



**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN SIKLUS  
MENSTRUASI PADA MAHASISWI TINGKAT I FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL  
“VETERAN” JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar**

**Sarjana Kedokteran**

**SYILFA PUTRI SUBROTO**

**091.0211.062**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2013**

## PENGESAHAN DEKAN

Skripsi diajukan oleh :  
Nama : Syilfa Putri Subroto  
NRP : 091.0211.062  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat I Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Penguji dan Pembimbing serta telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

**Disetujui,**

dr. Ria Maria, SpKJ  
Penguji I

dr. Fitriani Retnowati, SpOG  
Pembimbing I

dr. Luh Eka Purwani, M.Kes  
Pembimbing II

**Mengesahkan,**



dr. Chairunan Hasbullah, M.ARS  
Dekan Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 15 Mei 2013

**PENGESAHAN**  
**KETUA PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

Skripsi diajukan oleh :  
Nama : Syilfa Putri Subroto  
NRP : 091.0211.062  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus  
Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat I Fakultas  
Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional  
"Veteran" Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Penguji dan Pembimbing serta telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

**Disetujui,**



dr. Anisah, MPdKed  
Ketua Program Studi Sarjana Kedokteran

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 15 Mei 2013

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri,  
dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk  
telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Syilfa Putri Subroto

NRP : 091.0211.062

Tanggal : 15 Mei 2013

Tanda Tangan : 

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Syilfa Putri Subroto  
NRP : 091.0211.062  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **“Hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat I Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 15 Mei 2013

Yang menyatakan,



Syilfa Putri Subroto

8. Teman seperbimbingan dan seperjuangan Dedeh Koesmayati, Ilmah Ismail, Ratih Masita, dan Chesa Yeni yang sudah memberikan masukan-masukan dalam pembuatan skripsi ini.
9. Ayu Mutiarasari, Lailatul Faradila dan Fitria Hendrico yang telah membantu dalam pengambilan data.
10. Teman-teman sejawat Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta angkatan 2009 terima kasih atas kebaikan dan kekompakan selama 3,5 tahun ini.

Penulis menyadari bahwa hasil penelitian yang dituangkan di dalam skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mohon maaf apabila terdapat kekurangan pada penelitian ini. Penulis juga berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi orang lain dalam melaksanakan tugas pembangunan kesehatan terutama terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi dan ilmu gizi.

Jakarta, 15 Mei 2013



## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

### **DATA PRIBADI**

Nama : Syilfa Putri Subroto  
Alamat : Jl. Talas II RT 04 RW 001 No. 48, Pondok Cabe  
Iir, Pamulang, Tangerang Selatan  
Telepon : 021-74701442  
HP : 085814411966  
Email : syilp.putri@yahoo.co.id  
Agama : Islam  
Tempat/Tgl. Lahir : Jakarta, 23 April 1991

### **KELUARGA**

#### *Orang tua*

Ayah : H. Muhammad Subroto Alirejo, MT

Ibu : Hj. Euis Kurniawati, S.Pd

#### *Saudara Kandung*

Adik : Mohamad Obby Adianto

### **PENDIDIKAN FORMAL**

1997 – 2003 Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta  
2003 – 2006 Madrasah Tsanawiyah Pembangunan UIN Jakarta  
2006 – 2009 Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Jakarta  
2009 – sekarang Program Studi S1 Kedokteran Umum, Jurusan,  
Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas  
Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

### **PENDIDIKAN NON FORMAL**

2003 – 2005 Kursus Bahasa Inggris LIA  
2007 – 2008 Kursus Pelajaran Nurul Fikri  
2008 – 2009 Kursus Pelajaran Primamedika

### **PENGALAMAN ORGANISASI**

- 2005 -2006           Pengurus OSIS Madrasah Tsanawiyah Pembangunan UIN Jakarta
- 2005 – 2006        Anggota *Student Company* Madrasah Tsanawiyah Pembangunan UIN Jakarta
- 2007 – 2008        Anggota *Smart Student* Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Jakarta



