

SKRIPSI

HUBUNGAN OBESITAS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI

(Studi Pada Remaja Putri di SMKN 1 Kebonsari)



Disusun oleh :

WANDA

NIM. 17631628

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2021

SKRIPSI

**HUBUNGAN OBESITAS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
(Studi Pada Remaja Putri di SMKN 1 Kebonsari)**

SKRIPSI

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2021

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dan berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun

Ponorogo, 3 Agustus 2021

Yang menyatakan



Wanda

Nim. 17631628

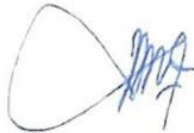
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN OBESITAS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
(Studi Pada Remaja Putri di SMKN 1 Kebonsari)

WANDA
NIM 17631628

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL : 3 Agustus 2021

Oleh :
Pembimbing 1



Hery Ernawati, S.Kep.Ns.M.Kep
NIDN. 0711117901

Pembimbing 2



Dr. Sri Susanti, MA
NIDN. 0727096901

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


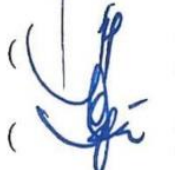

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIDN. 0715127903

PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Pada tanggal 11 Agustus 2021

| | Tim Penguji | Tanda Tangan |
|---------|---|---|
| Ketua | : Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep | () |
| Anggota | : 1. Filia Icha Sukamto, S.Kep., Ns., M.Kep | () |
| | : 2. Dr. Sri Susanti, MA | () |

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes

NIDN. 0715127903

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT penulis panjatkan atas segala rahmat dan anugerahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Obesitas dengan Siklus Menstruasi (Studi pada Remaja Putri di SMKN 1 Kebonsari)” untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari sepenuh hati bahwa dalam penelitian ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Sulistyio Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku KAPRODI S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Hery Ernawati, S.Kep.Ns.,M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah banyak membantu memberikan bimbingan dan arahan selama pembuatan skripsi ini.
5. Dr. Sri Susanti,MA selaku pembimbing 2 yang telah banyak membantu memberikan bimbingan dan arahan selama pembuatan skripsi ini.

6. Budi Setiawan, S.Pd, M.SI Selaku Kepala Sekolah SMKN 1 Kebonsari yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
7. Kepala Dinas kesehatan Kabupaten Madiun yang telah memberikan data untuk mendukung skripsi ini
8. BANKESBANG (Badan Kesatuan Bangsa dan Politik) Kabupaten Ponorogo yang telah memberikan surat ijin untuk melakukan penelitian.
9. Responden yang telah meluangkan waktu dalam penelitian.
10. Ayah, Ibu, dan Saudaraku yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan.
11. Teman-temanku Uty Kemala sari, Devi Triana Sofiani, Windy Anitasari dan semua pihak yang telah membantu penulisan menyelesaikan skripsi ini.

Penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharap kritik dan saran yang sifat membangun.

Akhirnya penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.

Ponorogo, 3 Agustus 2021

Wanda
Nim.17631628

ABSTRAK

HUBUNGAN OBESITAS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI STUDI PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 KEBONSARI

Oleh :
Wanda
17631628

Menstruasi merupakan bagian penting dari siklus reproduksi wanita, gangguan menstruasi sering terjadi pada sebagian remaja. Gangguan yang sering terjadi pada remaja putri adalah gangguan siklus menstruasi, salah satu faktor yang menyebabkan gangguan siklus menstruasi adalah berat badan berlebih (obesitas). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

Desain penelitian ini adalah korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XII di SMKN 1 Kebonsari dengan besar sampel sebanyak 58 responden. Dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*. Teknis pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisis menggunakan Uji Chi-Square dengan signifikan 0,05.

Hasil penelitian obesitas didapatkan sebagian besar 30 responden (51,7%) yang mengalami obesitas. Pada siklus menstruasi pada remaja putri sebanyak 30 responden (51,7%) yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Analisis hubungan antara variabel obesitas dengan variabel siklus menstruasi didapatkan p value $(0,000) < \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan obesitas dengan siklus menstruasi. Pada keeratan hubungan 0,707 dalam kategori keeratan hubungan cukup antara obesitas dengan siklus menstruasi.

Hasil penelitian didapatkan remaja yang mengalami obesitas dapat diturunkan dengan mengikuti program penurunan berat badan serta diet dengan benar dan pemberian aktivitas fisik agar siklus menstruasi teratur.

Kata kunci : Obesitas, siklus menstruasi, remaja putri.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN OBESITY AND THE MENSTRUAL CYCLE IN A STUDY OF YOUNG GIRLS AT SMKN 1 KEBONSARI

**By:
Wanda
17631628**

Menstruation is an important part of the female reproductive cycle, menstrual disorders often occur in some adolescents. Disorders that often occur in adolescent girls are menstrual cycle disorders, one of the factors that cause menstrual cycle disorders is excess body weight (obesity). This study aims to determine the relationship between obesity and the menstrual cycle in adolescent girls.

