

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMP N 2 GAMPING**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh

BELLA RIZKY ANDRIANI

20120320165

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2016

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Bella Rizky Andriani

NIM : 20120320165

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dalam karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, Agustus 2016

Yang membuat pernyataan,

Bella Rizky Andriani

NIM. 20120320165

HALAMAN PERSEMBAHAN

1. Alhamdulillahirabbil'alamiin puji syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT serta Sholawat salam senantiasa penulis haturkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW yang telah memberikan kemudahan serta kelancaran bagi penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Terimakasih banyak kepada kedua ortua Bapakku tersayang (Adriansyah) dan Ibunda tercinta (Mardahani) yang selalu memberikan dukungan, arahan dan doa-doa setiap saatnya. Alhamdulillah, anakmu bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
3. Dosen ku tercinta Ibu Dewi Puspita, S.Kp., M.Sc., yang senantiasa meluangkan waktunya dalam membimbing saya dengan penuh kesabaran yang luar biasa. Terimakasih banyak ibu, semoga jasa ibu akan dibalas oleh Allah sebagai Amal Jariah Aamiin.
4. Kepada Dosen penguji Ibu Yuni Astuti, M.Kep.,Ns., Sp.Kep.Mat, terimakasih banyak atas pengarahan sehingga penulis dapat menciptakan Karta Tulis Ilmiah ini dengan baik.
5. Terimakasih juga buat adik ku satu-satunya yang selalu mengingatkan kakak nya serta doa-doa selalu di panjatkan. Semua keluarga besar yang ada di Kalimantan Selatan (Kai, Nini, Paman, Acil, Sepupu) terimakasih banyak atas doa-doa nya serta dukungan yang secara finansial.
6. Terimakasih banyak kepada sahabatku tercinta Defia, Fyonna, Novi, Ayya, selalu memberikan arahan, bantuan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
7. Terimakasih buat teman-teman satu bimbingan baik yang dulu sampai sekarang, Fidha, Shari, Nana, Linda, Tiffani, Chendy, Ahid, dan Azzam. Serta teman seperjuangan PSIK 2012 sukses buat kita Aamiin.

MOTTO HIDUP

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah ‘ala Kulilli Haal

“Segala Puji Bagi Allah Dalam Setiap Keadaan”

(HR. Ibnu Majah)

“Tidak ada sesuatu yang lebih besar pengaruhnya di Sisi Allah Taala Selain **DOA**”

(HR. Tirmizi, Ibnu Majah & Ahmad)

“Ketika kamu berhenti belajar, kamu mulai menuju kematian.”

-Albert Einsten-

Hidup diawali dengan menghirup udara dan diakhiri dengan mengembuskan udara. Maka, proses bernapas yang kita lakukan setiap detiknya merupakan peringatan nyata bahwa kehidupan begitu singkat. Sesingkat jeda antara hirup dan embus.

-Febrianti Almeera-

“**Hijrah** belum berakhir sebelum berakhirnya tobat, dan tobat tidak akan berakhir sebelum matahari terbit dari sebelah barat.”

(HR. Ahmad, Abu Dawud, Thabrani, dan Baihaqi)

“Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam secara keseluruhan, dan janganlah kamu turuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya setan itu musuh yang nyata bagimu.

(QS. Al-Baqarah: 208)

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum wr.wb.

Alhamdulillahirrabbi'l'amin, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT dan salawat atas junjungan Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarganya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul **“Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMP N 2 GAMPING”**.

Teriring rasa syukur penulis yang begitu besar, karena akhirnya penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Penulis menyadari bahwa proses penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Ardi Pramono, Sp.An., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Ibu Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep.,Sp.Mat., HNC selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Ibu Dewi Puspita, S.Kp. M. Sc selaku dosen pembimbing yang penuh dengan kesabaran, kelembutan dan pengorbanan sehingga beliau mampu membimbing dan mengarahkan peneliti dalam menyusun karya tulis ilmiah ini.
4. Ibu Ferika Indarwati, S.Kep, Ns.,M.Ng selaku dosen pembimbing sebelumnya yang penuh dengan kesabaran, kelembutan dan pengorbanan.
5. Dosen penguji Yuni Astuti, M.Kep.,Ns., Sp.Kep.Mat, yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberi arahan kepada penulis dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

6. Dosen Yusi Riwayatul Afsah, S.Kep., Ns., MNS., CWCS., selaku dosen penguji sebelumnya dalam sidang proposal Karya Tulis Ilmiah Proposal ini tidak akan lebih baik tanpa ketulusan ibu dalam menguji, memberikan saran serta meluangkan waktunya kepada peneliti.
7. Keluarga tercinta yang telah memberikan doa, semangat dan dukungan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
8. Responden penelitian ini yaitu siswi-siwi SMP N 2 Gamping beserta guru dan wali murid.
9. Teman-teman PSIK 2012 seangkatan yang selalu memberikan semangat dan dukungan yang besar dalam menyelesaikan karya tulis ini.
10. Teman-teman sejawat yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini.

