

SKRIPSI
HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KETERATURAN
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1
KOTA TEBING TINGGI



JIHAN ANDINI
P07524422019

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2026

SKRIPSI
HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KETERATURAN
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1
KOTA TEBING TINGGI

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan
Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



JIHAN ANDINI
P07524422019

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KETERATURAN
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1
KOTA TEBING TINGGI**

Diusulkan Oleh
JIHAN ANDINI
NIM. P07524422019

Telah disetujui dimedan
Pada tanggal 04 Mei 2026

Pembimbing Utama,



Suswati, SST, M.Kes
NIP.196505011988032001

Pembimbing Pendamping,



Dr. Dodoh Khodijah, SST, MPH
NIP. 197704062002122003

Ketua Jurusan Kebidanan Medan



Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KETERATURAN
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1
KOTA TEBING TINGGI**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

JIHAN ANDINI
P07524422019

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada Tanggal Juli 2026

TIM PENGUJI

Ketua Penguji:
Suswati, SST, M.Kes
NIP. 196505011988032001

()

Penguji I:
Elizawarda, SKM, M.Kes
NIP. 196307101983022001

()

Penguji II:
Dr. Dodoh Khodijah, SST, MPH
NIP. 197704062002122003

()

Medan, Juli 2026

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan Medan



Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Jihan Andini
NIM : P07524422019
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan Medan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KETERATURAN MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 KOTA TEBING TINGGI

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 2026

Penulis,



JIHAN ANDINI
P07524422019

FORMAT BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama : Jihan Andini
Tempat/Tgl lahir : Tebing Tinggi, 22 Desember 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jl. Abdul Hamid, Bagelen
Nomor HP : 081262120622

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : 2016, SDN 164330 Kota Tebing Tinggi
2. SMP : 2019, SMPN 1 Kota Tebing Tinggi
3. SMA : 2022, SMA Swasta F.Tandean Kota Tebing Tinggi

ABSTRAK

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KETERATURAN MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 KOTA TEBING TINGGI

Jihan Andini

Kemenkes Poltekkes Medan

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan

Email : andinijihan22@gmail.com

Keteraturan menstruasi merupakan salah satu indikator penting kesehatan reproduksi remaja putri yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah Indeks Massa Tubuh (IMT) digunakan sebagai indikator sederhana untuk menilai status gizi seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan keteraturan menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Kota Tebing Tinggi. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross-sectional. Sebanyak 84 siswi yang di jadikan responden, Teknik pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling. Hasil Menunjukkan Pada kategori IMT kurus, sebanyak 3 (20%) orang yang teratur dan 12 (80%) yang tidak teratur. Pada kategori IMT normal, yaitu sebanyak 48 (85,7%) orang dan tidak teratur hanya 8 (14,3%) orang. IMT gemuk sebanyak 11 (84,6%) orang yang tidak teratur dan hanya 2 (15,4%) orang yang teratur. Uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai signifikan $p = 0,001$ ($p > 0,05$), menunjukan ada hubungan signifikan antara IMT dan keteraturan menstruasi.

Kata Kunci : Indeks Massa Tubuh, Keteraturan Menstruasi, Remaja Putri

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND MENSTRUAL REGULARITY AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMPN 1 KOTA TEBING TINGGI

JIHAN ANDINI

Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Bachelor Program Of Applied Health Science In Midwifery

Email: andinijihan22@gmail.com

Menstrual regularity is a crucial indicator of reproductive health in adolescent girls, which is influenced by various factors, including Body Mass Index (BMI) a simple indicator used to assess an individual's nutritional status. This study aims to determine the correlation between Body Mass Index (BMI) and menstrual regularity among adolescent girls at SMPN 1 Kota Tebing Tinggi. This was a quantitative study utilizing a cross-sectional design. A total of 84 female students participated as respondents, selected through a purposive sampling technique. The results showed that within the underweight BMI category, 3 respondents (20%) had regular menstruation and 12 respondents (80%) had irregular menstruation. In the normal BMI category, 48 respondents (85.7%) experienced regular menstruation, while only 8 respondents (14.3%) were irregular. In the overweight/obese BMI category, 11 respondents (84.6%) had irregular menstruation and only 2 respondents (15.4%) were regular. The Chi-Square statistical test yielded a significant value of $p = 0.001$ ($p < 0.05$), indicating that there is a significant correlation between BMI and menstrual regularity.

Keywords: Body Mass Index, Menstrual Regularity, Adolescent Girls.



30 JUL 2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Keteraturan Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Kota Tebing Tinggi”** dapat terselesaikan.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi syarat pencapaian gelar Sarjana Terapan Kebidanan, dalam program studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan, Jurusan Kebidanan Medan Poltekkes Kemenkes RI Medan.

