

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI
DI SMAN KALISAT**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:
Wulandari Fitrianingsih
NIM. 21102057

**PROGAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang Berjudul Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstrasi Pada Remaja Putri di SMAN Kalisat telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Wulandari Fitrianiingsih

NIM : 21102057

Hari, tanggal : Kamis, 22 Mei 2025

Program Studi : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

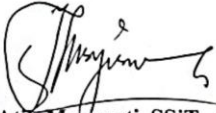
Ketua Penguji

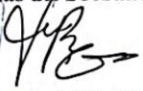

Gumiarti, S.ST., M.P.H
NIDN.4011016401

Penguji Anggota II


Prestasianita Putri, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN.0701088903

Penguji Anggota III


Syiska Atik Maryanti, SSiT., M.Keb.
NIDN.4017047801

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi

Ai Nur Zannah, S.ST.,M.Keb
NIK.19891219 201309 2 038

Latar belakang: Siklus menstruasi merupakan perdarahan yang terjadi secara periodik dan normalnya yaitu 21 - 35 hari dengan lama haid antara 3 – 7 hari. Data menunjukkan prevalensi gangguan siklus menstruasi semakin meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup, termasuk pola makan dan aktivitas fisik yang berkontribusi terhadap ketidakseimbangan Indeks Massa Tubuh (IMT). Masalah siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN Kalisat 42,2% remaja putri mengalami gangguan menstruasi **Tujuan:** Penelitian yang akan dilaksanakan ini mempunyai tujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN Kalisat. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain korelasi menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswi di SMA Negeri Kalisat yang berjumlah 163 siswi dan didapatkan sampel yaitu 116 siswi setelah dihitung menggunakan rumus Slovin dengan teknik *simple random sampling* serta pengumpulan datanya menggunakan kuesioner. Analisis data yang digunakan uji *chi square*. **Hasil:** Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji statistik Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$, diperoleh nilai $p<0,001$. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada remaja putri, yang berarti semakin baik IMT seseorang maka siklus menstruasi semakin teratur. Namun sebaliknya, wanita dengan IMT yang tidak normal beresiko mengalami siklus menstruasi tidak teratur. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN Kalisat. **Saran:** Hendaknya remaja putri lebih menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, sehingga citra tubuh semakin baik dan tidak mengalami gangguan siklus menstruasi.

Kata kunci: Indeks Massa Tubuh, Siklus Menstruasi, Remaja Putri