

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Hubungan Antara Status Gizi dan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMAN 3 Tangerang Tahun 2015

Afro Qonitah

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=70348&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Kesehatan reproduksi merupakan bagian yang paling penting dalam kehidupan seorang. Pada kenyataannya pada wanita memiliki siklus menstruasi normal yaitu siklus setiap wanita tidak memiliki pola tertentu. Siklus menstruasi yang dialami pada wanita dapat berdampak pada sistem reproduksinya itu sendiri sehingga ada penanganan atau solusi yang tepat terutama bagi remaja putri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan tingkat stress dengan siklus menstruasi di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Tangerang tahun 2015.

Jenis penulisan ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi di SMAN 3 Tangerang sebanyak 457 siswi dengan sampel sebanyak 96 responden yang dipilih dengan menggunakan metode stratified random sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat (Chi-square).

Hasil univariat pada penelitian ini kategori terbanyak adalah responden yang memiliki siklus menstruasi teratur adalah sebanyak (81,2%). Pada variabel status gizi responden yang memiliki status gizi normal ada sebanyak (76,0%), dan responden dengan tingkat stress yang tinggi adalah sebanyak (77,1%). Hasil bivariat menunjukkan bahwa status gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan siklus menstruasi (Pvalue 0,001).

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan agar lebih meningkatkan dan memotivasi diri tentang pentingnya kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan status gizi dengan siklus menstruasi. Remaja putri khususnya melakukan perbaikan status gizi dengan pola makan yang baik dan dapat menambah pengetahuan tentang status gizi dengan mengikuti seminar atau penyuluhan terkait dengan siklus menstruasi.