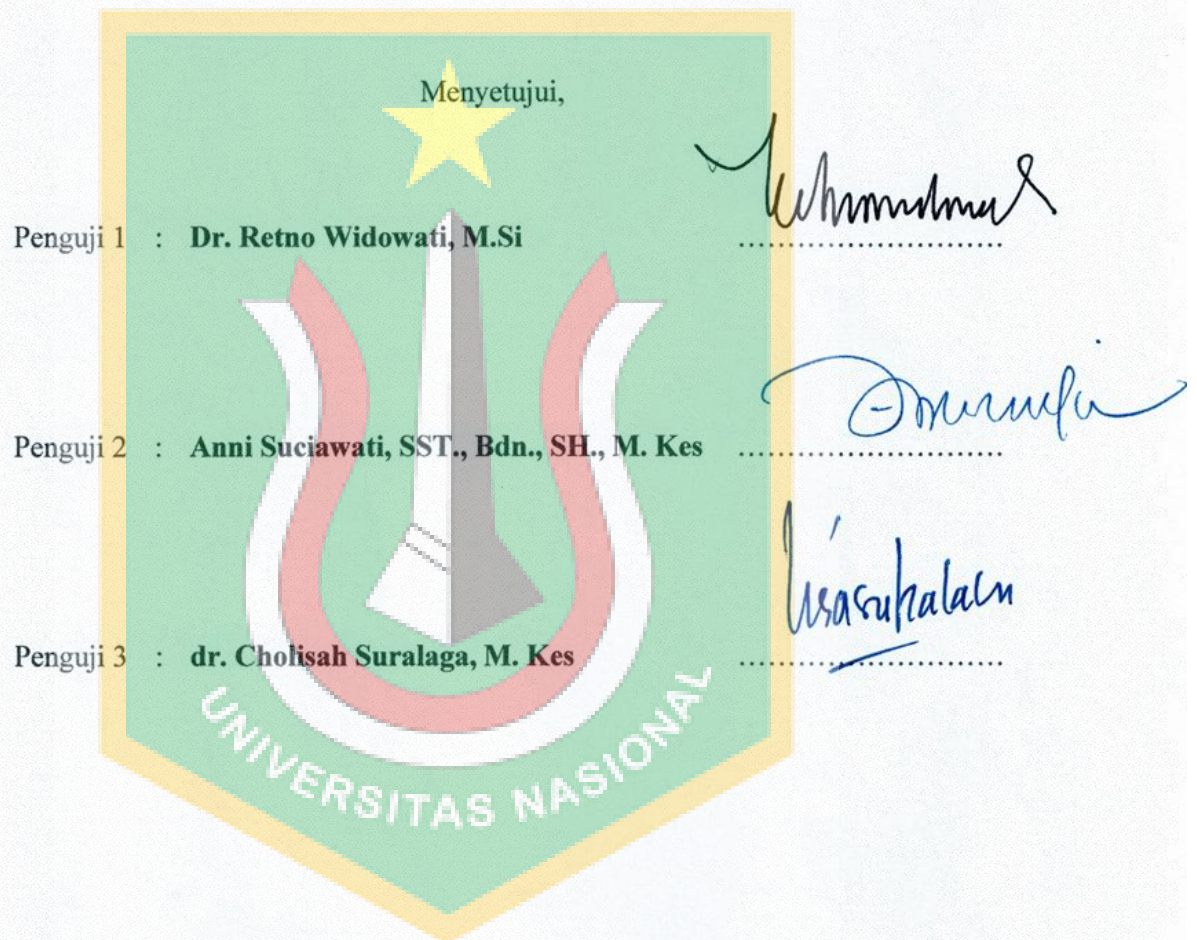
NPM : 215401446230



Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus
Menstruasi Pada Siswi di SMK Bina Cendikia Bogor

Nama Mahasiswa : Linda Indriyani

NPM : 215401446230



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Linda Indriyani

NPM : 215401446230

Judul Penelitian : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus

Menstruasi Pada Siswi di SMK Bina Cendikia

Bogor

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, 6 Februari 2023



(Linda Indriyani)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji sukur saya panjatkan kehadiran 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 SMK Bina Cendikia Bogor Tahun 2022”.