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN DEKAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN KA.PSSK</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN HAK CIPTA</b> .....	<b>v</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xvii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xviii</b>
<b>RINGKASAN</b> .....	<b>xix</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

I.1. Latar Belakang Masalah .....	1
I.2. Rumusan Masalah .....	2
I.3. Tujuan Penelitian .....	3
I.3.1. Tujuan Umum .....	3
I.3.2. Tujuan Khusus .....	3
I.4. Manfaat Penelitian .....	3
I.4.1. Aspek Teoritis .....	3
I.4.2. Aspek Aplikatif .....	3

### **BAB II LANDASAN TEORI**

II.1. Tinjauan Pustaka .....	4
II.1.1. Menstruasi .....	4
II.1.1.1. Definisi Menstruasi .....	4

II.1.1.2. Fisiologi Menstruasi .....	4
II.1.1.2.1. Yang Berperan Dalam Menstruasi .....	5
II.1.1.2.2. Siklus Menstruasi .....	8
II.1.1.3. Gangguan Menstruasi .....	16
II.1.2. Nutrisi pada Remaja .....	21
II.1.2.1. Kebutuhan Nutrisi Remaja .....	23
II.1.2.2. Masalah Nutrisi pada Remaja .....	27
II.1.3. Obesitas dan <i>Overweight</i> .....	28
II.1.3.1. Definisi Obesitas dan <i>Overweight</i> .....	28
II.1.3.2. Etiologi Obesitas .....	29
II.1.3.3. Patogenesis Obesitas .....	32
II.1.4. Hubungan Obesitas Dengan Siklus Menstruasi .....	33
II.1.5. Indeks Massa Tubuh .....	34
II.1.5.1. Definisi Indeks Massa Tubuh .....	34
II.1.5.2. Klasifikasi Indeks Massa Tubuh .....	34
II.1.5.3. Cara Mengukur Indeks Massa Tubuh .....	35
II.1.6. Remaja .....	36
II.1.6.1. Definisi Remaja .....	36
II.1.6.2. Ciri-ciri Masa Remaja .....	37
II.1.6.3. Obesitas Pada Remaja .....	40
II.2. Kerangka Teori .....	41
II.3. Kerangka Konsep .....	42
II.4. Hipotesis .....	42

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

III.1. Jenis Penelitian .....	43
III.2. Lokasi Penelitian .....	43
III.3. Subyek Penelitian .....	43
III.4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	43
III.4.1. Inklusi .....	43
III.4.2. Eksklusi .....	43
III.5. Teknik Sampling .....	44

III.6. Besar Sampling .....	44
III.7. Desain Penelitian .....	44
III.8. Identifikasi Variabel .....	45
III.9. Definisi Operasional .....	45
III.10. Instrumen Penelitian .....	46
III.11. Protokol Penelitian .....	46
III.11.1. Pra – Penelitian .....	46
III.11.2. Saat Penelitian .....	46
III.11.3. Pengolahan Data .....	46
III.12. Analisis Data .....	47

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

IV.1. Analisis Hasil Penelitian .....	48
IV.1.1. Analisis Univariat .....	48
IV.1.2. Analisis Bivariat .....	49
IV.2. Pembahasan .....	51
IV.2.1. Distribusi Status Gizi Mahasiswi Tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta.....	51
IV.2.2. Distribusi Siklus Menstruasi yang Dialami Mahasiswi Tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta .....	51
IV.2.3. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta .....	52
IV.3. Keterbatasan Penelitian .....	52

#### **BAB V PENUTUP**

V.1. Kesimpulan .....	53
V.2. Saran .....	53

<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>54</b>
-----------------------------	-----------

<b>Lampiran .....</b>	<b>58</b>
-----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
TABEL 1	Obat-Obatan yang Dapat Meningkatkan Berat Badan ..... 32
TABEL 2	Klasifikasi Berat Badan Lebih dan Obesitas Menurut Kriteria Asia Pasifik ..... 35
TABEL 3	Distribusi Status Gizi Mahasiswi Tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta ..... 48
TABEL 4	Distribusi Siklus Menstruasi yang Dialami Mahasiswi Tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta ..... 49
TABEL 5	Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta ..... 50