Peneliti menyadari bahwa karya tulis ilmiah memiliki kekurangan, mengingat keterbatasan peneliti, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Wassalamu'alaikum, wr.wb.

Yogyakarta, Agustus 2016

Penulis

Bella Rizky Andriani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO HIDUP	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Penelitian Terkait	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Status Gizi	
1. Pengertian Gizi	11
2. Pengertian Status Gizi	11
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Status Gizi	11
4. Kebutuhan Gizi Remaja	13
5. Faktor penyebab masalah Gizi Remaja	17
6. Penilaian Status Gizi	19
7. Antropometri Gizi	19
8. Klasifikasi Status Gizi	20
B. Menstruasi	
1. Definisi Menstruasi	21
2. Siklus Menstruasi	21
3. Fisiologi Menstruasi	23
4. Fase Siklus Menstruasi	24
5. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi	25
6. Perubahan Siklus Menstruasi	27
7. Gangguan Siklus Menstruasi	28
8. Siklus Teratur Dan Tidak Teratur	28
C. Masa Remaja	
1. Definisi Remaja	29
2. Tahapan Remaja	29
3. Perubahan Pada Remaja	31

D. Kerangka Teori	33
E. Kerangka Konsep	34
E. Hipotesis.....	34

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	35
B. Populasi dan Sampel	35
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	38
D. Variabel Penelitian	39
E. Definisi Operasional	40
F. Instrumen Operasional	41
G. Cara Pengumpulan Data.....	41
H. Pengolahan dan Metode Analisa Data	44
J. Etik Penelitian	46

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	48
B. Pembahasan	52
C. Kekuatan Penelitian.....	64
D. Kekurangan Penelitian	64

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	65
B. Saran	65

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori IMT Berdasarkan WHO	21
Tabel 3.1 Data Jumlah 3 kali Menstruasi.....	37
Tabel 3.2 Data Jumlah Sampel Kelas VII & VIII	38
Tabel 4.1 Frekuensi Distribusi Usia Remaja.....	48
Tabel 4.2 Frekuensi Distribusi Usia Menarche.....	49
Tabel 4.3 Frekuensi Distribusi Status Gizi	49
Tabel 4.4 Frekuensi Distribusi Siklus Menstruasi	50
Tabel 4.5 Crosstab Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi	50
Tabel 4.6 Hasil Pearson chi-square	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	34
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	35
Gambar 3.3 Hubungan Antar Variabel	39

DAFTAR SINGKATAN

BKKBN	: Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional
DEPKES RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
BPS	: Badan Pusat Statistik
SMP N	: Sekolah Menengah Pertama Negeri
WHO	: <i>World Health Organization</i>
FSH	: <i>Folikel Stimulating Hormone</i>
LH	: <i>Litenizing Hormone</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin Releasing Hormone</i>
CRH	: <i>Corticotrofin Releasing Hormone</i>
DUB	: <i>Disfungsional Uteria Bleeding</i>
AUB	: <i>Abnormal Uteria Bleeding</i>
TB	: Tinggi Badan
BB	: Berat Badan
IMT	: Index Massa Tubuh
BMI	: Body Massa Index

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Surat Studi Pendahuluan
Lampiran 2	: Surat Lembar Kalibrasi Alat Timbangan Badan
Lampiran 3	: Surat Lembar Kalibrasi Alat Ukuran Tinggi Badan
Lampiran 4	: Surat Keterangan kelayakan Etika Penelitian
Lampiran 5	: Surat Ijin Penelitian dari BAPPEDA Sleman
Lampiran 6	: Surat Permohonan Surat Ijin Penelitian ke SMPN 2 Gamping
Lampiran 7	: Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 8	: Lembar Pernyataan Menjadi Responden
Lampiran 9	: Data Demografi
Lampiran 10	: Tabel 3 Bulan Siklus Menstruasi
Lampiran 11	: Hasil Olah Data