

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI
KEMENKES POLTEKKES PADANG
TAHUN 2024**

Diajukan sebagai salah satu untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata S-1 Kebidanan



**PROGRAM STUDI KEBIDANAN FAKULTAS ILMU
KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Januari 2025

Lucy Damayanti

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI KEMENKES POLTEKKES
PADANG TAHUN 2024**

xiii + 67 halaman, 11 tabel, 2 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Data Riskesdas Indonesia (2018) sebanyak 16,4% usia 17-19 tahun mengalami gangguan menstruasi. Didukung oleh Riskesdas Sumatra Barat (2022) sebanyak 19,1% remaja putri mengalami gangguan menstruasi. Faktor risiko gangguan siklus menstruasi adalah hormonal, status gizi, Indeks Massa Tubuh (IMT), dan tingkat stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Kemenkes Poltekkes Poltekkes Padang Tahun 2024.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah kuantitatif dengan desain penelitian pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian berjumlah 474 remaja putri yang berusia 17-20 tahun dan sudah menstruasi. Penentuan sampel menggunakan *simple random sampling* berjumlah 83 responden. Penelitian ini dilakukan pada September 2024 – Februari 2025. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data dengan *univariat* dan *bivariat* dengan *chi square*.

Hasil penelitian didapatkan bahwa 27,7% responden melakukan aktivitas fisik berat, 28,9% responden memiliki status gizi (IMT) gemuk dan 32,5% responden mengalami tingkat stres berat dengan siklus menstruasi tidak teratur. Didapatkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan siklus menstruasi remaja putri Kemenkes Poltekkes Padang 2024 $p\text{ value } 0,000 < 0,05$. Adanya hubungan antara status gizi (IMT) dengan siklus menstruasi remaja putri Kemenkes Poltekkes Padang 2024 $p\text{ value } 0,009 < 0,05$ dan adanya hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi remaja putri Kemenkes Poltekkes Padang 2024 $p\text{ value } 0,000 < 0,05$.

Kesimpulan penelitian ini adalah adanya hubungan aktivitas fisik, status gizi, dan tingkat stres dengan siklus menstruasi remaja putri Kemenkes Poltekkes Padang 2024. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja putri dalam pencegahan gangguan siklus menstruasi dengan mengurangi aktivitas yang berlebihan, mencukupi kebutuhan nutrisi dengan memakan makanan bergizi dan menekan stres.

Daftar bacaan : 49 (2014-2024)

Kata kunci : Siklus Mestruasi, Aktivitas Fisik, Status Gizi, Tingkat Stres

ALIFAH PADANG UNIVERSITY

Skripsi, January 2025

Lucy Damayanti

FACTORS ASSOCIATED WITH MENSTRUAL CYCLES IN ADOLESCENT GIRLS AT KEMENKES POLTEKKES PADANG IN 2024

xiii + 67 pages, 11 tables, 2 figures, 10 attachments

ABSTRACT

Data from Riskesdas Indonesia (2018) showed that 16.4% of 17-19 year olds experienced menstrual disorders. Supported by Riskesdas West Sumatra (2022) as many as 19.1% of adolescent girls experienced menstrual disorders. Risk factors for menstrual cycle disorders are hormonal, nutritional status, Body Mass Index (BMI), and stress levels. This study aims to determine the factors associated with the menstrual cycle in adolescent girls at the Kemenkes Poltekkes Polytechnic Padang in 2024.

Translated with DeepL.com (free version)The type of research conducted was quantitative with a cross sectional approach research design. The study population amounted to 474 adolescent girls aged 17-20 years and already menstruating. Sample determination using simple random sampling amounted to 83 respondents. This research was conducted in September 2024 - February 2025. Data collection using a questionnaire. Data analysis with univariate and bivariate with chi square.

The results showed that 27.7% of respondents did heavy physical activity, 28.9% of respondents had obese nutritional status (BMI) and 32.5% of respondents experienced severe stress levels with irregular menstrual cycles. There was a relationship between physical activity and the menstrual cycle of adolescent girls Kemenkes Poltekkes Padang 2024 p value $0.000 < 0.05$. There is a relationship between nutritional status (BMI) with the menstrual cycle of adolescent girls Kemenkes Poltekkes Padang 2024 p value $0.009 < 0.05$ and there is a relationship between stress levels with the menstrual cycle of adolescent girls Kemenkes Poltekkes Padang 2024 p value $0.000 < 0.05$.

The conclusion of this study is that there is a relationship between physical activity, nutritional status, and stress level with the menstrual cycle of adolescent girls of Kemenkes Poltekkes Padang 2024. This study is expected to provide information to adolescent girls in preventing menstrual cycle disorders by reducing excessive activity, fulfilling nutritional needs by eating nutritious foods and suppressing stress.

Translated with DeepL.com (free version)Reading list : 49 (2014-2024)

Keywords : Mestrual Cycle, Physical Activity, Nutritional Status, Stress Levels.

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Lucy Damayanti

NIM : 23152011067

Program Studi : S1 Kebidanan

Judul : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus
Menstruasi Pada Remaja Putri di Kemenkes Poltekkes
Padang Tahun 2024

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Seminar Skripsi Program Studi Kebidanan Universitas Alifah Padang.

Padang, Februari 2025

Pembimbing I



Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed

Pembimbing II



Trya Mia Intani, S.SiT, M.Keb

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi




Ns. Syalvia Oresti, M.Kep, Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

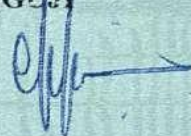
Nama : Lucy Damayanti
NIM : 23152011067
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus
Menstruasi Pada Remaja Putri di Kemenkes Poltekkes
Padang Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Skripsi pada
Program Studi Kebidanan Universitas Alifiah Padang.

Padang, Maret 2025

DEWAN PENGUJI

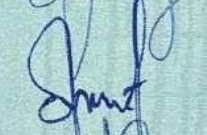
Pembimbing I

Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed ()

Pembimbing II

Trya Mia Intani, S.SiT, M.Keb ()

Penguji I

Fatmi Nirmala Sari, M.Keb ()

Penguji II

Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb ()

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi


Ns. Syalvia Oresti, M.Kep, Ph.D