

## ABSTRACT

### CORRELATION BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND MENSTRUAL CYCLE AMONG FEMALE ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 1 NATAR SOUTH LAMPUNG IN 2025

By

TIARA TRIWANSA PUTRI

**Background:** Menstruation is a physiological bleeding process accompanied by the shedding of the thickened uterine lining as a result of hormonal influences in the body. These hormonal fluctuations affect the course of the menstrual cycle. Hormonal balance influenced by optimal health. Optimal health can be achieved by good nutritional status. Based on Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) in 2018, nutritional problems among adolescents in Indonesia are still a serious health issue. This condition certainly requires more attention because unbalanced nutritional status can affect other aspects of health, one of which is the regularity of the menstrual cycle in female adolescent.

**Methods:** This research used an analytic observational method with a cross-sectional design. This research was conducted at SMA Negeri 1 Natar South Lampung in February – May 2025. The number of samples in this study amounted to 128. The sampling technique used was cluster random sampling. In this study, univariate and bivariate data analysis was carried out.

**Results:** The results of the Chi-square test with a confidence level of 95% showed a  $p\text{-value} < 0,05$  on the nutritional status variable based on body mass index ( $p=0,000$ ) and upper arm circumference ( $p=0,000$ ).

**Conclusion:** There is correlation between abnormal nutritional status based on body mass index and upper arm circumference with irregular menstrual cycle in female adolescents at SMA Negeri 1 Natar South Lampung in 2025.

**Keywords:** female adolescent, menstrual cycle, nutritional status

## ABSTRAK

### HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI SMA NEGERI 1 NATAR LAMPUNG SELATAN TAHUN 2025

Oleh

TIARA TRIWANSA PUTRI

**Latar Belakang:** Menstruasi merupakan suatu proses perdarahan fisiologis yang disertai dengan peluruhan lapisan rahim yang telah menebal sebagai akibat pengaruh hormon dalam tubuh. Fluktuasi hormon ini mempengaruhi jalannya siklus menstruasi. Keseimbangan hormon dipengaruhi oleh kesehatan yang optimal. Kesehatan optimal dapat dicapai dengan status gizi baik. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, masalah gizi di kalangan remaja di Indonesia masih menjadi isu kesehatan yang cukup serius. Kondisi ini tentu memerlukan perhatian lebih karena status gizi yang tidak seimbang dapat berpengaruh terhadap aspek kesehatan lainnya, salah satunya adalah keteraturan siklus menstruasi pada remaja putri.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Natar Lampung Selatan pada bulan Februari - Mei 2025. Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 128. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Pada penelitian ini dilakukan analisis data secara univariat dan bivariat.

**Hasil:** Hasil uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai  $p < 0,05$  pada variabel status gizi berdasarkan indeks masa tubuh ( $p = 0,000$ ) dan lingkaran lengan atas ( $p = 0,000$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara status gizi yang tidak normal berdasarkan indeks massa tubuh dan lingkaran lengan atas dengan siklus menstruasi yang tidak teratur pada remaja putri SMA Negeri 1 Natar Lampung Selatan Tahun 2025.

**Kata Kunci:** remaja putri, siklus menstruasi, status gizi