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 yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Dr. Retno Widowati, M.Si,
2. Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Vivi Silawati, SST., M.Keb.
3. Ibu Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M. Kes, selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Ibu dr. Cholisah Suralaga, M. Kes, selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi.
5. Ibu Jenny Anna Siauta, SST., M.Keb selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Kebidanan Program Sarjana FIKES UNAS.

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran dikampus FIKES UNAS.
7. Kepala Sekolah dan seluruh karyawan SMK Bina Cendikia Bogor yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.

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.



Bogor, 6 Februari 2023

(Linda Indriyani)

Abstrak

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA SISWI SMK BINA CENDIKIA BOGOR TAHUN 2022

Linda Indriyani, Anni Suciawati, Cholisah Suralaga

Latar Belakang: Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018) di Indonesia perempuan usia 10-59 tahun, siklus menstruasinya sebagian besar (68%) perempuan dengan menstruasi tidak teratur dan (13,7%) menstruasi tidak teratur dirasakan dalam 1 tahun terakhir. Normalnya wanita mengalami siklus menstruasi 28 hari dengan lama 4-6 hari setiap bulannya. Sistem metabolisme dan hormon dapat mempengaruhi perubahan siklus menstruasi seseorang.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan usia *menarche*, pengetahuan, aktivitas fisik, stress, status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi di SMK Bina Cendikia Bogor tahun 2022.

Metodologi: Penelitian analitik deskriptif menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 68 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan analisis bivariat menggunakan uji *chi square*.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas *menarche* pada usia >10 tahun (72%), pengetahuan baik (52,9%), aktifitas fisik ringan (48,5%), stress sedang (41,2%) dan status gizi normal (52,9%). Hasil uji *chi square* menunjukkan ada hubungan status gizi, stress, pengetahuan terhadap siklus menstruasi dan tidak ada hubungan usia *menarche* dan aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi.

Kesimpulan: ada hubungan yang bermakna antara status gizi, stress dan pengetahuan sedangkan, tidak ada hubungan yang bermakna usia *menarche* dan aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi.

Saran: Diharapkan untuk siswi dapat memperhatikan asupan nutrisi, pengendalian emosi dan menambah pengetahuan terkait kesehatan reproduksi terutama mengenai siklus menstruasi.

Kata kunci: Siklus Menstruasi, Usia *Menarche*, Pengetahuan, Aktivitas Fisik, Stress, Status Gizi.

Kepustakaan: 37 pustaka (2006-2022)

Abstract

FACTORS ASSOCIATED WITH THE MENSTRUATION CYCLE AMONG STUDENTS OF SMK BINA CENDIKIA BOGOR IN 2022

Linda Indriyani, Anni Suciawati, Cholisah Suralaga

Background: Based on Basic Health Research data (2018) in Indonesia for women aged 10-59 years, the menstrual cycle is mostly (68%) women with irregular menstruation and (13.7%) irregular menstruation felt in the last 1 year. Normally women experience a menstrual cycle of 28 days with a length of 4-6 days each month. Metabolism and hormone systems can affect changes in a person's menstrual cycle.

Objective: The purpose of this research is to ascertain whether menarche age, knowledge, physical activity, stress, nutritional status and the menstrual cycle in female students at SMK Bina Cendikia Bogor in 2022.

Methodology: Descriptive analytic research using a cross sectional research design. The sample in this study amounted to 68 female students. Total sampling is the selection method used. with the chi square test in bivariate analysis.

Results: The results reveal that the preponderance of menarche occurred in girls between the ages of >10 years (72%), good knowledge (52.9%), light physical activity (48.5%), moderate stress (41.2%) and normal nutritional status (52.9%). The chi square test's findings revealed a connection between nutritional status, stress, and knowledge of the menstrual cycle, but no connection between the age of menarche and the impact of physical exercise on the cycle.