## DAFTAR BAGAN

	<b>Halaman</b>
BAGAN 1 Alur HPO Axis .....	7
BAGAN 2 Pembentukan Estrogen oleh Folikel Ovarium .....	9
BAGAN 3 Kontrol Umpan-Balik FSH dan Sekresi LH Tonik Selama Fase Folikel .....	10
BAGAN 4 Kontrol Lonjakan LH Pada Saat Ovulasi .....	12
BAGAN 5 Kontrol Umpan-Balik Selama Fase Luteal .....	14
BAGAN 6 Skema Multifaktorial yang Dapat Menyebabkan Obesitas .....	33
BAGAN 7 Kerangka teori .....	41
BAGAN 8 Kerangka konsep .....	42

## DAFTAR GAMBAR

### Halaman

GAMBAR 1	Perkembangan Folikel .....	12
GAMBAR 2	Ovulasi dan Perkembangan Serta Degenerasi Korpus Luteum	14
GAMBAR 3	Siklus Menstruasi .....	15
GAMBAR 4	Keseimbangan energi .....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
LAMPIRAN 1 Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta .....	58
LAMPIRAN 2 Pernyataan Persetujuan Responden .....	59
LAMPIRAN 3 Kuisisioner .....	60
LAMPIRAN 4 Data Responden .....	63
LAMPIRAN 5 Analisa Univariat .....	67
LAMPIRAN 6 Analisa Bivariat .....	68
LAMPIRAN 7 Tabel Krecjie dan Morgan .....	69

## ABSTRAK

SYILFA. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat I Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Dibimbing oleh dr. FITRIANI RETNOWATI ISKANDAR Sp. OG dan dr. LUH EKA PURWANI, M.Kes.

Menstruasi adalah tanda dari fase reproduksi dalam kehidupan wanita dimulai dari menarche sampai menopause. Banyak faktor yang mempengaruhi gangguan siklus menstruasi; diantaranya adalah status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional* dengan metode *consecutive sampling*. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswi tingkat I di FK UPN “Veteran” Jakarta. Sampel penelitian sebanyak 86 responden. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner dan timbangan berat badan serta pengukur tinggi badan. Data dianalisis dengan uji *Chi Square* dengan kemaknaan ( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi didapatkan  $p = 0,000$ . Oligomenore merupakan jenis gangguan siklus menstruasi yang paling tinggi terjadi pada kelompok responden yang mengalami *overweight* (54,5%) dan obesitas (57,9%). Status gizi merupakan faktor yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan siklus menstruasi. Sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta.

**Kata kunci** : Siklus menstruasi, status gizi

**Kepustakaan** : 56 (1999-2012)



## **ABSTRACT**

SYILFA. The Association Between The Nutritional Status With Menstrual Cycle in Medical Students First Grade of Faculty of Medicine of The National Development “Veteran” University Jakarta. Under direction of dr. FITRIANI RETNOWATI ISKANDAR Sp.OG and dr. LUH EKA PURWANI, M.Kes.

Menstruation is sign of reproduction phase in women’s life which is begin by menarche until menopause. Many factors can influence the disturbances of the menstrual cycle; one of them is nutritional status. This study aimed to determine the association between of the nutritional status with menstrual cycle of the first grade medical students of UPN “Veteran” Jakarta. This survey study was an analytic observational which is use approach of a cross sectional design with consecutive sampling method. The population of this study was all of the first grade medical students of UPN “Veteran” Jakarta. The samples amount are 86. Data was collected by interview using structured questionnaire and weight and height scale. Data were analyzed with Chi Square test with the significance ( $p < 0.05$ ). The result of this study showed the association between nutritional status with menstrual cycle obtained  $p = 0.000$ . Oligomenorrhea was the highest type of menstrual cycle disturbance in overweight women (54.5%) and obesity women (57.9%). The nutritional status was associated on menstrual cycle disturbances. We can concluded there is association between the nutritional status with menstrual cycle in medical students first grade of faculty of medicine of the national development “Veteran” university Jakarta.

