



**FAKTOR - FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI
PADA REMAJA DI DESA SUMBER KECAMATAN KRADENAN**

SKRIPSI

**Oleh :
SITI FATIMAH
NIM. 010118A134**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUO
2021**



**FAKTOR - FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI
PADA REMAJA DI DESA SUMBER KECAMATAN KRADENAN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

SITI FATIMAH

NIM. 010118A134

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUO
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul
**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI
PADA REMAJA DI DESA SUMBER KECAMATAN KRADENAN**

Oleh :

SITI FATIMAH

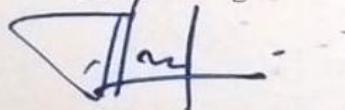
010118A134

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
diperkenalkan untuk diujikan

Ungaran, Februari 2022

Pembimbing



Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0624128204

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**FAKTOR - FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA DI DESA SUMBER
KECAMATAN KRADENAN**


Oleh :
SITI FATIMAH
NIM. 010118A134

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Jumat

Tanggal : 25 Februari 2022

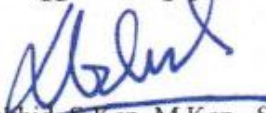
Tim Penguji:
Ketua/Pembimbing Utama


Ns. Sukarno, S.Kep.,M.Kep.
NIDN. 0624128204

Anggota/Penguji I



Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402

Anggota/Penguji II


Ns. Abdul Wahid, S.Kep.,M.Kep., Sp.Kep.Jiwa
NIDN.06020027901

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan


Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402

Dekan Fakultas Kesehatan


Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501



PERTANYAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Siti Fatimah
NIM : 010118A134
Program Studi/Fakultas : S1 Keperawatan/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul "Faktor-Fkator Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Desa Sumber Kecamatan Kradenan" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah saya ajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan bentuk ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Februari 2022
Yang membuat pernyataan,



Siti Fatimah

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Fatimah
NIM : 010118A134
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul **Faktor-Fkator Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Desa Sumber Kecamatan Kradenan** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Februari 2022
Yang membuat Pernyataan,



Siti Fatimah

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Data Pribadi

Nama : Siti Fatimah
Tempat, tanggal Lahir : Blora, 27 Juni 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Dukuh Sambonganyar, RT.03 RW.09,
Desa Sumber, Kecamatan Kradenan, Kabupaten Blora Jawa tengah.

II. Riwayat pendidikan

SD Sumber 7 : tahun 2005-2012
MTS Hasyim Asy'ari : tahun 2012-2015
SMA NU 1 Kradenan : tahun 2015-2018
Universitas Ngudi Waluyo : tahun 2018 – sekarang

III. Data Orangtua

Nama Ayah : Sugiyono
Pekerjaan : Petani
Alamat : Dukuh Sambonganyar, RT.03 RW.09,
Desa Sumber, Kecamatan Kradenan, Kabupaten Blora Jawa tengah.
Nama Ibu : Supriati
Pekerjaan : Petani
Alamat : Dukuh Sambonganyar, RT.03 RW.09,
Desa Sumber, Kecamatan Kradenan, Kabupaten Blora Jawa tengah.

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Februari 2022
Siti Fatimah
010118A134

**Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Di
Desa Sumber Kecamatan Kradenan**

ABSTRAK

Latar belakang : Siklus menstruasi merupakan tanda proses kematangan organ pada reproduksi yang dipengaruhi oleh hormon tubuh. Seseorang bisa mengalami perubahan pada siklus menstruasi, yang mana perubahan tersebut akan mempengaruhi ketidaknyamanan pada remaja. Hal yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi tidak teratur diantaranya adalah stres, aktivitas fisik, dan IMT.

Tujuan : Untuk mengetahui faktor-faktor yang paling berpengaruh terhadap siklus menstruasi pada remaja di Desa Sumber Kecamatan Kradenan.

Metode : Desain pada penelitian ini adalah uji regresi logistic dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah remaja di Desa Sumber Kecamatan Kradenan dengan jumlah 744 responden diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* serta alat pengambilan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan uji chi square.

Hasil : Hasil bivariat diperoleh bahwa faktor indeks masa tubuh dengan nilai $P = 0,010$ memiliki hubungan signifikan dengan siklus menstruasi, faktor aktivitas fisik dengan nilai $P = 0,020$ memiliki hubungan signifikan dengan siklus menstruasi, faktor stres dengan nilai $P = 0,025$ memiliki hubungan signifikan dengan siklus menstruasi.

Kesimpulan : Variabel yang paling besar pengaruhnya dengan siklus menstruasi adalah faktor aktivitas fisik dengan diperolehnya nilai $OR = 1,635$.

Saran : Diharapkan bagi peneliti berikutnya dapat melakukan penelitian dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi yaitu penyakit kronis, gizi buruk, konsumsi obat-obatan, dan ketidakseimbangan hormon.

Kata Kunci : Indeks masa tubuh, aktivitas fisik, stres, siklus menstruasi.

Literature : 2010-2021

Ngudi Waluyo University
S1 Nursing Study Program
Final Project, February 2022
Siti Fatimah
010118A134

**Factors Affecting Adolescents' Menstrual Cycles in Sumber Village,
Kradenan Subdistrict**

ABSTRACT

Background: The menstrual cycle is a sign of the process of maturity of organs in reproduction that are affected by body hormones. A person can experience changes in the menstrual cycle, which will affect discomfort in adolescents. Things that can affect irregular menstrual cycles include stress, physical activity, and BMI.

