

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN MENSTRUASI PADA MAHASISWI  
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO**

**SKRIPSI**

**KEZIA WINDY TUMIGOLUNG**

**15061027**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO**

**2019**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN MENSTRUASI PADA MAHASISWI  
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Katolik De La Salle Manado**

**KEZIA WINDY TUMIGOLUNG**

**15061027**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO**

**2019**

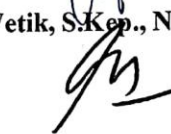


**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN MENSTRUASI PADA MAHASISWI  
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO**

Yang disusun dan diajukan oleh:  
**KEZIA WINDY TUMIGOLUNG**  
**NIM 15061027**

Telah dipertahankan di depan TIM Penguji Ujian Skripsi  
Pada tanggal 13 Agustus 2019  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

**TIM PENGUJI**


**Dosen Penguji 1** : (Syenshie V. Wetik, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J)  
  
**Dosen Penguji 2** : (Emilianan Tarigan, S.Kp., M.Kes)  
  
**Dosen Penguji 3** : (Dr. Indriani Yauri, MN)  


Mengetahui

Dekan Fakultas Keperawatan  
Unika De La Salle  
Manado

  
Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes

PLT Ketua Program Studi  
Fakultas Keperawatan  
Unika De La Salle Manado

  
Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN MENSTRUASI PADA MAHASISWI  
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO

Nama : Kezia Windy Tumigolung  
NIM : 15061027  
Fakultas : Keperawatan  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyetujui,  
Manado, 13 Agustus 2019

Pembimbing I



Emiliana Tarigan, S.Kp., M.Kes

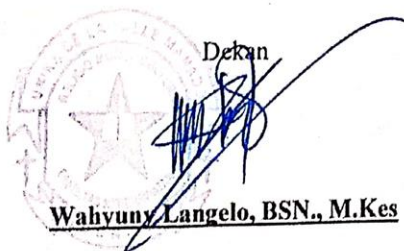
Pembimbing II



Dr. Indriani Yauri, MN

Mengetahui,

Dekan



Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes

PLT Ketua Program Studi



Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya menyatakan dengan sebenarnya-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam naskah SKRIPSI ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah Skripsi ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI., saya bersedia SKRIPSI ini digugurkan dan dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Manado, 07 Agustus 2019

Mahasiswa,



Nama : Kezia Tumigolung

NIM : 15061027

Fakultas : Keperawatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Universitas Katolik De La Salle Manado

# HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO

Kezia Tumigolung<sup>1</sup>, Emiliana Tarigan<sup>2</sup>, Indriani Yauri<sup>3</sup>  
Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik  
De La Salle Manado, Kairagi 1 Kombos, Sulawesi Utara 95000.  
Email : [keziatumigolung30@gmail.com](mailto:keziatumigolung30@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Mengonsumsi makanan siap saji menjadi populer di era yang semakin modern ini, studi menunjukkan makanan siap saji yang mengandung tinggi kalori dan tinggi lemak dapat menyebabkan ketidakaturan pada siklus menstruasi. Siklus menstruasi menjadi masalah pada sistem reproduksi yang terbanyak dialami oleh remaja akhir dalam masa reproduksinya. Walaupun berbagai upaya pemerintah telah dilakukan, tetapi upaya-upaya tersebut belum tercapai karena, belum maksimalnya sosialisasi kepada remaja secara luas.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan menstruasi pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain observasi analitik dengan pendekatan *cross-sectional study*. Sampel pada penelitian ini 120 responden yang didapat dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner menstruasi dan hasil IMT, yaitu berat badan dan tinggi badan. Analisis deskriptif dan inferensial telah dilakukan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha \leq 0,05$ ), digunakan dalam penentuan tingkat signifikansi.

**Hasil Penelitian :** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi yang kurang dan lebih mempunyai risiko untuk mengakibatkan menstruasi tidak teratur. Hal ini ditunjukkan ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan menstruasi ( $p = 0,00$ ), dimana responden pada penelitian ini hampir 90% IMT kurang, 87% IMT lebih, dan 90% Obesitas mengalami menstruasi tidak teratur.

**Kesimpulan :** Status gizi merupakan salah satu faktor yang menyebabkan menstruasi tidak teratur pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Manado.

