

ABSTRAK

HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DAN STATUS GIZI TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI SISWI KELAS X DI SMAN 13 BANDAR LAMPUNG

Oleh

CICI YULIANA SARI

Latar belakang : Gangguan pada siklus menstruasi pada remaja disebabkan oleh beberapa faktor contohnya adalah status gizi gemuk yang berhubungan dengan asupan lemak sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara asupan lemak dan status gizi terhadap siklus menstruasi.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* terhadap siswi kelas X SMAN 13 Bandar Lampung. Jumlah sampel diambil dengan metode total sampling yaitu 180 orang responden. Setelah digunakan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan 163 responden. Status gizi responden didapatkan dari indeks massa tubuh (IMT) dengan mengukur berat badan dan tinggi badan. Data asupan lemak dan siklus menstruasi diketahui dengan menggunakan *food recall 2x24* jam dan kuesioner siklus menstruasi. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji komparatif *Chi Square*.

Hasil : Dari penelitian ini didapatkan responden mempunyai asupan lemak lebih sebesar 46,6% dan asupan lemak cukup 53,4%. Responden yang memiliki status gizi kurus 5,5%, status gizi normal 84% dan status gizi gemuk 10,4%. Responden yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebesar 30,1% dan yang memiliki siklus menstruasi teratur 69,9%. Untuk hubungan asupan lemak terhadap siklus menstruasi didapatkan $p= 0,003$ dan $OR= 2,99$ dan hubungan status gizi gemuk terhadap siklus menstruasi didapatkan $p= 0,001$ dan $OR = 25,64$

Simpulan : Didapatkan hubungan yang bermakna antara asupan lemak terhadap siklus menstruasi dan juga didapatkan hubungan yang bermakna antara status gizi terhadap siklus menstruasi.

Kata Kunci : lemak tinggi, siklus menstruasi, status gizi.