

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI  
PADA REMAJA PUTRI**

**SKRIPSI**

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Derajat Sarjana  
Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta



**Diajukan oleh:**

**KRISTINA ALEXANDRA TAE LBATAK**

**J 500 070 080**

**Kepada:**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2011**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI  
PADA REMAJA PUTRI**

Yang diajukan Oleh :

**KRISTINA ALEXANDRA TAE LBATAK**

**J500 070 080**

Telah di setujui oleh Tim Penguji Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pada hari Senin, tanggal 7 November 2011

**Penguji**

**Nama : dr. Trisno Nugroho Didi Mahendro, Sp. OG (.....)**

**Pembimbing Utama**

**Nama : dr. Soffin Arfian, Sp. OG (.....)**

**Pembimbing Pendamping**

**Nama : dr. Sulistyani (.....)**

**Dekan FK UMS**

(.....)

**Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr., Sp.A (K)**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali dalam naskah ini dan disebutkan dalam pustaka.

Surakarta, Oktober 2011

Kristina Alexandra Taelbatak

## MOTTO

*“Fears will not erase your sorrow, hope does not make you successful, courage will get you there”*

*Ketika aku meminta pada Tuhan setangkai bunga segar, Ia memberiku kaktus yang penuh duri, lalu aku minta pada-Nya binatang mungil cantik, Ia beri aku ulat berbulu. Aku sempat sedih, protes dan kecewa, betapa tidak adilnya. Namun kemudian kaktus itu berbunga sangat indah dan ulat bulu berubah menjadi kupu-kupu yang sangat cantik. Itulah jalan Tuhan, indah pada waktunya. Tuhan tidak memberi apa yang kita harapkan tapi Ia memberi apa yang kita perlukan.*

*“The value of a man should be seen in what he gives and not in what he is able to receive”*

*(Albert Einstein)*

*“He will not allow your foot to be moved, He who keeps you will not slumber”*

*(Psalm 121 : 3)*

## PERSEMBAHAN

*Sebuah karya kecil ini kupersembahkan buat semua orang yang menyayangiku, mencintaiku, yang selalu memberikanku semangat, motivasi dan selalu membuatku tersenyum dalam keadaan apapun.*

*Karya kecil ini takan pernah selesai jika tanpa berkat dari Tuhan Yesus Kristus  
Yang selalu memberikan harapan disaat aku putus asa,  
Yang selalu memberikan kekuatan disaat aku punya masalah,  
Yang selalu memberikan senyuman dikala aku bersedih,*

*Buat kedua orang tuaku tercinta Ayahanda Pius I janai dan Ibunda Maria Rao atas kasih sayang yang telah kalian berikan sejak aku masih dalam kandungan sampai sekarang aku beranjak dewasa.*

*Buat adik-adiku tersayang, terima kasih atas keceriaan yang telah kita lalui selama ini sejak kecil sampai dengan saat ini.*

*Buat sahabat-sahabat terbaikku, terima kasih atas perhatian dan kasih sayang yang selama ini kita bina bersama semoga persahabatan ini akan selalu ada untuk selamanya.*

*Buat teman-teman seperjuangan, yang senantiasa membawa kegembiraan dan pengalaman yang tidak ternilai.*

*Buat almamterku, sebagai rasa terimakasihku atas jasmu dalam membentukku dan memberikan jalan dalam meniti ilmu dan masa depan yang lebih cerah takkan pernah aku lupakan.*

*Dari sebuah harapan, dari sebuah penantian, dan dari sebuah perjuangan,  
semoga dari sanalah keberhasilanku tercapai  
Amin...*

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat, berkat dan bimbingan-Nya sehingga skripsi dengan judul : “ **Hubungan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri**” dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini diajukan guna untuk melengkapi tugas dan syarat untuk meraih gelar sarjana pada Fakultas Kedokteran Jurusan Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun material. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr, Sp.A (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. dr. Muh. Shoim Dasuki, M.Kes, selaku wakil dekan I/Biro Skripsi Jurusan Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. dr. Trisno Nugroho Didi Mahendro, Sp. OG, selaku penguji yang telah meluangkan waktu dan memberikan kritik dan saran demi kelancaran penulisan skripsi ini.
4. dr. Soffin Arfian, Sp. OG, selaku pembimbing utama yang dengan kesabarannya memberikan petunjuk, pengarahan, dan bimbingan selama penulisan skripsi.
5. dr. Sulistyani, selaku pembimbing pendamping yang senantiasa memberikan pengarahan, motivasi, dan saran selama proses penulisan skripsi.
6. Seluruh Staf Dosen, Laboran dan Bagian Tata Usaha FK UMS, terimakasih atas bimbingan dan dukungannya.
7. Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah beserta Para Guru SMA Negeri 1 Sukoharjo, terimakasih atas bantuan dan dukungannya.

