

STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 4 BLITAR

Oleh:

Nama : Medita Chaidar Zuhrotul Maulida

Dosen Pembimbing : Yanik Purwanti, S.ST.,M.Keb

Progam Studi Pendidikan Profesi Bidan

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Maret, 2023



Pendahuluan

Siklus menstruasi yang normal tidak dimiliki oleh semua perempuan. Banyak diantara mereka yang siklus menstruasinya tidak teratur, yakni siklusnya tidak memiliki pola tertentu. Menstruasi yang berlangsung kurang dari 21 hari termasuk dalam siklus menstruasi yang pendek dan lebih dari 35 hari termasuk dalam siklus menstruasi panjang. Baik siklus pendek maupun panjang, sama-sama menunjukkan ketidaknormalan pada sistem metabolisme dan hormonal [2]. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi yaitu status gizi, pola makan, stress, aktifitas olahraga, dan usia. Status gizi dapat diinterpretasikan dari indeks massa tubuh (IMT) seseorang. Ukuran tubuh seseorang dapat berkorelasi dengan keteraturan siklus menstruasi. Siklus menstruasi yang tidak teratur dapat menyebabkan beberapa gangguan serta komplikasi yaitu anemia defisiensi besi, kanker endometrium, infertilitas, osteoporosis, dan hiperplasia endometrium.

Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 4 Blitar ?

Metode Penelitian

Desain Penelitian

- Penelitian kuantitatif

Tempat & waktu

- Tempat : SMAN 4 Blitar
- Waktu : Januari 2023

Variabel Penelitian

- V. Independent : status gizi
- V. Dependent : siklus menstruasi

Sampel Penelitian

- 47 remaja putri usia 16-17 kelas XI IPA 1-4

Instrumen Penelitian

- Alat ukur tinggi dan berat badan
- Lembar observasi
- Lembar wawancara

Uji Statistik

- Uji Chi Square

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Remaja Putri Di SMAN 4 Blitar

<u>Umur</u>	<u>N</u>	<u>%</u>
<u>16 Tahun</u>	15	31,9
<u>17 Tahun</u>	32	68,1
<u>Jumlah</u>	47	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar respondent berusia 17 tahun (68,1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi Remaja Putri Di SMAN 4 Blitar

Status Gizi	N	%
Kurus Berat	4	8,5
Kurus Ringan	12	25,5
Normal	24	51,1
Gemuk Ringan	3	6,4
Gemuk Berat	4	8,5
Jumlah	47	100,0

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar respondent masuk dalam kategori status gizi normal sebanyak 24 orang (51,1%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Siklus Menstruasi Remaja Putri Di SMAN 4 Blitar

Siklus Menstruasi	N	%
Siklus Pendek	8	17,0
Siklus Normal	33	70,2
Siklus Panjang	6	12,8
Jumlah	47	100,0

Berdasar tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar respondent mengalami siklus menstruasi yang normal sebanyak 33 orang (70,2%).

Tabel 4. Distribusi Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Di SMAN 4 Blitar

Status Gizi	Siklus Menstruasi						Total		P
	Siklus Pendek		Siklus Normal		Siklus Panjang		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Kurus Berat	2	50,0	1	25,0	1	25,0	4	100	0,32
Kurus Ringan	3	25,0	8	66,6	1	8,4	12	100	
Normal	2	8,3	20	83,4	2	8,3	24	100	
Gemuk Ringan	1	33,3	1	33,3	1	33,3	3	100	
Gemuk Berat	1	25,0	2	50,0	1	25,0	4	100	
Jumlah	9	19,2	32	68,1	6	12,7	47	100	

Berdasar tabel 4 dapat diketahui bahwa respondent terbanyak berada pada statys gizi normal dan mengalami siklus menstruasi normal sebanyak 20 orang (83,4%).

Berdasarkan tabel hubungan status gizi dengan siklus menstruasi didapatkan hasil terbanyak yaitu remaja dalam kategori status gizi normal dengan siklus menstruasinya normal sebanyak 20 orang (84,3%). Setelah itu diikuti oleh remaja dengan status gizi kurus ringan dengan siklus menstruasinya normal sebanyak 8 orang (66,6%). Untuk hasil yang paling sedikit yaitu status gizi gemuk ringan dan berat dengan siklus menstruasi pendek, status gizi kurus berat dan gemuk ringan dengan siklus menstruasi normal, serta semua kategori status gizi kecuali normal dengan siklus menstruasi panjang sejumlah masing-masing 1 orang.

Kesimpulan

Setelah pengolahan data dilakukan dengan uji *Chi Square* didapatkan hasil yaitu $p = 0,32 > 0,05$. Hasil dari nilai P menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bernakna antara status gizi dan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN 4 Blitar.

