

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS BAITURRAHMAH
ANGKATAN 2023**

SKRIPSI



Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Baiturrahmah

MIFTAHUL HIDAYATI

2110070100142

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH**

PADANG

2025

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2023

Disusun Oleh:

MIFTAHUL HIDAYATI

2110070100142

Telah disetujui

Padang, 20 Januari 2025

Pembimbing 1



(dr. Sri Nani Jelmila, M. Biomed)

Pembimbing 2



(dr. Seres Triola, Sp. THT-KL)

Penguji 1



(dr. Revivo Rinda Pratama, Sp. OG)

Penguji 2



(Dr. dr. Dita Hasni, M. Biomed)

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Miftahul Hidayati

NIM : 2110070100142

Mahasiswa : Progam Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran
Universitas Baiturrahmah, Padang

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis ini berupa skripsi dengan judul "**Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2023**" adalah asli dan belum pernah dipublikasi atau diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Baiturrahmah maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain, kecuali pembimbing dan pihak lain sepengetahuan pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lain sesuai norma dan hukum yang berlaku.

Padang, 20 Januari 2024

Yang membuat pernyataan,



Miftahul Hidayati
Miftahul Hidayati

ABSTRAK

Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

Angkatan 2023

Miftahul Hidayati

Latar Belakang : IMT yang tidak normal akan berhubungan dengan siklus menstruasi sehingga remaja perlu memperhatikan status gizi karena akan berdampak buruk pada kesehatan mereka. Selain status gizi, melakukan aktivitas fisik juga dapat mempengaruhi kondisi jasmani, kapasitas kerja dan kesehatan seseorang. Aktivitas fisik sangat berkaitan dengan kesehatan reproduksi perempuan khususnya pada siklus menstruasi.

Tujuan : Untuk mengetahui hubungan status gizi dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2023.

Metode : Ruang lingkup penelitian ini adalah obgyn dan gizi. Penelitian dilakukan pada bulan Februari – Desember 2024. Jenis penelitian adalah *deskriptif analitik*. Populasi terjangkau pada penelitian adalah seluruh mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2023 sebanyak 134 sampel dengan teknik *total sampling*. Analisa data univariat disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*, pengolahan data menggunakan komputersasi program SPSS versi IBM 25.0.

Hasil : siklus menstruasi terbanyak adalah tidak normal yaitu 76 orang (56,7%), status gizi terbanyak adalah normal yaitu 66 orang (49,3%), aktivitas fisik terbanyak adalah berat yaitu 57 orang (42,5%), dan terdapat hubungan status gizi terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2023 ($p=0,004$) dan ada hubungan aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2023 ($p=0,027$).

Kesimpulan : Terbukti terdapat hubungan status gizi terhadap siklus menstruasi dan ada hubungan aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2023.

Kata Kunci : Siklus Menstruasi, Status Gizi, Aktivitas Fisik