

# **HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMP KANISIUS GAYAM YOGYAKARTA**

**Karya Tulis Ilmiah**

Dimaksudkan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran  
Di Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh:

**Yosephine Muliana**

**41110024**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA  
YOGYAKARTA**

**2015**

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

### HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMP KANISIUS GAYAM YOGYAKARTA

Telah dimajukan dan dipertahankan oleh:

**YOSEPHINE MULIANA**

**41110024**

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran

Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta

Dan dinyatakan **DITERIMA**

Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Kedokteran pada tanggal 28 Juli 2015

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. dr. Margareta Yuliani, Sp.A  
(Dosen Pembimbing I/ Ketua Tim)
2. dr. Estya Dewi, Sp. OG  
(Dosen Pembimbing II)
3. DR. dr. FX. Wikan Indarto, Sp.A  
(Dosen Penguji)





Yogyakarta, 28 Juli 2015

Disahkan Oleh,

Dekan,

Wakil Dekan I Bidang Akademik



Prof. dr. Jonathan Willy Siagian, Sp. PA



dr. Sugianto, M.Kes., Sp.S., Ph.D.

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul :

### HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMP KANISIUS GAYAM YOGYAKARTA

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya tulis pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenakan sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, Juli 2015



Yosephine Muliana

41110024

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang bertandatangan dibawah ini, saya :

Nama : **Yosephine Muliana**

NIM : **41110024**

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

### HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMP KANISIUS GAYAM YOGYAKARTA

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Yogyakarta, Juli 2015

Yang menyatakan,



**Yosephine Muliana**

## **Kata Pengantar**

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas berkat dan KaruniaNya yang tiada berkesudahan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah dengan judul “Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Kanisius Gayam Yogyakarta” dapat diselesaikan dengan baik.

Tentunya dalam menghadapi dan menjalani pembuatan penelitian ini penulis mengalami berbagai rintangan dan kendala. Namun melalui penyertaan Tuhan dan dukungan dari berbagai pihak semua itu dapat dilalui dengan baik. Penulis dalam hal ini mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada orang-orang berikut:

1. dr. Margareta Yuliani, Sp.A selaku dosen pembimbing pertama dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
2. dr. Estya Dewi, Sp. OG selaku dosen pembimbing kedua dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
3. DR. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A selaku dosen penguji dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
4. Seluruh dekanat, staf dosen dan karyawan di Fakultas Kedokteran UKDW yang sudah membantu dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
5. Seluruh pihak SMP Kanisius Gayam Yogyakarta yang membantu dan mengijinkan penelitian ini berlangsung.
6. Orangtua tercinta, Indra Muliana dan Woen Leng Na beserta keluarga atas dukungan doa kepada penulis dan atas pembiayaan penelitian ini.
7. Teman-teman Kuliah Kerja Nyata: Aryo Nugroho, Ruth Jovita A.A, Nugraha Taruna Saputra, Angger Satya Utama, Johan Setiawan, dan Irene Wijaya dalam doa dan dukungannya.
8. Sherly Kurniawan C.S, Meary Mira, Andre Reynaldo, dan Omegalia Prima teman-teman satu bimbingan sebagai pemberi masukan dan motivasi kepada penulis.

9. Teman-teman seperjuangan seperti Randolph Samuel Sarumpaet, Wahyu Sigit, Maria Aprilia Dini, Dyah Wulaningsih, Gina Niscita, Yolenta Marganingsih, Theresia Dita, Dyah Larasati, dan Rika Renieta yang sudah membantu memberi ide dan solusi serta motivasi kepada penulis.
10. Sejawat FK 2011 yang sudah memberi semangat dan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
11. Dan kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung terlibat serta mendukung penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan, oleh sebab itu penulis memohon maaf dan terbuka menerima semua saran yang diberikan. Atas dukungannya penulis mengucapkan terimakasih.

