

SKRIPSI

**HUBUNGAN OBESITAS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI SMP N 30 KOTA PADANG
TAHUN 2025**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata S I Kebidanan



Oleh :

RIRI ARIANI

2115201021

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

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Lengkap	: Riri Ariani
Nim	: 2115201021
Tempat / Tgl lahir	: Solok, 01 November 2002
Tanggal Masuk	: 2021
Program Studi	: Sarjana Kebidanan
Nama Pembimbing Akademik	: Fatmi Nirmala Sari, M.Keb
Nama Pembimbing I	: Fatmi Nirmala Sari, M.Keb
Nama Pembimbing II	: Bdn Ririn, M.Keb

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan usulan skripsi saya yang berjudul :

“Hubungan Obesitas Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN 30 Padang”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat dalam penulisan usulan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya.

Padang, Maret 2025



Riri Ariani

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Riri Ariani

Nim : 2115201021

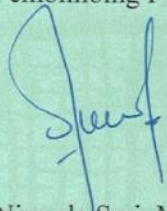
Program studi : Sarjana Kebidanan

Judul : Hubungan Obesitas Dengan Siklus Menstruasi Pada
Remaja Putri Di SMPN 30 Padang Tahun 2025

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim penguji
Seminar Hasil Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan
Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

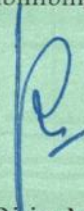
Padang, Juni 2025

Pembimbing I



Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

Pembimbing II

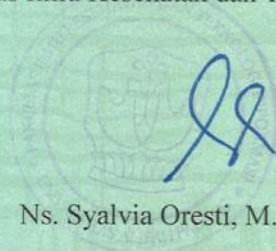


Bdn Ririn, M.Keb

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi

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

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Riri Ariani
Nim : 2115201021
Program studi : Sarjana Kebidanan
Judul : Hubungan Obesitas Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN 30 Padang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, Juli 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I Fatmi Nirmala Sari, M.Keb	()
Pembimbing II Bdn Ririn, M.Keb	()
Penguji I Bdn Lindawati, M.Biomed	()
Penguji II Trya Mia Intani, M.Keb	()

Disahkan Oleh
Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi


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

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Juli 2025

RIRI ARIANI

Hubungan Obesitas Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP N 30 Kota Padang Tahun 2025

xiv + 62 halaman, 5 tabel, 5 gambar, 16 lampiran

ABSTRAK

Berdasarkan data *WHO* rata - rata lebih dari 75% Perempuan mengalami gangguan menstruasi. Di Indonesia 11,7% remaja putri mengalami gangguan siklus menstruasi. Remaja umur 13-15 tahun rentan mengalami gangguan siklus menstruasi karena perubahan fisiologis yang terjadi saat pubertas. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah obesitas. Data siswa SMP obesitas tertinggi di kota Padang terdapat di puskesmas andalas yaitu (8%). SMPN 30 Kota Padang memiliki persentase obesitas tertinggi (9,4%). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan obesitas dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMPN 30 Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain analitik *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada tanggal 7 - 8 mei 2025. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII yang telah mengalami menstruasi di SMPN 30 Kota Padang yang berjumlah 320 orang dan sampel 76 orang. Sampel diambil secara *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner berupa angket dan observasi obesitas. Data di Analisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian didapatkan 21 orang (27,6%) mengalami obesitas, dan 40 orang (52,6%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Ada hubungan obesitas dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMPN 30 Kota Padang dengan $p\text{-Value} = 0,002$.

Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan obesitas dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMPN 30 Kota Padang Tahun 2025 sehingga diharapkan pihak sekolah dan puskesmas untuk rutin mengedukasi siswi tentang gizi dan kesehatan reproduksi, membatasi jajanan tidak sehat di sekolah serta mengadakan kegiatan fisik seperti senam pagi guna mencegah obesitas dan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri.

Daftar bacaan : 37 (2019-2025)

Kata kunci : Siklus Menstruasi, Faktor resiko, Obesitas, Remaja

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, July 2025

RIRI ARIANI

The Relationship Between Obesity and Menstrual Cycle in Adolescent Girls at SMP N 30 Padang City in 2025

xiv + 62 pages, 5 tables, 5 figures, 16 attachments

ABSTRACT

Based on WHO data, on average more than 75% of women experience menstrual disorders. In Indonesia, 11.7% of adolescent girls experience menstrual cycle disorders. Adolescents aged 13-15 years are susceptible to menstrual cycle disorders due to physiological changes that occur during puberty. One of the influencing factors is obesity. Data on the highest obesity of junior high school students in Padang City is found in the Andalas Health Center, namely (8%). SMPN 30 Padang City has the highest percentage of obesity (9.4%). The purpose of this study was to determine the relationship between obesity and the menstrual cycle in adolescent girls at SMPN 30 Padang City.

This type of research is quantitative with a cross-sectional analytical design. The study was conducted on May 7-8, 2025. The population of this study were all female students in grades VII and VIII who had experienced menstruation at SMPN 30 Padang City, totaling 320 people and a sample of 76 people. Samples were taken using simple random sampling. Data were collected using a questionnaire in the form of a questionnaire and obesity observation. Data were analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square test.

The results of the study found that 21 people (27.6%) were obese, and 40 people (52.6%) had irregular menstrual cycles. There is a relationship between obesity and the menstrual cycle in female adolescents at SMPN 30 Padang City with $p\text{-Value} = 0.002$.

The conclusion of this study is that there is a relationship between obesity and the menstrual cycle in female adolescents at SMPN 30 Padang City in 2025 so that schools and health centers are expected to routinely educate female students about nutrition and reproductive health, limit unhealthy snacks at school and hold physical activities such as morning exercise to prevent obesity and menstrual cycle disorders in female adolescents.

Reading list: 37 (2019 -2025)

Keywords: Menstrual Cycle, Risk Factors, Obesity, Adolescents