

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN GAYA
HIDUP DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN
INDONESIA ANGKATAN 2022**

SKRIPSI

Oleh

LIDYA PRISKILA

1961050049



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2023**

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN GAYA
HIDUP DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN
INDONESIA ANGKATAN 2022**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana
Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas
Kedokteran Universitas Kristen Indonesia

Oleh

LIDYA PRISKILA

1961050049



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2023**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lidya Priskila
NIM : 1961050049
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana
Fakultas : Kedokteran

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tugas akhir yang berjudul “HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN GAYA HIDUP DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA ANGGKATAN 2022” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tugas akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 7 Februari 2023



Lidya Priskila



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN**

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN GAYA HIDUP DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA ANGKATAN 2022**

Oleh:

Nama : Lidya Priskila
NIM : 1961050049
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana
Fakultas : Kedokteran

telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Sidang Tugas Akhir guna mencapai gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia,

Jakarta, 7 Februari 2023

Menyetujui:
Pembimbing

dr. Jumaini Andriana Sihombing, M.Pd.Ked.
NIDN: 8842840017

Ketua Program Studi
Kedokteran Program Sarjana

dr. Yusias Hikmat Diani, M. Kes

Plt. Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Indonesia



Dr. dr. Forman Erwin Siagian, M. Biomed





UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA FAKULTAS KEDOKTERAN

PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR

Pada 7 Februari 2023 telah diselenggarakan Sidang Tugas Akhir untuk memenuhi sebagai persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia, atas nama:

Nama : Lidya Priskila
NIM : 1961050049
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana
Fakultas : Kedokteran

termasuk ujian Tugas Akhir "HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN GAYA HIDUP DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA ANGKATAN 2022" oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
1. dr. Silphia Novelyn, M.Biomed.	Sebagai Dosen Penguji I	
2. dr. Jumaini Andriana Sihombing, M.Pd.Ked	Sebagai Dosen Penguji II	

Jakarta, 7 Februari 2023



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

Pernyataan dan Persetujuan Publikasi Tugas Akhir

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lidya Priskila
NIM : 1961050049
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana
Jenis Tugas Akhir : Skripsi
Judul : Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Gaya Hidup dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2022.

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Noneksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundangan-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Dibuat di Jakarta
Pada 7 Februari 2023
Yang Menyatakan,



Lidya Priskila

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, kasih dan karunia-Nya maka penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Gaya Hidup dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2022”.

Penelitian ini dibuat dan disusun sebagai tugas akhir penulis, serta sebagai syarat yang harus dipenuhi guna menempuh Sidang Ujian Sarjana serta untuk mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Pendidikan Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia (FK UKI).

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis juga menyadari tidak sedikit kendala dan halangan yang dihadapi penulis. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih terdapat kekurangan yang disebabkan keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh penulis. Namun berkat bantuan dan kontribusi dari berbagai pihak maka penulisan dan penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya.

Selama belajar di program studi Pendidikan Sarjana Kedokteran, FK UKI, penulis mendapat banyak ilmu dan pelajaran yang bermanfaat bagi kehidupan serta wawasan penulis. Dalam proses pembuatan skripsi ini, penulis banyak dibantu, dan diberi arahan, dukungan, serta semangat oleh orang-orang disekitar penulis.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Orang tua tercinta, Bapak Wesli Siahaan dan Ibu Sortauli Revisa Hutagaol yang sudah sangat sabar memberikan dukungan secara moril, materil maupun spiritual agar penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik dan lancar. Tidak lupa juga untuk kakak penulis Tiur Theofanny dan adik penulis tersayang Gracella Elisabeth yang selalu

memberikan dukungan dan memenuhi segala kebutuhan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