Adapun saran bagi perkembangan ilmu keperawatan agar memberikan pendidikan kesehatan mengenai cara mendeteksi dini terjadinya gangguan menstruasi dan bagi praktik keperawatan lebih khusus Unit Kesehatan yang ada di universitas agar menjalin kerja sama dengan puskesmas dan rumah sakit untuk mengadakan pemeriksaan di universitas dan memberikan penyuluhan kesehatan.

**Kata Kunci:** Status gizi, menstruasi.

**Kepustakaan:** 15 buku 11 jurnal

**RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS WITH MENSTRUATION IN  
STUDENTS FACULTY OF NURSING UNIVERSITY OF CATHOLIC  
DE LA SALLE MANADO**

Kezia Tumigolung<sup>1</sup>, Emiliana Tarigan<sup>2</sup>, Indriani Yauri<sup>3</sup>  
Nursing Faculty of Nursing Faculty of Catholic University De La Salle Manado,  
Kairagi 1 Kombos, North Sulawesi 95000  
Email : [keziatumigolung30@gmail.com](mailto:keziatumigolung30@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** Consuming fast food is becoming popular in an increasingly modern era, studies show that fast food containing high calories and high fat can cause irregularities in the menstrual cycle. Menstrual cycles become a problem in the reproductive system most experienced by late adolescents in their reproductive period. Although various government efforts have been made, but these efforts have not been achieved because, not yet maximally broad outreach to teenagers.

**Objective:** This study aims to determine the relationship between nutritional status and menstruation among female nursing students at the De La Salle Catholic University in Manado.

**Method:** This study used an analytic observation design with a *cross-sectional study approach*. The samples in this study were 120 respondents obtained using *convenience sampling techniques*. The research instrument used menstrual questionnaires and BMI results, namely body weight and height. Descriptive and inferential analysis has done a confidence level of 95% ( $\alpha \leq 0.05$ ), used in determining the level of significance.

**Research Results:** The results of this study indicate that underweight and over nutritional status has a risk of causing irregular periods. It was shown that there was a significant relationship between nutritional status and menstruation ( $p = 0.00$ ), where respondents in this study were almost 90% less BMI, 87% more BMI, and 90% Obesity had irregular menstrual periods.

**Conclusion:** Nutritional status is one of the factors that cause irregular periods in students Nursing At the De La Manado Catholic University. The advice for the development of nursing science is to provide health education on how to detect early menstrual disorders and for more specialized nursing practices at the University's Health Unit to collaborate with health centers and hospitals to conduct examinations at universities and provide health education.

**Keywords:** *Nutritional status, menstruation*

**Literature:** *15 books 11 journals*

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur peneliti panjatkan pada Tuhan yang Maha Esa, karena atas tuntunan dan bimbingan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Status Gizi Dengan Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado”. Skripsi merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S-1 Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.

Penulis menyadari akan keterbatasan dan kemampuan dalam penyusunan skripsi ini. Dalam penulisan skripsi ini penulis memperoleh bantuan, bimbingan, motivasi perhatian serta doa dari berbagai pihak, sehingga skripsi ini dapat selesai walaupun masih terdapat beberapa keterbatasan dan kekurangan dari penulis. Untuk itu dengan penuh syukur dan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Johanis Ohoitumur selaku Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado, terimakasih telah memberikan izin dan membantu selama proses penelitian.
2. Wahyuny Langelo, BSN.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Keperawatan dan PLT Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
3. Emiliana Tarigan, S.Kp., M.Kes selaku Dosen Pembimbing I, terima kasih untuk setiap masukan dan motivasi yang diberikan untuk kelancaran penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Indriani Yauri, MN selaku Dosen Pemimbing II, terima kasih untuk setiap saran yang diberikan untuk kelancaran penyusunan skripsi.
5. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado, terima kasih atas bantuannya.
6. Opa, Oma, Papa, Mama, Kakak, Adik beserta keluarga yang telah memberikan semangat, dukungan dan doa yang besar selama ini.
7. My Six Plus One: Linda, Sherly, Yanti, Putry, Christy, Juwita terima kasih atas dukungan, motivasi, dan juga keterlibatan kalian saat penyusunan skripsi ini.
8. Ns. Fredrik Toluon., S.Kep yang telah memberikan semangat dan motivasi.