Yogyakarta, Juli 2015

Yang menyatakan,

**Yosephine Muliana**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	2
1.3. Tujuan Penelitian .....	3
1.4. Manfaat Penelitian.....	3
1.5. Keaslian Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1. Telaah Pustaka .....	7
2.1.1. Status Gizi .....	7
2.1.1.1. Pengertian Gizi.....	7
2.1.1.2. Pengertian Status Gizi.....	8
2.1.1.3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi.....	8
2.1.2. Siklus Menstruasi.....	15
2.1.2.1. Definisi Menstruasi.....	15
2.1.2.2. Siklus Menstruasi.....	15
2.1.2.3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi .....	17
2.2. Kerangka Teori.....	20
2.3. Kerangka Konsep.....	21
2.4. Hipotesis.....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1. Desain Penelitian .....	23
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian .....	23

3.3.	Populasi dan Sampel .....	23
3.4.	Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional .....	25
3.5.	Besar Sampel .....	26
3.6.	Bahan Dan Alat Penelitian .....	27
3.7.	Pelaksanaan Penelitian .....	27
3.8.	Analisis Data .....	28
3.9.	Jadwal Penelitian .....	28
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>		
4.1.	Hasil Penelitian .....	30
4.2.	Pembahasan .....	35
4.3.	Kekurangan Penelitian .....	40
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>		
5.1.	Kesimpulan .....	41
5.2.	Saran .....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>42</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>45</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian .....	5
Tabel 2.1	Klasifikasi IMT menurut WHO .....	14
Tabel 2.2	Klasifikasi IMT menurut Kemenkes RI 2010 untuk anak usia 5-18 tahun .....	14
Tabel 4.1	Karakteristik sampel.....	30
Tabel 4.2	Distribusi sampel berdasarkan Usia dan Status Gizi.....	32
Tabel 4.3	Distribusi sampel berdasarkan Usia dan siklus menstruasi.....	33
Tabel 4.4	Distribusi sampel berdasarkan Status Gizi dan siklus menstruasi.....	34
Tabel 4.5	Hasil analisis bivariat hubungan antara status gizi, stres, status kesehatan, diet, aktifitas fisik terhadap siklus menstruasi.....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Fase pertumbuhan endometrium dan menstruasi selama setiap siklus bulanan seksual wanita .....	17
Gambar 2.2 Kerangka teori .....	20
Gambar 2.3 Kerangka konsep .....	21
Gambar 3.1 Rancangan penelitian <i>Cross Sectional</i> .....	23

©UKDWN

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Keterangan Kelaikan Etik
- Lampiran 2. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 3. Kuesioner
- Lampiran 4. Hasil Analisis Bivariat dan Multivariat

©UKDW

## HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMP KANISIUS GAYAM YOGYAKARTA

Yosephine Muliana\*, dr Margareta Yuliani Sp A, dr Estya Dewi Sp OG, DR dr  
FX Wikan Indrarto Sp A  
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana/SMP Kanisius Gayam  
Yogyakarta

Korespondensi: FakultasKedokteranUniversitas Kristen Duta Wacana  
Jl. Dr. WahidinSudiroHusodo No. 5 – 25  
Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: kedokteran@ukdw.ac.id

### ABSTRAK

**Pendahuluan** : Pada remaja putri, pubertas ditandai dengan munculnya menstruasi pertama kali (*menarche*). Menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional, rentang umur usia remaja adalah 10-19 tahun. Populasi remaja putri menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah tahun 2006 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun di Jawa Tengah ± sejumlah 2.916.399 juta jiwa. Menstruasi biasanya dimulai antara umur 10-16 tahun tergantung pada berbagai faktor termasuk kesehatan wanita, konsumsi gizi dan status gizi. Asupan gizi yang tidak adekuat dapat mempengaruhi ketidakteraturan menstruasi pada kebanyakan remaja putri. Gizi kurang akan menyebabkan gangguan pada fungsi reproduksi. Hal ini dapat menyebabkan gangguan haid, tetapi jika asupan nutrisinya baik maka hal ini akan membaik.

**Tujuan**: Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Yogyakarta.

**Metode** : Penelitian observasional dengan menggunakan metode penelitian *cross sectionals* dengan menggunakan kuesioner yang diisi oleh remaja putri kelas 7-9 SMP Kanisius Gayam Yogyakarta pada bulan Mei 2015 kemudian dianalisis secara bivariat dengan uji chi-square.