The design of this research is correlation with cross sectional approach. The population in this study were all class XII students at SMKN 1 Kebonsari with a sample size of 58 respondents. In this study using total sampling. Technical data collection using a questionnaire and analysis using the Chi-Square Test with a significance of 0.05.

Obesity research results showed that most of the 30 respondents (51.7%) were obese. In the menstrual cycle in adolescent girls as many as 30 respondents (51.7%) who experience irregular menstrual cycles. Analysis of the relationship between obesity variables and the menstrual cycle variable obtained p value $(0.000) < (0.05)$ which means H_0 is rejected and H_1 is accepted which means there is a relationship between obesity and the menstrual cycle. The closeness of the relationship is 0.707 in the category of sufficient closeness of the relationship between obesity and the menstrual cycle.

The results showed that obese adolescents could be reduced by following a weight loss program and proper diet and physical activity so that the menstrual cycle was regular.

Keywords: *Obesity, menstrual cycle, adolescent girls.*

DAFTAR ISI

| | |
|-------------------------------------|------|
| HALAMAN SAMPUL DEPAN..... | i |
| HALAMAN SAMPUL DALAM | ii |
| SURAT PERNYATAAN..... | iii |
| LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING | iv |
| PENGESAHAN PANITIA PENGUJI..... | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| ABSTRAK..... | viii |
| <i>ABSTRACT</i> | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xv |
| DAFTAR SINGKATAN | xvi |
| BAB IPENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 4 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 5 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis..... | 5 |
| 1.4.2 Manfaat Praktis | 5 |
| 1.5 Keaslian Penelitian | 6 |

| | |
|--|----|
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA | 10 |
| 2.1 Menstruasi | 10 |
| 2.1.1 Pengertian Menstruasi..... | 10 |
| 2.1.2 Siklus Menstruasi..... | 11 |
| 2.1.3 Fase Siklus Menstruasi | 11 |
| 2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi | 13 |
| 2.1 Obesitas | 16 |
| 2.1.1 Pengertian Obesitas..... | 16 |
| 2.1.2 Klasifikasi WHO..... | 17 |
| 2.1.3 Klasifikasi Nasional..... | 17 |
| 2.1.4 Penyebab Obesitas | 18 |
| 2.1.5 Dampak Obesitas | 20 |
| 2.2 Kerangka Teori Penelitian..... | 21 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN | 22 |
| 3.1 Hipotesis | 23 |
| BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN..... | 24 |
| 4.1 Desain Penelitian..... | 24 |
| 4.2 Kerangka Operasional | 25 |
| 4.3 Populasi, Sampel, dan Sampling | 26 |
| 4.3.1 Populasi..... | 26 |
| 4.3.2 Sampel | 26 |
| 4.3.3 Besar Sampel | 26 |
| 4.3.4 Sampling | 27 |
| 4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel..... | 27 |
| 4.4.1 Variabel Penelitian..... | 27 |
| 4.4.2 Definisi Operasional Variabel | 27 |

| | |
|--|-----------|
| 4.5 Instrumen Penelitian..... | 28 |
| 4.6 Lokasi Dan Waktu Penelitian..... | 29 |
| 4.6.1 Lokasi Penelitian..... | 29 |
| 4.6.2 Waktu Penelitian..... | 29 |
| 4.7 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data..... | 29 |
| 4.7.1 Prosedur Pengumpulan Data diperoleh dari : | 29 |
| 4.7.2 Pengolahan Data | 31 |
| 4.7.3 Analisa Data..... | 32 |
| 4.8 Etika Penelitian..... | 32 |
| BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 34 |
| 5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian..... | 34 |
| 5.2 Keterbatasan Penelitian | 35 |
| 5.3 Hasil Penelitian..... | 35 |
| 5.4 Pembahasan | 39 |
| BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN | 45 |
| 6.1 Kesimpulan..... | 45 |
| 6.2 Saran | 46 |
| DAFTAR PUSTAKA | 47 |
| Lampiran | 49 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel..... | 27 |
| Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur di SMKN 1 Kebonsari, Juni 2021 | 35 |
| Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Diet di SMKN 1 Kebonsari, Juni 2021 | 36 |
| Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres di SMKN 1 Kebonsari, Juni 2021 | 36 |
| Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan perhitungan IMT menurut WHO di SMKN 1 Kebonsari, Juni 2021 | 37 |
| Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi di SMKN 1 Kebonsari, Juni 2021 | 37 |
| Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Obesitas dengan Siklus Menstruasi di SMKN 1 Kebonsari, Juni 2021 | 38 |