2. Dr. Dhaniswara K. Hardjono, S.H., M.H., M.B.A selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia.
3. Pimpinan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia dan Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana.
4. Dr. Muhammad Alfarabi, SSi., MSi., selaku Ketua Tim Skripsi beserta anggota Tim Skripsi yang telah mengkoordinir pembagian dosen pembimbing dan menyusun Buku Pedoman Penulisan dan Penilaian Skripsi sebagai pedoman dalam penulis menulis skripsi ini.
5. dr. Jumaini Andriana Sihombing, MPd.Ked., selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan penulis dengan sabar dalam penyusunan skripsi ini.
6. Dr. Dra. Trini Suryowati, MS., selaku dosen pembimbing akademik yang telah menyediakan waktunya dalam membimbing dan senantiasa memberi dukungan serta nasihat kepada penulis selama perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
7. Bapak dan ibu dosen di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan pengalaman kepada penulis, semoga ilmu yang diberikan dapat didedikasikan untuk kesuksesan penulis di hari-hari yang akan datang.
8. Seluruh mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022 yang telah membantu mengisi kuesioner, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2019 untuk setiap kenangan, kebersamaan dan pengalaman yang telah dilalui bersama-sama selama ini, serta selalu mendukung satu sama lain.
10. Sahabat-sahabat penulis khususnya Yosephina Sepriliani Yamin, Angela Rosmary Walter Buttiker, Maesy Clarissa Hutapea, Alejandro Ronaldo Raja Sinurat, Fransisco Riski Samderubun, Arvin Hardian

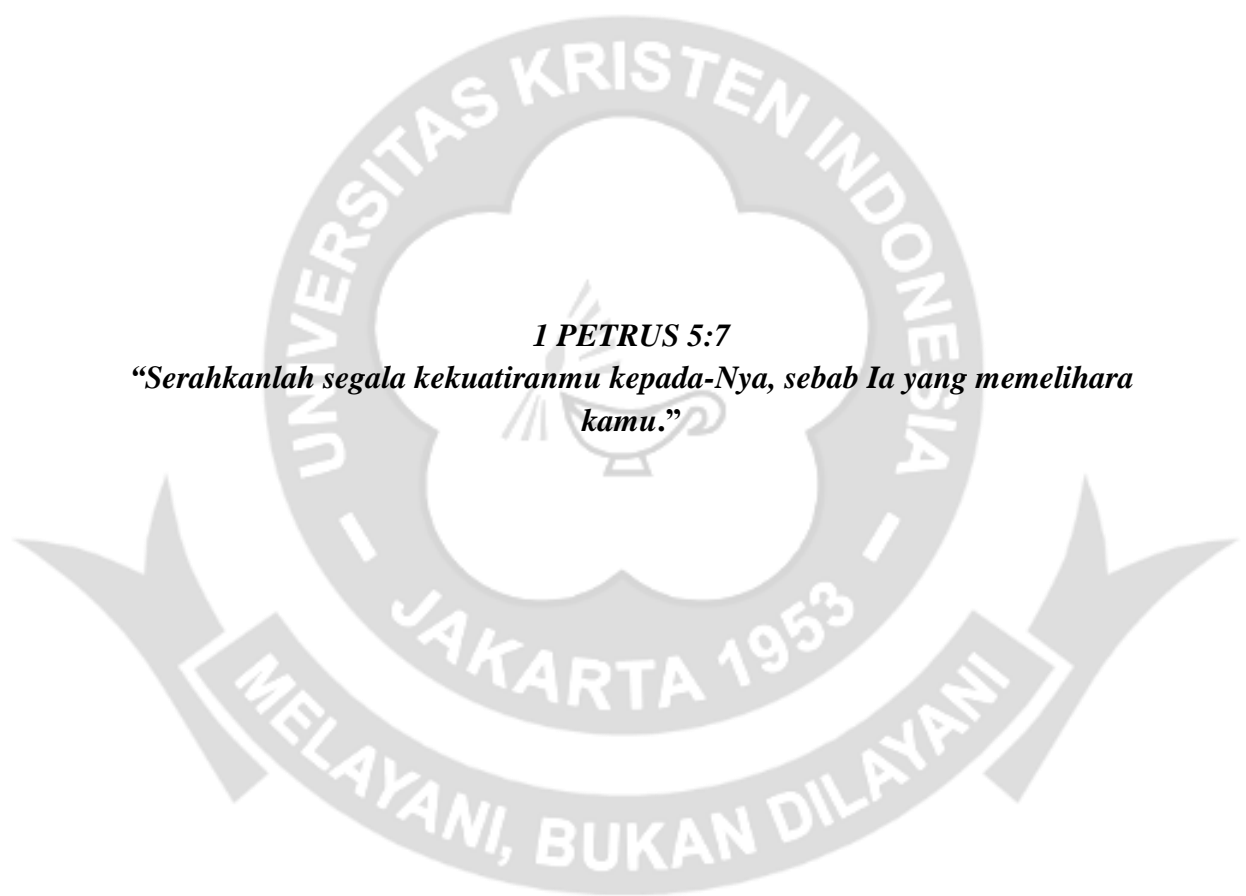
Tambunan, dan Rivaldo Nainggolan yang senantiasa menemani, memberi semangat, dan menghibur penulis selama melakukan penelitian skripsi.