Purpose : The purpose of this study was to find out just what factors have the most impact on adolescent menstrual periods in Sumber Village, Kradenan District.

Method : A regression analysis test with a cross-sectional method was used in this study. The study's respondents were teenagers in Sumber Village in Kradenan District, with a total of 744 respondents selected using a purposive sampling technique and data collection instruments including a questionnaire. The chi square test was used to analyze data.

Result : The body mass index factor had a significant correlation with the menstrual cycle with a value of $P = 0.010$, the physical activity factor had a significant relationship with the menstrual period with a value of $P = 0.020$, and the stress factor had a significant correlation with the menstrual cycle with a value of $P = 0.025$.

Conclusion : The physical exercise indicator, with an OR value of 1.635, has the greatest impact on the menstrual cycle.

Suggestion : It is hoped that the next researcher can conduct research by considering other factors that can affect the menstrual cycle, namely chronic diseases, malnutrition, drug consumption, and hormonal imbalances.

Keyword : BMI, physical activity, stress, menstrual cycles.

Literature : 2010-2021

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Faktor-Fkator Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Desa Sumber Kecamatan Kradenan”** dengan baik. Penyusunan skripsi ini diajukan sebagai persyaratan untuk mencapai derajat Sarjana pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud apabila tidak ada bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Ns. Eko Susilo, S.Kep.,M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ibu Ns. Umi Aniroh, S.Kep.,M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Bapak Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep, selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran, memberikan arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf Universitas Ngudi Waluyo atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.

6. Kedua orangtua Bapak Sugiyono dan Ibu Supriati tercinta terima kasih atas didikannya selama ini, semangat, motivasi, cinta, kasih sayang, dan do'a yang begitu tulus tiada hentinya diberikan kepada penulis. Semoga Allah SWT selalu memberikan rahmat dan Kesehatan agar selalu bisa mendampingi penulis menuju cita-cita yang belum tercapai dimasa depan. Serta keluarga besar atas pengorbanan dan kasih sayang yang telah diberikan serta do'a, motivasi, semangat dan dukungan baik secara moril dan material yang tidak dapat digambarkan secara lisan.
7. Kepada rekan-rekan saya yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu, terimakasih untuk dukungan dan semangat yang diberikan selama ini.
8. Kepada teman-teman seperjuangan PSIK angkatan 2018 yang telah memberikan semangat dan motivasi.
9. Dan kepada seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Dengan skripsi ini, penulis harapkan dapat menambah pengetahuan kepada pembaca dan memberikan manfaat dalam upaya mengatasi kecemasan pada ibu dalam menghadapi menopause. Namun, penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Untuk itu, penulis mengharapakan bantuan berupa kritik dan saran dari saudara-saudara sekalian yang bersifat membangun dalam penyusunan skripsi ini.

Ungaran, Februari 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR	
SAMPUL DALAM	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iii
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	iv
RIWAYAT HIDUP	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Menstruasi	9
B. Stres	15
C. Aktivitas Fisik	20
D. Indeks Masa Tubuh (IMT)	24
E. Kerangka teori	27
F. Kerangka Konsep	27
G. Variabel Penelitian	28
H. Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Desain Penelitian.....	29

B. Tempat Dan waktu Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel	29
D. Definisi Operasional	32
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	34
F. Variabel Penelitian	36
G. Metode Pengumpulan Data	36
H. Etika Penelitian	39
I. Proses Pengumpulan Data	40
J. Pengolahan Data	41
K. Analisa Data	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil	48
B. Pembahasan	54
BAB V PENUTUP	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori indeks masa tubuh	25
Tabel 3.1	Definisi operasional.....	31
Tabel 3.2	Hasil uji validitas dan reliabilitas	35
Tabel 3.3	Kisi-kisi kuesioner	37
Table 4.1	Distribusi frekuensi karakteristik responden dengan umur	48
Table 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Siklus Menstruasi	49
Table 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan IMT (Indeks Masa Tubuh) pada Remaja di Desa Sumber Kecamatan Kradenan	49
Table 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Fisik pada Remaja di Desa Sumber Kecamatan Kradenan.	50
Table 4.5	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Stress Pada Remaja Di Desa Sumber Kecamatan Kradenan.....	50
Table 4.6	Hubungan indek masa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi pada remaja di Desa Sumber Kecamatan Kradenan	51
Table 4.7	Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Desa Sumber Kecamatan Kradenan	52
Table 4.8	Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Desa Sumber Kecamatan Kradenan	52
Tabel 4.9	Hasil multivariate	54
Tabel 4.10	Hasil multivariate	54

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka teori	27
Bagan 2.2 Kerangka konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 lembar studi pendahuluan
- Lampiran 2 lembar uji validitas
- Lampiran 3 lembar permohonan dan pencarian data
- Lampiran 4 lembar izin pengambilan data
- Lampiran 5 lembar izin penelitian
- Lampiran 6 lembar permohonan menjadi responden
- Lampiran 7 lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 8 lembar kuesioner
- Lampiran 9 lembar tabulasi uji validitas
- Lampiran 10 lembar hasil uji validitas
- Lampiran 11 lembar tabulasi data penelitian
- Lampiran 12 lembar hasil data penelitian
- Lampiran 13 lembar dokumentasi

