

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan strategi gizi, asupan makan, kadar hemoglobin, faktor stres dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi remaja putri SMAN 6 kota Tangerang

Rizqa Dzulhida Rahmi

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=77984&lokasi=lokal>

Abstrak

Menstruasi terjadi secara teratur dengan berulang setiap bulannya hingga membentuk siklus menstruasi. Siklus menstruasi dikatakan teratur apabila durasi antara hari pertama menstruasi dengan periode selanjutnya berkisar 21 hingga 35 hari dan rata-rata berlangsung sekitar 28 hari. Di Indonesia, persentase ketidakteraturan menstruasi pada remaja usia 15-19 tahun didapatkan 11,7% dan di daerah perkotaan didapatkan 14,9% yang dipengaruhi berbagai faktor seperti tinggi rendahnya IMT, stres, asupan makan, aktivitas fisik dan kadar hemoglobin. Gangguan siklus menstruasi berdampak pada penurunan kesuburan bahkan infertilitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi, asupan makan, kadar hemoglobin, faktor stress dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi remaja putri di SMAN 6 Kota Tangerang. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan besar sampel berjumlah 88 remaja putri kelas X dan XI di SMAN 6 Kota Tangerang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Analisis data yang digunakan yaitu uji statistic chi-square dengan interval kepercayaan 95% ($\alpha=0.05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami siklus menstruasi sebanyak 60,2%, terdapat hubungan yang signifikan pada variabel status gizi ($p=0,000$), asupan protein ($p=0,000$), asupan lemak ($p=0,001$), kadar hemoglobin ($p=0,003$), faktor stres ($p=0,001$) dan aktivitas fisik ($p=0,000$) dengan siklus menstruasi tidak teratur.