8. Para siswi kelas XI SMA Negeri 1 Sukoharjo, terima kasih atas bantuan dan dukungannya.
9. Bapak Pius Tjanai dan Mama Maria Rao terima kasih atas doa, perhatian, kasih sayang, dan dorongan yang telah diberikan selama ini.
10. Sahabat-sahabatku Amalia's girl( Rindi, Heffy, Winda, Nisa, Iyang ) sahabat-sahabat yang membantu aku selama penelitian ( Eka Us, Selvi, Tyas, Jojo ) Dika dan Ima terima kasih atas doa, perhatian, dorongan, dan persahabatan kalian selama ini.
11. Ulil Ilmi'07, dan seluruh teman seperjuangan angkatan 2007 terimakasih atas motivasi, ilmu dan persahabatan kalian selama ini.
12. Adik-adikku tersayang ( Yohanes Kristianis Naihati, Felichia Andrea Taelbatak, Inggrit Louiza Taelbatak ) saudariku tersayang ( Kakak Natalia Pareira, Diana Pareira ) dan terakhir buat Firmynus Kapitan, terima kasih atas dorongan, perhatian dan kasih sayang yang telah kalian berikan selama ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini.

Harapan terakhir penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan tambahan cakrawala ilmu dan bermanfaat bagi pihak-pihak yang memerlukannya serta sebagai darma bakti penulis kepada almamater tercinta.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Surakarta, Oktober 2011

Penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN MOTTO .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
ABSTRACT .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	3
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Status Gizi.....	4
1. Pengertian Status Gizi .....	4
2. Fungsi Status Gizi .....	4
3. Penilaian Status Gizi .....	6
a. Penilaian Status Gizi secara Langsung.....	6
b. Penilaian Status Gizi secara Tidak Langsung.....	8
B. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi.....	9
1. Faktor Langsung .....	9
2. Faktor Tidak Langsung.....	9

C. Indeks Massa Tubuh.....	11
D. Menstruasi.....	13
E. Siklus Menstruasi.....	14
F. Gangguan Siklus Menstruasi.....	20
G. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi.....	21
H. Hubungan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi.....	22
I. Kerangka Teori.....	24
J. Hipotesis.....	25
BAB III.METODE PENELITIAN .....	26
A. Jenis Penelitian ..	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	26
C. Populasi Penelitian .....	26
D. Subjek Penelitian.....	26
E. Kriteria Restriksi .....	27
1. Kriteria Inklusi .....	27
2. Kriteria Eksklusi .....	27
F. Teknik Pengumpulan Data .....	27
G. Identifikasi Variabel Penelitian .....	27
H. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
I. Instrumen Penelitian .....	28
J. Analisis Data .....	29
K. Jadwal Penelitian .....	31
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Hasil Penelitian .....	32
B. Pembahasan .....	42
BAB V. PENUTUP .....	46
A. Kesimpulan .....	46
B. Saran .....	46

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia.....	12
Tabel 2.2	Klasifikasi Internasional BMI.....	12
Tabel 2.3	Siklus Menstruasi.....	19
Tabel 3.1	Variabel Bebas dan Variabel Tergantung.....	30
Tabel 3.2	Jadwal Penelitian.....	31
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Usia Siswi.....	32
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Usia <i>Menarche</i> Siswi.....	33
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Status Gizi.....	34
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi.....	35
Tabel 4.5	Distribusi Status Gizi ( Underweight dan Normal ) dengan Siklus Menstruasi.....	36
Tabel 4.6	Distribusi Status Gizi ( Overweight dan Normal ) dengan Siklus Menstruasi.....	37
Tabel 4.7	Distribusi Status Gizi ( Underweight dan Overweight) dengan Siklus Menstruasi.....	38
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri.....	40
Tabel 4.9	Hasil Analisis dengan Uji Beda <i>Chi Square</i> .....	40
Tabel 4.10	Hasil Uji Hipotesis berdasarkan Korelasi.....	41
Tabel 4.11	Interpretasi Tingkat Hubungan Koefisien Kontingensi.....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Siklus Menstruasi.....	18
Gambar 4.1	Distribusi Usia Siswi.....	33
Gambar 4.2	Distribusi Usia <i>Menarche</i> Siswi.....	34
Gambar 4.3	Distribusi Status Gizi.....	35
Gambar 4.4	Distribusi Siklus Menstruasi.....	36
Gambar 4.5	Distribusi Status Gizi ( Underweight dan Normal ) dengan Siklus Menstruasi.....	37
Gambar 4.6	Distribusi Status Gizi ( Overweight dan Normal ) dengan Siklus Menstruasi.....	38
Gambar 4.7	Distribusi Status Gizi ( Underweight dan Overweight) dengan Siklus Menstruasi.....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Cara Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan
- Lampiran 2 Kuisisioner
- Lampiran 3 Hasil Penelitian Hubungan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sukoharjo
- Lampiran 4 Hasil Pengolahan Data SPSS 16
- Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

## HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI

Taelbatak K.A <sup>1</sup>, Arfian S. <sup>2</sup>, Sulistyani <sup>3</sup>

1. Mahasiswa - Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
  2. Pembimbing Utama - Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta - RSU PKU Muhammadiyah Surakarta
  3. Pembimbing Pendamping - Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
- 

### ABSTRAK

Gizi yang kurang pada remaja putri dapat mempengaruhi pematangan seksual, pertumbuhan, fungsi organ tubuh, dan akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hal ini akan berdampak pada gangguan haid, tetapi akan membaik bila asupan nutrisinya baik. Asupan gizi yang tidak adekuat dapat mempengaruhi ketidak-teraturan menstruasi pada kebanyakan remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sukoharjo. Penelitian ini dilakukan observasional analitik dengan subjek penelitian seluruh siswi kelas XI SMA Negeri 1 Sukoharjo. Keseluruhan subjek penelitian berjumlah 195 siswi, semuanya memenuhi kriteria restriksi. Jadi, total sampel berjumlah 195 siswi. Kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan uji beda *Chi-Square* dengan bantuan program SPSS dan uji koefisien korelasi untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara 2 variabel tersebut. Dari hasil analisis data didapatkan siswi dengan status gizi kurang yang mengalami menstruasi teratur adalah sebesar 59 siswi (30%) dan yang mengalami menstruasi tidak teratur sebesar 65 siswi (34%). Status gizi normal yang mengalami menstruasi teratur adalah sebesar 46 siswi (23%) dan yang mengalami menstruasi tidak teratur sebesar 20 siswi (10%). Status gizi lebih yang mengalami menstruasi teratur adalah sebesar 1 siswi (0,5%) dan yang mengalami menstruasi tidak teratur sebesar 4 siswi (2,5%). Hasil uji *Chi Square* menunjukkan  $X^2$  hitung  $> X^2$  tabel yaitu  $10,934 > 5,99$  dan probabilitas (p) hitung  $< (p)$  tabel yaitu  $0,04 < 0,05$ . Dengan demikian,  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sukoharjo. Sedangkan hasil kekuatan hubungan melalui uji koefisien korelasi didapatkan angka sebesar 0,230. Berdasarkan hasil pengujian tersebut dapat disimpulkan terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sukoharjo, tetapi kekuatan hubungannya lemah.

---

**Kata Kunci :** Status Gizi, Siklus menstruasi

## **RELATIONSHIP BETWEEN NUTRIENT STATUS WITH MENSTRUATION CYCLE TO YOUNG WOMEN**

**Taelbatak K.A <sup>1</sup>, Arfian S. <sup>2</sup>, Sulistyani <sup>3</sup>**

1. Student - Faculty of Medicine Muhammadiyah University of Surakarta
  2. The main guide - Faculty of Medicine Muhammadiyah University of Surakarta –  
RSU PKU Muhammadiyah of Surakarta
  3. The companion guide - Faculty of Medicine Muhammadiyah University of  
Surakarta
- 

### **ABSTRACT**

*The less nutrient to young women can influence to sexual maturation, growth, organ function, and will cause disturbed reproductive function. This, will impact on menstrual disorders but, will improve when good nutrition intake. Inadequat nutrition can affect to menstrual irregularities in most young women. This research aimed to determine the relationship between nutrient status with menstruation cycle to young women in Senior High School 1 Sukoharjo. Observational analityc study was conducted with research subjects of all student female from class XI in Senior High School 1 Sukoharjo. The entire subject of study is 195 student female, and all of them met the criteria for the restriction. And then the data werw analyzed with Chi-Square difference test with SPSS 16 for Windows and the correlation coefficient test to find out how much the relathionship between two variables. From the analysis of data was obtained underweight among girls who menstruate regularly is by 59 students (30%) and who experience irregular periods for 65 students (34%). Normal nutritional status who menstruate regularly is by 46 students (23%) and those with irregular periods of 20 students (10%). Overweight status of menstruating regularly for just 1 student (0.5%) and those with irregular periods of 4 students (2.5%). Chi-Square test result showed  $X^2$  count  $>$   $X^2$  table is  $10.934 > 5.99$  and the probability (p) count  $<$  (p) table that is  $0.04 < 0.05$ . Thus,  $H_0$  is rejected and  $H_1$  accepted which means there is a relationship between nutrition status with the menstrual cycle to young women on Senior High School 1 Sukoharjo. While the strength of the relationship through the test of the correlation coefficient of 0.230 obtained figures. Based on these test result we could conclude there was a relationship between a nutrition status with menstruation cycle to young women on Senior High School 1 Sukoharjo, but the power relationship was weak.*

---

**Keywords :** Nutrition Status, Menstruation Cycle