**Hasil** : Dari 41 responden yang ada didapatkan sebanyak 30 siswi (73,2 %) yang mempunyai BMI normal. Sedangkan untuk BMI gemuk yakni sebanyak 6 siswi (14,63 %). Disusul oleh responden yang memiliki BMI obesitas yakni sebanyak 3 siswi (7,32 %) dan responden yang memiliki BMI kurus yakni sebanyak 2 siswi (4,88 %). Selain itu didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami siklus menstruasi yang teratur yaitu sebanyak 31 responden (75,6 %). Sedangkan responden yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 10 responden (24,4 %). Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi ( $p=0,700$ ). Faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi berturut-turut adalah diet ( $p=0,610$ ), stres ( $p=0,292$ ), aktifitas fisik ( $p=0,270$ ), dan status kesehatan ( $p=0,006$ ).

**Kesimpulan** : Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Kanisius Gayam Yogyakarta.

**Kata Kunci** : Status gizi, siklus menstruasi, remaja putri, stres, diet, status kesehatan, aktifitas fisik.

**RELATIONS WITH NUTRITIONAL STATUS IN YOUNG WOMEN  
MENSTRUAL CYCLE IN KANISIUS GAYAM JUNIOR HIGH SCHOOL  
YOGYAKARTA**

**Yosephine Muliana\*, dr Margareta Yuliani Sp A, dr Estya Dewi Sp OG, DR dr  
FX Wikan Indrarto Sp A  
Medical Faculty, Duta Wacana Christian University / Kanisius Gayam  
Junior High School Yogyakarta**

Correspondence: Medical Faculty, Duta Wacana Christian University  
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5 – 25  
Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: kedokteran@ukdw.ac.id

**ABSTRACT**

**Background** : In the girls, puberty is marked by the appearance of the first menstruation (menarche). According to the National Family Planning Coordinating Board, the age range was 10-19 years adolescence. Young population according to data from the Central Statistics Agency of Central Java province in 2006 the number of young women aged 10-19 in Central Java ± number of 2,916,399 million inhabitants. Menstruation usually begins between the ages of 10-16 years depending on various factors including a woman's health, nutrient intake and nutritional status. Inadequate nutrition can affect menstrual irregularities in most young women. Malnutrition will cause interference with the reproductive function. It can cause menstrual disorders, but if nutritional intake is good then things will improve.

**Purpose** : To determine the relationship between nutritional status and the menstrual cycle in young girls in Yogyakarta.

**Method** : Observational study using cross sectionals research methods using questionnaires filled out by teenage girls grade 7-9 junior Kanisius Gayam Yogyakarta in May 2015 and then analyzed using bivariate with chi-square test.

**Results** : Of the 41 respondents that is obtained by 30 students (73.2%) who had a normal BMI. As for the obese BMI as 6 students (14.63%). Followed by respondents who have a BMI of obesity that as many as three students (7.32%) and respondents who have a BMI thin that as many as 2 students (4.88%). In addition it was found that most of the respondents had a regular menstrual cycle as many as 31 respondents (75.6%). While respondents who experience irregular menstrual cycles as much as 10 respondents (24.4%). Chi-square test results showed that there was no association between nutritional status and the menstrual cycle ( $p = 0.700$ ). Factors that influence the menstrual cycle in a row is diet ( $p = 0.610$ ), stress ( $p = 0.292$ ), physical activity ( $p = 0.270$ ), and health status ( $p = 0.006$ ).

**Conclusion** : There was no relationship between nutritional status and the menstrual cycle in young girls in Kanisius Gayam Junior High School Yogyakarta.

**Keywords** : Nutritional status, menstrual cycle, young, stress, diet, health status, physical activity.

## HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMP KANISIUS GAYAM YOGYAKARTA

Yosephine Muliana\*, dr Margareta Yuliani Sp A, dr Estya Dewi Sp OG, DR dr  
FX Wikan Indrarto Sp A  
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana/SMP Kanisius Gayam  
Yogyakarta

Korespondensi: FakultasKedokteranUniversitas Kristen Duta Wacana  
Jl. Dr. WahidinSudiroHusodo No. 5 – 25  
Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: kedokteran@ukdw.ac.id

