

**GAMBARAN SIKLUS MENSTRUASI BERDASARKAN STATUS GIZI  
PADA REMAJA PUTRI DI MTS NEGERI 11 MAJALENGKA  
DESA MANIIS KECAMATAN CINGAMBUL  
KABUPATEN MAJALENGKA  
TAHUN 2021**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar  
Ahli Madya Kebidanan Pada Program Studi Diploma III  
Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan



**Disusun Oleh :**

**Mia Astianti  
EBR0180018**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI  
ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
KUNINGAN  
2021**

## LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : GAMBARAN SIKLUS MENSTRUASI BERDASARKAN  
STATUS GIZI PADA REMAJA PURI DI MTS NEGERI 11  
MAJALENGKA DESA MANIIS KECAMATAN CINGAMBUL  
KABUPATEN MAJALENGKA TAHUN 2021

PENULIS : MIA ASTIANTI

NIM : EBR0180018

Kuningan, Oktober 2021

Menyetujui,

Pembimbing I



**Russiska, S.ST., MKM**  
NIDN. 0406078804

Pembimbing II



**Nurdewi Sulymbona, S.Tr.Keb.,M.Keb.**  
NIDN. 0426019401

## LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : GAMBARAN SIKLUS MENSTRUASI  
BERDASARKAN STATUS GIZI PADA  
REMAJA PURI DI MTS NEGERI 11  
MAJALENGKA DESA MANIIS KECAMATAN  
CINGAMBUL KABUPATEN MAJALENGKA  
TAHUN 2021

PENULIS : MIA ASTIANTI

NIM : EBR0180018

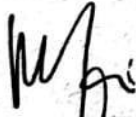
Kuningan, Oktober 2021

Mengesahkan,

Penguji I,

Penguji II,

Penguji III,



Mala Tri Marlina, S.ST., M.Kes  
NIDN. 0429058501



Russiska, S.ST., MKM  
NIDN. 0406078804

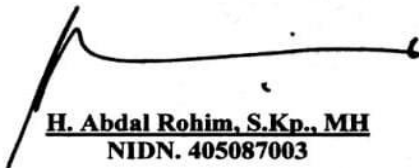


Nurdewi Sulymbona, S.Tr.Keb., M.Keb.  
NIDN. 0426019401

Mengetahui,

Ketua STIKes Kuningan,

Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan,



H. Abdal Rohim, S.Kp., MH  
NIDN. 405087003



Mala Tri Marlina, S.ST., M.Kes  
NIDN. 0429058501

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
Karya Tulis Ilmiah 2021.**

**Mia Astianti  
EBR0180018**

**ABSTRAK**

**Gambaran Siklus Menstruasi Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Puri Di  
MTS Negeri 11 Majalengka Desa Maniis Kecamatan Cingambul Kabupaten  
Majalengka**

6Bab+ 67 halaman, 4 tabel, 1 bagan, 11 lampiran

Siklus menstruasi adalah proses perubahan hormon yang terus-menerus dan mengarah pada pembentukan endometrium, ovulasi, serta peluruhan dinding jika kehamilan tidak terjadi. Status gizi dan asupan gizi yang sangat mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh yang menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi dan akan berdampak pada gangguan siklus menstruasi. 6 dari 10 mengalami gangguan siklus menstruasi dimana menstruasi tidak teratur. Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui gambaran siklus menstruasi berdasarkan status gizi pada remaja putri di MTS Negeri 11 Majalengka.

Metode penelitian deskriptif dengan rancangan observasional, Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di MTS Negeri 11 Majalengka yang berjumlah 233 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling sebanyak 70 responden. Pengambilan data secara langsung (data primer) menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat.

Analisis univariat didapatkan sebagian besar responden memiliki status gizi kurang sebanyak 32 orang (45,7%). sebagian besar responden memiliki gangguan siklus menstruasi sebanyak 42 orang (60,0%). responden dengan status gizi kurang (underweight) sebagian besar mengalami siklus menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 18 orang (56,3%).

Hasil penelitian disimpulkan bahwa sebagian besar remaja siswi di MTS N 11 Majalengka sebagian besar berstatus gizi kurang dan sebagian besar siswi yang mengalami siklus menstruasi tidak normal tergolong kedalam status gizi berlebih. Dengan penelitian ini disarankan kepada siswi untuk lebih memperhatikan asupan makanan dan gizinya agar IMT nya berada dalam batas normal sehingga diharapkan siklus menstruasi yang dialami akan kembali normal.

