

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Hubungan antara Status Gizi dan Tingkat Stres dengan Kejadian Siklus Menstruasi Tidak Normal pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Assa?Adah Depok Tahun 2023

Nabila Ikhtiani

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=77522&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak hingga dewasa yang mengalami perubahan-perubahan kedewasaan, salah satu yang terlihat adalah terjadinya menstruasi pada remaja putri. Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi hingga menstruasi periode berikutnya yang terjadi secara periodik dari masa menarche hingga menopause. Faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi beberapa diantaranya yaitu status gizi dan tingkat stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan tingkat stres terhadap siklus menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren Assa?Adah Depok. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional dengan populasi dan sampel yang akan diteliti adalah seluruh siswi yang sudah mengalami menstruasi di Pondok Pesantren Assa?Adah Depok yaitu berjumlah 60 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh. Data yang dikumpulkan berupa lama siklus menstruasi, status gizi, dan tingkat stres. Pengambilan data penelitian ini dengan cara pengisian kuesioner, pengukuran antropometri untuk berat badan dan tinggi badan. Dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat 68,3% siswi yang mengalami siklus menstruasi tidak normal, 56,7% siswi yang memiliki status gizi tidak normal, dan 85% siswi dengan tingkat stres berat. Pada hasil uji statistik Chi Square bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi ( $p$  value = 0,003) dan tingkat stres ( $p$  value = 0,023) terhadap siklus menstruasi remaja putri. Diharapkan kepada pihak Yayasan Pondok Pesantren Assa?Adah Depok agar dapat memberikan penyuluhan berupa pengetahuan dan pemahaman kepada para siswi terkait siklus menstruasi beserta gangguannya, pengetahuan tentang gizi, dan juga memberikan bimbingan kepada siswi-siswi yang mempunyai masalah dengan stres.