### ABSTRAK

**Pendahuluan** : Pada remaja putri, pubertas ditandai dengan munculnya menstruasi pertama kali (*menarche*). Menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional, rentang umur usia remaja adalah 10-19 tahun. Populasi remaja putri menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah tahun 2006 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun di Jawa Tengah ± sejumlah 2.916.399 juta jiwa. Menstruasi biasanya dimulai antara umur 10-16 tahun tergantung pada berbagai faktor termasuk kesehatan wanita, konsumsi gizi dan status gizi. Asupan gizi yang tidak adekuat dapat mempengaruhi ketidakteraturan menstruasi pada kebanyakan remaja putri. Gizi kurang akan menyebabkan gangguan pada fungsi reproduksi. Hal ini dapat menyebabkan gangguan haid, tetapi jika asupan nutrisinya baik maka hal ini akan membaik.

**Tujuan**: Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Yogyakarta.

**Metode** : Penelitian observasional dengan menggunakan metode penelitian *cross sectionals* dengan menggunakan kuesioner yang diisi oleh remaja putri kelas 7-9 SMP Kanisius Gayam Yogyakarta pada bulan Mei 2015 kemudian dianalisis secara bivariat dengan uji chi-square.

**Hasil** : Dari 41 responden yang ada didapatkan sebanyak 30 siswi (73,2 %) yang mempunyai BMI normal. Sedangkan untuk BMI gemuk yakni sebanyak 6 siswi (14,63 %). Disusul oleh responden yang memiliki BMI obesitas yakni sebanyak 3 siswi (7,32 %) dan responden yang memiliki BMI kurus yakni sebanyak 2 siswi (4,88 %). Selain itu didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami siklus menstruasi yang teratur yaitu sebanyak 31 responden (75,6 %). Sedangkan responden yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 10 responden (24,4 %). Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi ( $p=0,700$ ). Faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi berturut-turut adalah diet ( $p=0,610$ ), stres ( $p=0,292$ ), aktifitas fisik ( $p=0,270$ ), dan status kesehatan ( $p=0,006$ ).

**Kesimpulan** : Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Kanisius Gayam Yogyakarta.

**Kata Kunci** : Status gizi, siklus menstruasi, remaja putri, stres, diet, status kesehatan, aktifitas fisik.

**RELATIONS WITH NUTRITIONAL STATUS IN YOUNG WOMEN  
MENSTRUAL CYCLE IN KANISIUS GAYAM JUNIOR HIGH SCHOOL  
YOGYAKARTA**

**Yosephine Muliana\*, dr Margareta Yuliani Sp A, dr Estya Dewi Sp OG, DR dr  
FX Wikan Indrarto Sp A  
Medical Faculty, Duta Wacana Christian University / Kanisius Gayam  
Junior High School Yogyakarta**

Correspondence: Medical Faculty, Duta Wacana Christian University  
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5 – 25  
Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: kedokteran@ukdw.ac.id

**ABSTRACT**

**Background** : In the girls, puberty is marked by the appearance of the first menstruation (menarche). According to the National Family Planning Coordinating Board, the age range was 10-19 years adolescence. Young population according to data from the Central Statistics Agency of Central Java province in 2006 the number of young women aged 10-19 in Central Java ± number of 2,916,399 million inhabitants. Menstruation usually begins between the ages of 10-16 years depending on various factors including a woman's health, nutrient intake and nutritional status. Inadequate nutrition can affect menstrual irregularities in most young women. Malnutrition will cause interference with the reproductive function. It can cause menstrual disorders, but if nutritional intake is good then things will improve.

**Purpose** : To determine the relationship between nutritional status and the menstrual cycle in young girls in Yogyakarta.

**Method** : Observational study using cross sectionals research methods using questionnaires filled out by teenage girls grade 7-9 junior Kanisius Gayam Yogyakarta in May 2015 and then analyzed using bivariate with chi-square test.