Pada penulisan skripsi ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang turut membantu dan berpartisipasi dalam proses pembuatan skripsi ini, baik bentuk moral ataupun material.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenalkan pula peneliti untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
4. Suswati, SST, M.Kes, Selaku Pembimbing utama yang telah membimbing dan memberi arahan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dr. Dodoh Khodijah, SST, MPH, Selaku Pembimbing pendamping yang telah membantu dan membimbing peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
6. Elizawarda, SKM, M.Kes, Selaku Penguji utama yang telah bersedia menguji dan memberikan masukan, kritik dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh dosen dan staff pengajar yang telah memberikan ilmu kepada peneliti selama kuliah di Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
8. Paini, S.Pd, M.Pd Selaku kepala sekolah SMPN 1 Kota Tebing Tinggi yang telah membimbing dan memberikan izin untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.

9. Cinta pertama, panutan sekaligus sosok teristimewa dalam hidup penulis yaitu Alm bapak tercinta. Beliau memang tidak sempat melihat putri kecilnya tumbuh untuk menggapai impian. Namun segala cinta, ketulusan dan pengorbanan yang bapak berikan tetap menjadi kekuatan terbesar dalam hidup penulis.
10. Pintu surga dan sosok yang penulis jadikan panutan yaitu Mama tercinta. Terimakasih yang selalu berjuang dan mengusahakan segala sesuatu untuk hidup penulis, yang senantiasa memberikan kasih sayang, motivasi, serta doa sehingga penulis dapat terus berjuang dalam meraih mimpi dan cita-cita.
11. Kakak satu – satunya penulis yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan tempat berbagi selama penyusunan skripsi ini, Terimakasih atas doa, motivasi, saran dan bantuan yang selalu menguatkan langkah penulis.
12. Teman seperjuangan penulis, Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Angkatan 2022 yang telah mendukung dan memberikan penulis semangat dan motivasi hingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk Menyusun skripsi ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca unruk perbaikan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 2026

Jihan Andini

DAFTAR ISI

COVER	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
FORMAT BIODATA PENULIS	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
1 Tujuan umum	4
2 Tujuan khusus	4
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
E. Manfaat	4
1. Manfaat Teoritis	4
2. Manfaat Praktis.....	5
F. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Uraian Materi.....	8
1. Remaja.....	8
2. Status Gizi Berdasarkan IMT	13
3. Keteraturan Menstruasi	22
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka Konsep.....	34
D. Hipotesis.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
A. Jenis dan Desain Penelitian	36

B. Populasi dan Sampel	36
1. Populasi Penelitian	36
2. Sampel Penelitian	36
3. Jumlah Sampel	37
4. Kriteria Inklusi	37
5. Kriteria Eksklusi.....	38
C. Tempat dan Waktu Penelitian	38
1. Tempat penelitian	38
2. Waktu penelitian.....	38
D. Variabel Penelitian.....	38
1. Variabel Independen.....	38
2. Variabel Dependen	38
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	38
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	40
1. Jenis Data	40
2. Instrumen/ Teknik pengumpulan data	40
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	41
H. Prosedur Penelitian	41
I. Manajemen Data.....	42
1. Pengolahan data	42
2. Analisa Data	44
J. Etika Penelitian.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Penelitian.....	47
1. Karakteristik Responden	47
2. Analisis Univariat.....	48
3. Analisis Bivariat	50
B. Pembahasan	51
BAB V KESIMPULAN & SARAN.....	56
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Skripsi.....	6
Tabel 2.1 IMT.....	21
Tabel 2.2 Parameter Menstruasi Normal.....	24
Tabel 2.3 Faktor dan Dampak Menstruasi.....	28
Tabel 2.4 Volume Menstruasi.....	30
Tabel 2.5 Hubungan IMT Dengan Siklus Menstruasi.....	31
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	37
Tabel 4.1 Karakteristik Responden.....	46
Tabel 4.2 Kategori Keteraturan Menstruasi.....	47
Tabel 4.3 Imt dan Keteraturan Menstruasi.....	48
Tabel 4.4 Kategori IMT dan Keteraturan Menstruasi.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gizi Seimbang.....	13
Gambar 2.2 Isi Piringku.....	13
Gambar 2.3 Cara Menghitung IMT.....	19
Gambar 2.4 Menstruasi.....	22
Gambar 2.5 Siklus Menstruasi.....	25
Gambar 2.6 Kerangka Teori.....	33
Gambar 2.7 Kerangka Konsep.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	63
Lampiran 2 Informed Consent.....	66
Lampiran 3 Lembar Persetujuan.....	67
Lampiran 4 Surat Izin Survey Awal.....	68
Lampiran 5 Surat Balasan Izin Survey.....	69
Lampiran 6 Surat Izin Validitas dan Reliabilitas.....	70
Lampiran 7 Surat Balasan Uji Validitas dan Reliabilitas.....	71
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	72
Lampiran 9 Ethical Clearance.....	73
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian.....	74
Lampiran 11 Surat Balasan Penelitian.....	75
Lampiran 12 Master Tabel/ Data Mentah.....	76
Lampiran 13 Hasil Uji Chi Square dan Confidence.....	80
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian.....	82
Lampiran 15 Kartu Bimbingan.....	83
Lampiran 16 Draft Jurnal.....	90
Lampiran 17 Hasil Turnitin.....	101