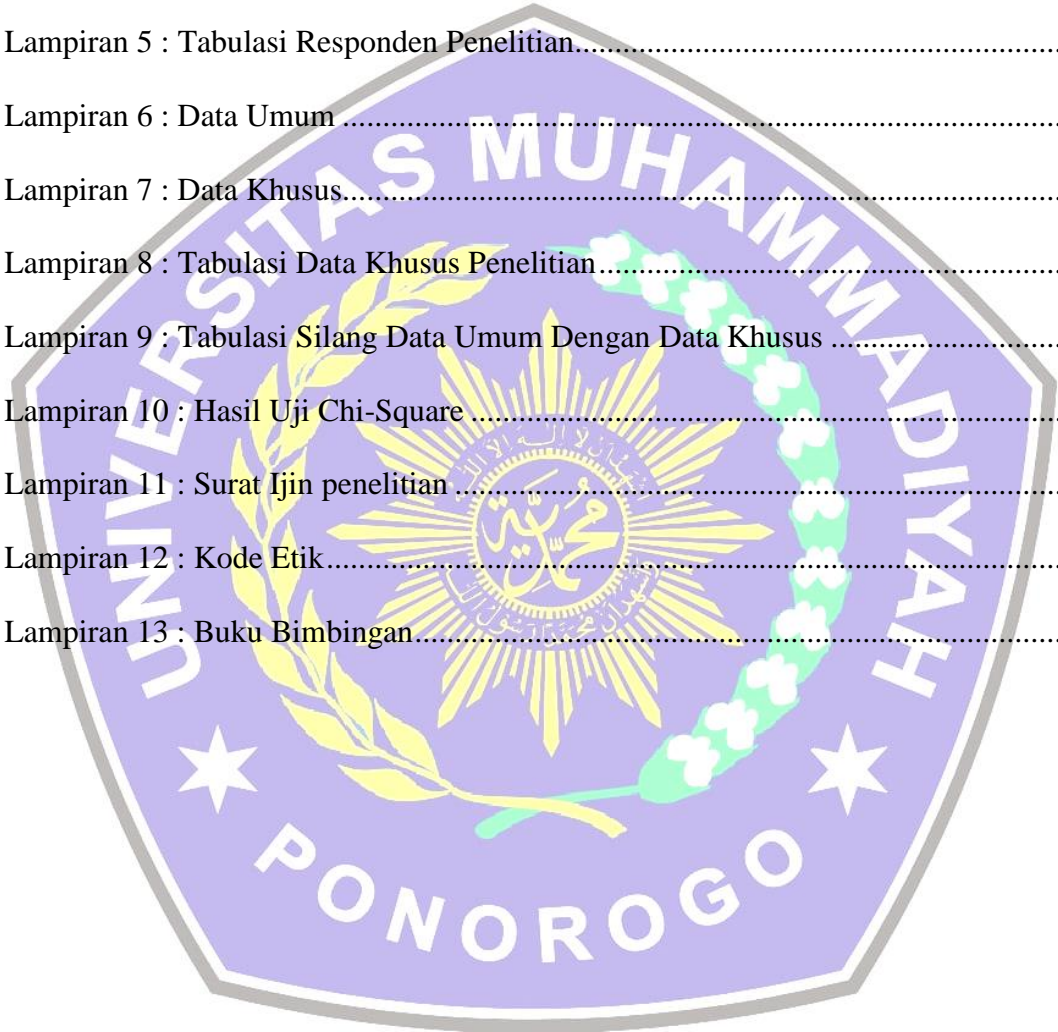
DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Teori Hubungan Obesitas dengan Siklus Menstruasi Studi pada Remaja Putri | 21 |
| Gambar 3.1 Kerangka konsep penelitian Hubungan Obesitas dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri | 22 |
| Gambar 4.2 Kerangka Operasional Hubungan Obesitas dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri | 25 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan | 49 |
| Lampiran 2 : Informed Consent | 50 |
| Lampiran 3 : Data demografi. | 55 |
| Lampiran 4 : Kuesioner..... | 56 |
| Lampiran 5 : Tabulasi Responden Penelitian..... | 57 |
| Lampiran 6 : Data Umum | 60 |
| Lampiran 7 : Data Khusus..... | 61 |
| Lampiran 8 : Tabulasi Data Khusus Penelitian..... | 62 |
| Lampiran 9 : Tabulasi Silang Data Umum Dengan Data Khusus | 68 |
| Lampiran 10 : Hasil Uji Chi-Square | 72 |
| Lampiran 11 : Surat Ijin penelitian | 76 |
| Lampiran 12 : Kode Etik..... | 77 |
| Lampiran 13 : Buku Bimbingan..... | 78 |



DAFTAR SINGKATAN

IMT : Indeks Massa Tubuh

WHO : World Health Organization

FSH : Folikel Stimulating Hormone

GnRH : Gonadotropin Releasing Hormon

HDL : High Density Lipoprotein