**Results** : Of the 41 respondents that is obtained by 30 students (73.2%) who had a normal BMI. As for the obese BMI as 6 students (14.63%). Followed by respondents who have a BMI of obesity that as many as three students (7.32%) and respondents who have a BMI thin that as many as 2 students (4.88%). In addition it was found that most of the respondents had a regular menstrual cycle as many as 31 respondents (75.6%). While respondents who experience irregular menstrual cycles as much as 10 respondents (24.4%). Chi-square test results showed that there was no association between nutritional status and the menstrual cycle ( $p = 0.700$ ). Factors that influence the menstrual cycle in a row is diet ( $p = 0.610$ ), stress ( $p = 0.292$ ), physical activity ( $p = 0.270$ ), and health status ( $p = 0.006$ ).

**Conclusion** : There was no relationship between nutritional status and the menstrual cycle in young girls in Kanisius Gayam Junior High School Yogyakarta.

**Keywords** : Nutritional status, menstrual cycle, young, stress, diet, health status, physical activity.

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Pubertas merupakan suatu tahap yang penting dalam proses tumbuh kembang anak. Pubertas ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikis, dan pematangan seksual. Tanda-tanda pada anak perempuan yang sudah mengalami pubertas adalah mengalami menstruasi. Seorang anak yang mengalami menstruasi pertama kali (*menarche*) dipengaruhi oleh banyak hal salah satunya adalah status gizi atau asupan gizi dari anak tersebut. Semakin baik status gizinya maka semakin cepat usia *menarche*. Selain mempengaruhi usia *menarche*, status gizi juga akan mempengaruhi siklus menstruasi seorang anak (Emilia, 2008).

Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia sebesar 237,6 juta jiwa, 63,4 juta diantaranya adalah remaja yang terdiri dari laki-laki sebanyak 32.164.436 jiwa (50,70 persen) dan perempuan sebanyak 31.279.012 jiwa (49,30 persen). Populasi remaja putri menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah tahun 2006 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun di Jawa Tengah ± sejumlah 2.916.399 juta jiwa (Biro Pusat Statistik, 2007).

Menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional, rentang umur usia remaja adalah 10-19 tahun. Pada remaja putri, pubertas ditandai dengan munculnya menstruasi pertama kali (*menarche*). Menstruasi biasanya dimulai antara umur 10-16 tahun tergantung pada berbagai faktor termasuk kesehatan wanita, konsumsi gizi dan status gizi (Emilia, 2008). Asupan gizi yang tidak



adekuat dapat mempengaruhi ketidakteraturan menstruasi pada kebanyakan remaja putri. Gizi kurang akan menyebabkan gangguan pada fungsi reproduksi. Hal ini dapat menyebabkan gangguan haid, tetapi jika asupan nutrisinya baik maka hal ini akan membaik (Paath *et al*, 2005).

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Denpasar didapatkan hubungan yang kuat antara status gizi dengan siklus menstruasi. Anak – anak yang memiliki status gizi baik akan mempunyai siklus menstruasi yang teratur sedangkan anak – anak yang memiliki status gizi yang buruk akan mempunyai siklus gizi yang tidak teratur (Adnyani, 2013). Sedangkan penelitian yang dilakukan di Pekalongan didapatkan tidak adanya hubungan yang kuat antara status gizi dengan siklus menstruasi (Mardiana, 2013).

Karena adanya perbedaan hasil penelitian yang dilakukan di Denpasar dan di Pekalongan, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Kanisius Gayam Yogyakarta”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka perumusan masalah yang diangkat adalah apakah ada hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Yogyakarta.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui status gizi remaja putrid di SMP Kanisius Gayam Yogyakarta.
- b. Mengetahui pola siklus menstruasi remaja putri di SMP Kanisius Gayam Yogyakarta.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Peneliti**

- Menambah wawasan peneliti mengenai adanya hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri.
- Menjadi syarat memperoleh dan layak untuk menjadi sarjana kedokteran.
- Memenuhi Tridharma profesi kedokteran, yaitu pelayanan, penelitian, dan pengabdian terhadap sesama manusia.

#### **1.4.2 Bagi Peneliti Lain**

- Dapat dijadikan referensi atau acuan bagi penelitian selanjutnya.

#### **1.4.3 Bagi Siswi SMP Kanisius Gayam Yogyakarta**

- Memberikan wawasan dan informasi pada siswi tentang status gizi dan siklus menstruasi.
- Memberi pengetahuan tentang siklus menstruasi pada remaja.