9. Teman-teman Kost Villa Imanuel: Maya, Ceria, Santa, Prity, Cici, Ani, Maria, Novdy, Vinsen, Doni, Dodi, Joni, Agung, Ka Evart, Ka Edo, Ka Icad, terima kasih atas dukungan dan motivasi.
10. Teman-teman se-angkatan Fakultas Keperawatan 2015, terima kasih untuk kebersamaan kita selama 4 tahun ini di Universitas Katolik De La Salle Manado.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Manado, 07 Agustus 2019

Penulis,

Kezia Tumigolung

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	ixv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan	4
1.3 Pertanyaan Penelitian	5
1.4 Ringkasan Bab	5
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Pengertian Menstruasi	7
2.2 Siklus Menstruasi Pada Remaja	7
2.3 Status Gizi Pada Remaja	12
2.4 Keterkaitan Status Gizi Terhadap Siklus Menstruasi	16
2.5 Penelitian Terkait	16
2.6 Aplikasi Teori Keperawatan Dorothea Orem	24
<b>BAB III. KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI OPERASIONAL</b>	
3.1 Kerangka Konsep	27
3.2 Hipotesis	29
3.3 Definisi Operasional	30
<b>BAB IV. METODE PENELITIAN</b>	
4.1 Desain Penelitian	32

4.2 Lokasi Penelitian	32
4.3 Waktu Penelitian	32
4.4 Populasi Penelitian	32
4.5 Sampel Penelitian	33
4.6 Instrumen Penelitian	34
4.7 Uji Validitas dan Reliabilitas	34
4.8 Prosedur Pengumpulan Data Penelitian	35
4.9 Analisa Data	37
4.10 Etika Penelitian	39
<b>BAB V. HASIL PENELITIAN</b>	
5.1. Gambaran Karakteristik Data Demografi	40
5.2. Gambaran Karakteristik Menstruasi Responden	41
5.3. Gambaran Karakteristik Status Gizi Responden	42
5.4. Analisis Hubungan Status Gizi Dengan Menstruasi	42
<b>BAB VI. PEMBAHASAN</b>	
6.1 Gambaran Karakteristik Responden	44
6.2 Gambaran Menstruasi Responden	44
6.3 Gambaran Status Gizi Responden	44
6.4 Hubungan Status Gizi Dengan Menstruasi	45
6.5 Keterbatasan Penelitian	47
<b>BAB VII. PENUTUP</b>	
7.1. Kesimpulan	48
7.2. Saran	49
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	50
<b>LAMPIRAN</b>	

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2.3.1 Klasifikasi IMT Menurut Mardelena (2017)	15
Tabel 2.3.2 Klasifikasi IMT Menurut WHO (2007)	15
Tabel 2.3.3 Klasifikasi IMT Menurut Kemenkes (2010)	15
Tabel 2.5.1 Penelitian Terkait	20
Tabel 3.3.1 Definisi Operasional	30
Tabel 5.1 Karakteristik Data Demografi	40
Tabel 5.1 Gambaran Karakteristik Menstruasi	41
Tabel 5.1 Gambaran Karakteristik Status Gizi	42
Tabel 5.1 Analisis Hubungan Status Gizi dengan Menstruasi	43

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model Konsep Dorothea Orem	25
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	28

## DAFTAR BAGAN

Bagan 4.8.1 Proses Pengumpulan Data

35

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Curriculum Vitae
- Lampiran 2 Informed Consent
- Lampiran 3 Instrumen Penelitian Kuesioner
- Lampiran 4 Data Uji Valid Kuesioner
- Lampiran 5 Hasil Uji Validitas Kuesioner
- Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner
- Lampiran 7 Master Tabel Hasil pengukuran IMT & Jawaban Kuesioner
- Lampiran 8 Tabel Gambaran Karakteristik Responden
- Lampiran 9 Gambaran Karakteristik IMT & Menstruasi
- Lampiran 10 Hasil analisis Hubungan Status Gizi dengan Menstruasi
- Lampiran 11 Surat Izin Pengambilan Data Demografi
- Lampiran 12 Surat Keterangan Uji Validitas & Reliabilitas Kuesioner
- Lampiran 13 Lembar Persetujuan Ujian Proposal
- Lampiran 14 Lembar Revisi Proposal
- Lampiran 15 Lembar Persetujuan Penelitian
- Lampiran 16 Surat Izin Melakukan Penelitian
- Lampiran 17 Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 18 Lembar Persetujuan Ujian Skripsi
- Lampiran 19 Lembar Revisi Skripsi
- Lampiran 20 Lembar Konsultasi Pembimbing I
- Lampiran 21 Lembar Konsultasi Pembimb