**Keyword** : Menstrual cycle, nutritional status

**Refference** : 56 (1999-2012)

## RINGKASAN

SYILFA. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat I Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Dibimbing oleh dr. FITRIANI RETNOWATI ISKANDAR Sp.OG dan dr. LUH EKA PURWANI, M.Kes.

Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi normal adalah 21-35 hari. Terjadinya gangguan pada siklus menstruasi disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah status gizi. Gangguan siklus menstruasi terdiri dari tiga siklus menstruasi pendek (*Polimenore*), siklus menstruasi panjang (*Oligomenore*), dan menstruasi tidak datang dalam 3 bulan berturut-turut (*Amenore*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara obesitas dan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta.

Status Gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi diklasifikasikan menjadi gizi kurang, gizi normal, dan gizi berlebih. Gizi berlebih terbagi menjadi *overweight* dan obesitas. *Overweight* adalah kelebihan berat badan dibandingkan dengan berat ideal yang dapat disebabkan oleh penimbunan jaringan lemak atau non lemak. Sedangkan obesitas adalah suatu kelainan atau penyakit yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Data Riskesdas menunjukkan prevalensi gizi lebih pada penduduk usia 15 tahun keatas secara nasional adalah 19.1%. Hal ini membuktikan bahwa remaja Indonesia sebagian besar mengalami obesitas. Penelitian yang dilakukan oleh Wei pada wanita obesitas didapatkan sebanyak 3.6% mengalami polimenore dan 10% mengalami oligomenore.

Penyebab dari status gizi berlebih multifaktorial, diantaranya adalah genetik, hormonal, tingkat pendidikan orang tua serta perilaku dan lingkungan seperti makanan, aktivitas fisik, dan obat. Menurut Toschke et al penyebab obesitas pada remaja adalah asupan makanan berlebih, faktor genetik, dan kurangnya aktivitas fisik. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purwanti &

Dahliansyah terdapat hubungan antara obesitas dengan siklus menstruasi. hormon yang berpengaruh dalam fisiologi menstruasi salah satunya adalah estrogen. Estrogen ini disintesis di ovarium, adrenal, plasenta, testis, jaringan lemak dan susunan saraf pusat. Menurut analisis penyebab lebih panjangnya siklus menstruasi diakibatkan jumlah estrogen yang meningkat dalam darah akibat meningkatnya jumlah lemak tubuh. Kadar estrogen yang tinggi akan memberikan *feedback* negatif terhadap sekresi GnRH.

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu pengambilan sampel pada satu saat tertentu yang dilakukan hanya satu kali.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta pada bulan April 2013. Populasi adalah semua mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta yang berjumlah 113 orang. Sampel adalah beberapa mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta dengan menggunakan tabel Krejcie dan Morgan sehingga besar sampel adalah 86 orang.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *consecutive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan alat ukur tinggi badan dan berat badan. Data yang diperoleh dianalisis dengan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-square* dengan kemaknaan ( $p < 0.05$ ).

Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan status gizi sebagian besar mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta yang diteliti adalah normal sebanyak 56 orang (65,1%), obesitas 19 orang (22,1%), dan *overweight* sebanyak 11 orang (12,8%) dan jenis gangguan siklus menstruasi terbanyak pada responden *overweight* adalah oligomenorea sebanyak 6 orang (54,5%), sedangkan jenis gangguan siklus menstruasi terbanyak pada responden obesitas adalah oligomenorea sebanyak 11 orang (57,9%). Hasil uji statistik *Chi-square* membuktikan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta.

Saran bagi responden, bagi mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta yang mengalami obesitas agar mengurangi berat badannya dan memperhatikan jenis makanan serta jenis bahan makanan yang dikonsumsi. Saran bagi peneliti lain, diharapkan agar melakukan penelitian lebih lanjut dengan metode yang

berbeda seperti pengembangan instrumen yang lebih baik lagi dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi siklus menstruasi seperti gizi buruk atau aktivitas yang terlalu berat.

**Kata kunci :** Siklus menstruasi, status gizi

**Kepustakaan :** 56 (1999-2012)