- Memberi pengetahuan tentang status gizi pada remaja..
- Sekolah dan orang tua wali dari siswi juga mendapat pengetahuan mengenai kondisi status gizi siswi.

#### 1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan

- Dapat dijadikan bahan referensi dan dapat dipergunakan oleh peneliti lain sebagai bahan perbandingan.

#### 1.4.5 Bagi Klinisi dan Rumah Sakit

- Sebagai masukan agar dalam memberikan pelayanan, pendidikan kesehatan reproduksi sangat penting dimulai sejak anak dan remaja, sehingga menjadi remaja yang sehat dan bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksinya.

#### 1.4.6 Bagi Kemajuan Ilmu Kedokteran

- Dapat memberikan kontribusi dalam ilmu kesehatan khususnya tentang hubungan status gizi dengan siklus menstruasi.

### **1.5 Keaslian Penelitian**

Berikut ini disajikan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai pembanding mengenai keaslian penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Desain	Subyek	Hasil
Chotimah	Hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada wanita usia subur (WUS) yang akan menikah di Kabupaten Bantul	Penelitian observasional dengan rancangan penelitian <i>cross sectional</i>	Terdapat 142 wanita usia subur di Kabupaten Bantul pada periode Februari 2012 – Mei 2012	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 27,1% responden dengan status gizi <i>underweight</i> memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur</li> <li>➤ 17,5% responden memiliki status gizi normal memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur</li> <li>➤ 51,4% responden dengan status gizi <i>overweight</i> memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur</li> </ul>
Adnyani (2013)	Hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putrid kelas X di SMA PGRI 4 Denpasar	Desain penelitian ini adalah <i>cross sectional</i> dengan menggunakan uji korelasi ( <i>coefisien contingency</i> )	Terdapat 72 siswi kelas X di SMA PGRI 4 Denpasar yang menjadi responden	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 65,5 % responden dengan status gizi kurang memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur</li> <li>➤ 80% responden dengan status gizi lebih memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur</li> <li>➤ 86,8% responden dengan status gizi baik memiliki siklus menstruasi yang teratur</li> </ul>
Mardiana (2013)	Hubungan status gizi remaja dengan siklus menstruasi di SMA Negeri 1 Kajen Kabupaten Pekalongan tahun 2013	Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Terdapat 67 siswi kelas 9 di SMA Negeri 1 Kajen Kabupaten Pekalongan tahun 2013 yang menjadi responden	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dari hasil penelitian diperoleh <i>value</i> 0,530 (&gt;0,05) berarti <math>H_0</math> gagal ditolak yang menunjukkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi.</li> </ul>

Kusuma (2007)	Hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi SMP Negeri 1 Juntinyuat Kabupaten Indramayu, Jawa Barat	Desain penelitian ini adalah <i>cross sectional</i>	Subjek penelitian ini adalah siswi usia 11-16 tahun di SMP Negeri 1 Juntinyuat Kabupaten Indramayu, Jawa Barat	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 38,8% responden memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur</li> <li>➤ 61,2 % responden memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur</li> </ul>
---------------	---	---	--	---

Fernandes <i>et al</i> (2005)	Resistensi insulin pada remaja dengan siklus menstruasi abnormal	<i>Case control</i>	34 remaja putri yang sudah mengalami menstruasi minimal 2 tahun. Sampel dibagi menjadi 2 grup yaitu dengan siklus menstruasi tidak teratur dan teratur	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hasil penelitian ini sebanyak 16 sampel pada grup yang siklus menstruasinya tidak teratur memiliki nilai rata-rata AUIC (Area Under the Insulin Curve) lebih tinggi daripada grup sampel dengan memiliki siklus menstruasi teratur</li> </ul>
-------------------------------	--	---------------------	--	--

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi.
2. Status gizi pada siswi SMP Kanisius Gayam Yogyakarta sebagian besar memiliki status gizi normal.
3. Pada siswi SMP Kanisius Gayam Yogyakarta didapatkan 31 responden (75,6 %) yang mempunyai siklus menstruasi yang teratur dan 10 responden (24,4 %) yang mempunyai siklus menstruasi yang tidak teratur.