Kata Kunci : Siklus Menstruasi, Status Gizi, Remaja  
Kepustakaan : 11 buku (2011-2021), 25 jurnal

**DIPLOMA III MIDWIFE STUDY PROGRAM  
KUNINGAN HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCE  
Scientific Writing 2021**

**Mia Astianti  
EBR0180018**

**ABSTRACT**

**Overview of the Menstrual Cycle Based on Nutritional Status in Puri Adolescents at MTS Negeri 11 Majalengka, Maniis Village, Cingambul District, Majalengka Regency**

6 Chapters+ 67 pages, 4 tables, 1 chart, 11 appendices

The menstrual cycle is a continuous process of hormonal changes that lead to the formation of the endometrium, ovulation, and shedding of the walls if pregnancy does not occur. Nutritional status and nutritional intake that greatly affect growth, function of body organs that cause disruption of reproductive function and will have an impact on menstrual cycle disorders. 6 out of 10 experience menstrual cycle disorders where menstruation is irregular. The purpose of this study was to determine the description of the menstrual cycle based on the nutritional status of adolescent girls at MTS Negeri 11 Majalengka.

Descriptive research method with an observational design. The population in this study were all young women in MTS Negeri 11 Majalengka totaling 233 people, the sampling technique used simple random sampling 70 respondents. Direct data collection (primary data) using a questionnaire. Data analysis used univariate analysis.

Univariate analysis found that most of the respondents had poor nutritional status as many as 32 people (45.7%). most of the respondents had menstrual cycle disorders as many as 42 people (60.0%). respondents with underweight status mostly experienced abnormal menstrual cycles as many as 18 people (56.3%).

The results of the study concluded that most of the teenage students at MTS N 11 Majalengka were mostly undernourished and most of the students who experienced abnormal menstrual cycles were classified as overweight. With this study, it is suggested to students to pay more attention to their food intake and nutrition so that their BMI is within normal limits so that it is hoped that the menstrual cycle experienced will return to normal.

Keywords: Menstrual Cycle, Nutritional Status, Adolescents  
Library: 11 books (2011-2021), 25 journals

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya saya mendapatkan kesempatan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah mengenai “Gambaran Siklus Menstruasi Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Mts Negeri 11 Majalengka Desa Maniis Kecamatan Cingambul Kabupaten Majalengka Tahun 2021”, untuk memenuhi tugas akhir kuliah. Dengan diselesaikannya penelitian ini salah satu syarat memperoleh gelar ahli madya kebidanan pada program studi Diploma III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan, saya mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya atas segalanya bimbingan bantuan dukungan dan penghargaan kepada berbagai pihak yang telah banyak membantu terutama kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Lailatul badriah, M.Kes., AIFO selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan (YPBHK) beserta jajaran.
2. Bapak Abdal Rohim, S.Kp., MH selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu kesehatan Kuningan (STIKKU).
3. Mala Tri Marlina, S.ST., M.Kes, selaku Penguji sekaligus Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan sekaligus sebagai penguji dalam Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Russiska, S.ST., M.KM selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran demi terselesaikan penulisan karya tulis ilmiah ini.

5. Nurdewi Sulymbona, S.Tr.Keb.,M.Keb selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran demi terselesaikan penulisan karya tulis ilmiah ini.
6. Drs. H. Rahmat, M.Pd Kepala Sekolah MTS Negeri 11 Majalengka yang telah mengizinkan saya untuk melakukan di MTS.
7. Segenap Dosen Diploma III Kebidanan yang telah memberikan Ilmunya.
8. Seluruh staf Administrasi dan Pengelola Perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan yang telah membantu penulis selama masa pendidikan dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Untuk kedua orang tua yang saya sayangi selalu mendukung dan selalu mendoakan.
10. Untuk nenek tersayang beserta keluarga yang selalu memberi dukungan dan kasih sayang.
11. Heru Nuriman yang telah memberikan semangat dan motivasi.
12. Seluruh teman-teman tercinta yang telah memberi dukungan dan kasih sayang.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini memiliki berbagai kekurangan. Untuk ini saya mohon tanggapan dan saran bagi para pembaca dan pengguna sebagai masukan dan perbaikan untuk laporan berikutnya.

Majalengka, Oktober 2021

Penyusun

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.i</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.i</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II TINJAU PUSTAKA.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Status Gizi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Menstruasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL .....</b>	<b>Error!</b>
Bookmark not defined.	



3.1	Kerangka Konsep .....	Error! Bookmark not defined.
3.2	Definisi Oprasional .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB IV METODELOGI PENELITIAN .....</b>		Error! Bookmark not defined.
4.1	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
4.3	Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.8
4.4	Instrumen Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
4.5	Teknik Pengumpulan Data .....	Error! Bookmark not defined.
4.6	Rancangan Penelitian Data.....	Error! Bookmark not defined.
4.7	Rancangan Analisis Data .....	Error! Bookmark not defined.
4.8	Waktu Dan Lokasi Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>		Error! Bookmark not defined.
5.1	Hasil Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
5.2	Pembahasan .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>		Error! Bookmark not defined.
6.1	Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
6.2	Saran.....	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		Error! Bookmark not defined.
<b>LAMPIRAN .....</b>		Error! Bookmark not defined.