11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu penulis, memberi semangat, dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kiranya penelitian ini dapat bermanfaat, serta memberikan ilmu yang baru dan lebih tinggi lagi bagi pembaca. Akhir kata, dengan segala rasa syukur penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak. Tuhan memberkati.

Jakarta, 7 Februari 2023





1 PETRUS 5:7

“Serahkanlah segala kekuatiranmu kepada-Nya, sebab Ia yang memelihara kamu.”

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iv
HALAMAN PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACK	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Bagi Peneliti.....	3
1.4.2 Bagi Institusi.....	3
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	4
1.5 Hipotesis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Tinjauan Umum tentang Siklus Menstruasi.....	5
2.1.1 Pengertian Menstruasi.....	5
2.1.2 Fisiologi Mestruasi.....	5
2.1.3 Gangguan Menstruasi.....	8
2.1.4 Gangguan lain yang ada hubungan dengan menstruasi.....	9
2.1.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi siklus Menstruasi.....	10
2.2 Indeks Massa Tubuh.....	11
2.3 Kerangka Teori.....	14
2.4 Kerangka Konsep.....	15

2.5	Definisi Operasional Variabel.....	15
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		18
3.1	Metode Penelitian.....	18
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	18
3.2.1	Lokasi Penelitian	18
3.2.2	Waktu Penelitian	18
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	18
3.3.1	Populasi	18
3.3.2	Sampel	18
3.4	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	19
3.4.1	Kriteria Inklusi	19
3.4.2	Kriteria Eksklusi.....	19
3.5	Teknik Pengambilan Sampel.....	20
3.6	Jenis dan Cara Pengumpulan Data	20
3.6.1	Jenis Data	20
3.6.2	Cara Pengumpulan Data.....	20
3.7	Variabel Penelitian	20
3.8	Instrumen penelitian.....	20
3.9	Alur penelitian.....	21
3.10	Pengolahan dan Analisis Data.....	21
3.10.1	Pengumpulan Data	21
3.10.2	Pengolahan Data.....	21
3.10.3	Analisis Data	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		23
4.1	Hasil	23
4.1.1	Karakteristik Responden	23
4.1.2	Analisa Univariat.....	26
4.1.3	Analisa Bivariat.....	27
4.2	Pembahasan.....	29
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		32
5.1	Kesimpulan.....	32
5.2	Saran.....	32
DAFTAR PUSTAKA		34



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi IMT	12
Tabel 2. 2 Definisi Operasional.....	15
Tabel 4. 1 Usia.....	23
Tabel 4. 2 Usia Menarche.....	24
Tabel 4. 3 Lama Menstruasi	24
Tabel 4. 4 Berat Badan	25
Tabel 4. 5 Tinggi Badan	25
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi dan Presentase Indeks Massa Tubuh	26
Tabel 4. 7 Distribusi Siklus Menstruasi	26
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi dan Presentase Gaya Hidup	27
Tabel 4. 9 Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi.....	27
Tabel 4. 10 Hubungan Siklus Menstruasi dengan Gaya Hidup.....	28



DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori.....	14
Bagan 2. 2 Kerangka Konsep	15
Bagan 3. 1 Alur Penelitian.....	21



DAFTAR SINGKATAN

IMT	Indeks Massa Tubuh
FSH	<i>Follicle Stimulating Hormone</i>
LH	<i>Luteinizing Hormone</i>
PMS	Pramenstruasi
GnRH	<i>Gonadotropin Releasing Hormon</i>