#### **3.2 Saran**

1. Dalam metode penelitian selanjutnya status gizi perlu dikaji lebih lanjut dengan menggunakan metode status gizi tebal lemak dengan alat ukur *skinfold* dikarenakan status gizi pada siklus menstruasi berkaitan dengan asupan lemak dan hormon steroid di dalamnya.
2. Jumlah proporsi responden antara status gizi normal, status gizi kurang, dan status gizi lebih jumlahnya harus sama rata agar bisa diteliti apakah ada hubungan yang bermakna atau tidak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnyani, 2013, *Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas X di SMA PGRI 4 Denpasar*, Karya Tulis Ilmiah, Universitas Udayana
- Almatsier, S., 2003, *Penuntun Diet Edisi Baru Instalasi Gizi Perjan RS Dr. Cipto Mangunkusumo dan Asosiasi Dietisien Indonesia*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- BPS Provinsi D.I. Yogyakarta., 2007, *Daerah Istimewa Yogyakarta dalam Angka (DIY in Figures) 2006/2007*.
- BKKBN., 2000, *Informasi Dasar Program Kependudukan Keluarga Berencana*. Jakarta: PT. Rais Utam Offset.
- Chotimah, 2012, *Hubungan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Wanita Usia Subur (WUS) yang Akan Menikah di Kabupaten Bantul*, Karya Tulis Ilmiah, Universitas Gadjah Mada
- Dusek, T., 2001, *Influence of Intensity Training on Menstrual Cycle Disorders in Athletes*, Croation Medical Journal. 42(1): 79-82
- Emilia, E., 2008, *Pengetahuan, Sikap, dan Praktek Gizi pada Remaja*. Skripsi Tidak diterbitkan. Bogor : Sekolah Pasca Sarjana Institut Pertanian Bogor.
- Fernandes, A.R, de Sa Rosa e Silva, A.C., Rumao, G.S., Pata, M.C., dos Res. R.M, 2005, *Insulin Resistance in Adolescent with Menstrual Irregularities, Pediatrics Adolescent Gynecology* 18 (04): 269-274
- Guyton, C, Arthur, 2008, *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*, Edisi 11, Jakarta : EGC
- Hamilton, P.M., 1995, *Dasar-dasar Keperawatan Maternitas*, Edisi ke 6, Asih

N.L.Y. ed., Jakarta: EGC.

Hill, P., L. Garbaczewski., P. Helman, J. Husskison, E. Sporangisa, and E. L. Wynder, 2000, *Diet, Lifestyle, and Menstrual Activity*, Am J Clin Nutr, Vol. 33, No.6 1192-1198.

Kusuma, 2007, *Hubungan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Siswi*

*SMP Negeri 1 Juntinyuat Kabupaten Indramayu Jawa Barat*, Karya Tulis Ilmiah, Universita Gadjah Mada

Mardiana, 2013, *Hubungan Status Gizi Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMA Negeri 1 Kajen Kabupaten Pekalongan Tahun 2013*, Karya Tulis Ilmiah, STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Paath, Rumdasih, Heryaty., 2005, *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*, Jakarta: EGC.

Prawirohardjo, 2005, *Ilmu Kandungan*, Jakarta: FKUI

Roedjito, D., 1989, *Kajian Penelitian Gizi*, PT Mediatama Sarana Perkasa, Jakarta.

Said, U., 2004, *Pergeseran Usia Menarke pada Remaja Putri di Palembang*, Jurnal

*Kedokteran Indonesia*, Januari 1936, Vol.1, Jakarta.

Saryono, Waluyo, S., 2009, *Sindrom Premenstruasi: Mengungkap Tabir Sensifitas*

*Perasaan Menjelang Menstruasi*, Yogyakarta: Nuha Medika

Sastroasmoro, P, Sarwono , 2002, *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*, edisi 2,

Jakarta CV. Sagung Seto

Soetjiningih, 2004, *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*, Jakarta : Sagung Seto.



Supriasa, I Dewa Nyoman., Ibnu Fajar dan Bachyar Bakri, 2002, *Penilaian Status*

*Gizi*, Jakarta: EGC.

©UKDW