Conclusion: There is a significant relationship between nutritional status, stress and knowledge whereas, there is no significant relationship between the age of menarche and physical activity on the menstrual cycle.

Suggestion: It is expected that female students can pay attention to nutritional intake, control emotions and increase knowledge related to reproductive health, especially regarding the menstrual cycle.

Keywords: menstrual cycle, age of menarche, knowledge, physical activity, stress, nutritional status.

References: 37 (2006-2022).

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	vi
PRAKATA	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Landasan Teori	6
2.1.1 Remaja.....	6
2.1.2 Menstruasi	14
2.1.3 Menarche.....	25
2.1.4 Pengetahuan.....	27
2.1.5 Aktivitas Fisik	30
2.1.6 Stress.....	32
2.1.7 Status Gizi	38
2.2 Kerangka Teori	43
2.3 Kerangka Konsep.....	44
2.4 Hipotesis Penelitian	45

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	46
3.1 Desain Penelitian	46
3.2 Populasi dan Sampel.....	46
3.2.1 Populasi	46
3.2.2 Sampel.....	46
3.3 Lokasi Penelitian	47
3.4 Waktu Penelitian	47
3.5 Variabel Penelitian	47
3.6 Definisi Operasional Penelitian.....	47
3.7 Instrumen Penelitian.....	49
3.8 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	49
3.9 Prosedur Pengumpulan Data.....	49
3.10 Analisis Data	50
3.10.1 Persiapan.....	50
3.10.2 Tabulasi.....	50
3.11 Etika Penelitian.....	54
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	55
4.1 Hasil Penelitian.....	55
4.1.1 Analisis Univariat.....	55
4.1.2 Analisis Bivariat.....	58
4.2 Pembahasan.....	62
4.2.1 Analisis Univariat	62
4.2.2 Analisis Bivariat	65
4.2.3 Keterbatasan Penelitian.....	71
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN.....	72
5.1 Simpulan.....	72
5.2 Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Ciri Pria dan Wanita Remaja.....	12
3.1 Definisi Operasional Penelitian.....	47
4.1 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Pada Siswi.....	56
4.2 Distribusi Frekuensi Usia <i>Menarche</i> Pada Siswi.....	56
4.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Pada Siswi.....	57
4.4 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Pada Siswi.....	57
4.5 Distribusi Frekuensi Stress Pada Siswi.....	58
4.6 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Siswi.....	58
4.7 Hubungan Usia <i>Menarche</i> Terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi...	59
4.8 Hubungan Pengetahuan Terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi.....	60
4.9 Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi....	61
4.10 Hubungan Stress Terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi.....	62
4.11 Hubungan Status Gizi Terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi.....	63



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Grafik <i>BMI-for-age</i>	42
2.2 Kerangka Teori.....	43
2.3 Kerangka Konsep	44



DAFTAR SINGKATAN

Depkes	: Departemen Kesehatan
RISDAKES	: Riset Dasar Kesehatan
ISR	: Infeksi Saluran Reproduksi
PMS	: Penyakit Menular Seksual
HIV	: <i>Human Immunodeficiency Virus</i>
AIDS	: <i>Acquired Immunodeficiency Syndrome</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
PMS	: <i>Pre-menstruasi Syndrome</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin Releasing Hormone</i>
AUB	: <i>Abnormal Uterin Bledding</i>
DUB	: <i>Dysfungsional Uterin Bledding</i>
GAS	: <i>General Adaptation Syndrome</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
BMI	: <i>Body Mass Indeks</i>
Kemendikbud	: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Biodata Penulis
- Lampiran 2 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 3 : Surat Balasan Ijin Studi Penelitian
- Lampiran 4 : *Informed Consent*
- Lampiran 5 : Lembar Kuesioner
- Lampiran 6 : Master Tabel
- Lampiran 7 : Hasil Penelitian
- Lampiran 8 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 9 : *LoA (Letter of Acceptance)*
- Lampiran 10 : Dokumentasi