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	37
Lampiran 2. Uji Validitas dan Reabilitas.....	41
Lampiran 3. Rekapitulasi Data.....	44
Lampiran 4. Hasil Analisis Data dengan SPSS.....	47
Lampiran 5. Lembar Permohonan Izin Penelitian.....	52



ABSTRAK

Perdarahan periodik dan siklik uterus yang terjadi secara teratur dan disertai deskuamasi endometrium disebut sebagai menstruasi. Siklus menstruasi adalah periode bulanan yang dialami wanita dan merupakan bagian penting dari fungsi biologis wanita sepanjang siklus hidupnya. Siklus menstruasi normalnya berlangsung antara 21-35 hari dengan rata-rata siklus 28 hari. Lama menstruasi berlangsung antara tiga sampai tujuh hari. Banyak wanita yang memiliki gangguan pada menstruasinya. Adanya gangguan endokrin seperti diabetes, hipotiroidisme, hipertiroidisme, berat badan dengan tinggi dan rendahnya indeks massa tubuh, aktivitas fisik, stres, serta gaya hidup yang buruk merupakan beberapa aspek penyebab gangguan menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2022. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik observasional dengan desain *cross-sectional study*. Mahasiswi angkatan 2022 dari Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia dijadikan sebagai sampel penelitian. Uji kriteria inklusi dan eksklusi digunakan untuk memilih 89 responden dari sampel. Dengan mengisi kuesioner, data IMT dikumpulkan dari pengukuran tinggi badan dan berat badan serta dilakukan juga pengukuran siklus menstruasi, dan gaya hidup. Korelasi Spearman digunakan untuk menganalisis data. 47,2% responden mempunyai IMT normal, 80,9% mempunyai siklus menstruasi normal, dan 88,8% memiliki gaya hidup yang cukup. Hasil penelitian berdasarkan uji hipotesis hubungan IMT dengan siklus menstruasi didapati $p = 0.000$, dan koefisien korelasi ($r=0.384$) yang menunjukkan korelasi positif cukup. Serta pada siklus menstruasi dengan gaya hidup didapati $p=0.000$, dan koefisien korelasi ($r=0,370$) yang menunjukkan korelasi positif cukup. Dari hasil analisis data dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara IMT dengan siklus menstruasi serta hubungan antara siklus menstruasi dengan gaya hidup.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, Siklus Menstruasi, Gaya Hidup

ABSTRACT

Periodic and cyclic uterine bleeding that occurs regularly and is accompanied by desquamation of the endometrium is known as menstruation. The menstrual cycle is the monthly period experienced by women and is an important part of a woman's biological function throughout her life cycle. The normal menstrual cycle lasts between 21-35 days with an average cycle of 28 days. Menstruation lasts from three to seven days. Many women have disturbances in their menstruation. The existence of endocrine disorders such as diabetes, hypothyroidism, hyperthyroidism, body weight with high and low body mass index, physical activity, stress, and poor lifestyle are some of the aspects that cause menstrual disorders. The purpose of this study was to determine Body Mass Index (BMI) and Menstrual Cycles in Student Faculty of Medicine at the Indonesian Christian University Batch 2022. The research method used was observational analytic with a cross-sectional study design. Class of 2022 female students from the Faculty of Medicine at the Indonesian Christian University were used as research samples. Inclusion and exclusion criteria tests were used to select 89 respondents from the sample. By filling out the questionnaire, BMI data was collected from measurements of height and weight, as well as measurements of the menstrual cycle and lifestyle. Spearman's correlation was used to analyze the data. 47.2% of respondents have normal BMI, 80.9% have normal menstrual cycles, and 88.8% have an adequate lifestyle. The results of the research based on the hypothesis testing of the relationship between BMI and the menstrual cycle found $p = 0.000$, and the correlation coefficient ($r = 0.384$) which showed a moderate positive correlation. Also in the menstrual cycle with a lifestyle found $p = 0.000$, and the correlation coefficient ($r = 0.370$) which shows a moderate positive correlation. From the results of data analysis it can be concluded that there is a relationship between BMI and the menstrual cycle and a relationship between the menstrual cycle and lifestyle.

Keywords: *Body Mass Index, Menstrual Cycle, Lifestyle*