

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswi keperawatan Universitas Negeri Gorontalo dapat disimpulkan bahwa :

1. Responden yang memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) Kurus sebanyak 33 (22,3%), Responden yang memiliki IMT Normal sebanyak 84 (56,8%), dan Responden yang memiliki IMT Gemuk sebanyak 31 (20,9%).
2. Responden yang mengalami siklus menstruasi normal sebanyak 100 responden (67,6%), sedangkan responden yang mengalami siklus menstruasi tidak normal sebanyak 48 responden (32,4%).
3. Hasil uji statistik menggunakan Uji Spearman Rank, diperoleh nilai $pValue= 0,000$ yang berarti kurang dari ($\alpha= 0,05$), maka terdapat hubungan yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan Universitas Negeri Gorontalo. Nilai r (koefisien korelasi) bernilai 0.427 yang menunjukkan korelasi cukup positif dimana terdapat hubungan yang searah dan signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan saran :

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi sebuah tambahan informasi khususnya pada tenaga medis untuk dapat mendeteksi pola siklus menstruasi dan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi

2. Bagi Peneliti

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, peneliti dapat memperoleh pengetahuan serta wawasan mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi Universitas Negeri Gorontalo.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat melakukan pencegahan gangguan siklus menstruasi melalui perubahan gaya hidup seperti mengatur pola makan, menghindari pola diet yang tidak sehat, dan melakukan aktifitas fisik teratur agar dapat mencapai berat badan yang ideal dan memiliki status gizi yang normal

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi pertimbangan masukan dalam penelitian selanjutnya yang meneliti tentang faktor Indeks Massa Tubuh (IMT), baik itu kaitannya dengan siklus menstruasi maupun yang berkaitan dengan faktor lain yang dapat mempengaruhi gangguan siklus menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, F. 2020. Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Semester VIII Di Universitas Negeri Gorontalo. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Olahraga dan Kesehatan. Universitas Negeri Gorontalo.
- Alasi, E.Z.Y. & Hamdani, I. 2017. Hubungan Indeks massa tubuh terhadap keteraturan siklus menstruasi pada siswi Madrasah Aliyan negeri Dolok Masihul di kecamatan Dolok Masihul. *Ibnu Sina Biomedika*, 1(1), pp.40-48.
- Aljadidi, Almutrafi, Bamousa, Alshehri, Alrashidi & Alnijadi. 2016. *The Influence Of Exam Stress On Menstrual Dysfunctions In Saudi Arabia. J Health Edu Res.*4(4):1-4.
- Ambariani, Melly Nurhidayati, Erik Ekowati. Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Gunadarma Depok 2020. 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan & Kebidanan Vol. X No..1* ISSN: 2252-9675. E-ISSN: 2722-368X. STIKes Mitra RIA Husada
- Amin, M. Al, & Juniati, D. (2017). Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting Dari Citra Wajah Dengan Deteksi Tepi Canny. *Jurnal Ilmiah Matematika*, 2(6), 1–10.
- Andriana, Aldriana, N., & Andria. 2018. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Siklus Menstruasi pada mahasiswi di Universitas Pasir Pengaraian”. *Jurnal Maternity and Neonatal Vol 2 No 5*.
- Andriani, R. 2016. Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dan Aktivitas Fisik dengan Volume Oksigen Maksimum. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Anindita, P., Darwin, E., & Afriwardi. 2016. “Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas”. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 5 (3).
- Anjarani, N., & Sari, E. P. 2020. A. Hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri. *Psych. Nur. J.*, 2(1). 1-4.
- Asil, E., Metin SS., Funda PC., Asli Ucar., Ayse OO., Mustafa VY., & Lale, SA. 2014. *Factors That Affect Body Mass Index of Adults. Pakistan Journal of Nutrition* 13 (5): 255-260.
- Bae, J., Park, S., & Kwon, J.-W. 2018. *Factors Associated with Menstrual Cycle Irregularity and Menopause. BMC Womens Health.*, 18(36). <http://doi.org/10.1186/s12905-018-0528-x>.

- Bappenas. 2019. Proyeksi Penduduk Indonesia, *Indonesia Population Projection 2010-2035*. Badan Pusat Statistik, Jakarta-Indonesia.
- Deshpande, N. S., Karva, D., Agarkhedkar, S., & Deshpande, S. 2013. *Prevalence of Anemia in Adolescent Girls and Its Co-Relation with Demographic Factors. International Journal of Medicine and Public Health*. 3(4): 235-239.
- Dhara S & Chatterjee K. 2015. *A Study of VO2 Max in Relation with Body Mass Index (BMI) of Physical Education Student. Research Journal of Physical Education Science*. 3 (6) : 2320-9011.
- Dieny, F.F. 2014. *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Felicia, Hutagaol E, & Kundre R. 2015. "Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di PSIK FK UNSRAT Manado". *Ejournal keperawatan*, Vol 3 (1).
- Fitriany J, Maulina & Witanti Cut Ela. 2018. Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Usia Menarche Pada Siswi Smp Di Kota Lhokseumawe. *Jurnal Averrous Vol.4 No.1 2018*. Universitas Malikussaleh Aceh.
- Fitringtyas, E., Redjeki, E. S., & Kurniawan, A. 2017. *Usia Menarche, Status Gizi, dan Siklus Menstruasi Santri Putri. Indonesia Journal Of Public Health 2(2)*.
- Gandy, JW., Madden, A., & Holdsworth, M. 2014. *Gizi dan dietetika*. Ed 2. Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Ganesh R. Ilona L, & Fadil R. 2015. *Relationship Between Body Mass Index With Menstrual Cycle In Senior High School Students. Althea Med J*. 2015;2 (4):555-60.
- Gaur P, Siddiqu N, & Bose S. 2013. *Disruption Of Menstrual Cyclicity In Underweight Female Medical Studensts. International Journal Of Physiology*. 2013;1(2):82-5.
- Hapsari, W. 2018. Hubungan Pendapatan Keluarga, Pengetahuan Ibu Tentang Gizi, Tinggi Badan Orang Tua, Dan Tingkat Pendidikan Ayah Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Umur 12-59 Bulan. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Haryono, R. 2016. *Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause*. Gosyen Publishing. Yogyakarta.
- Hermawan B. F. 2019. *Gambaran Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Div Kebidanan. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo Tahun Ajaran 2018/2019*.

- Hidayat, A. A. 2017. Metode Penelitian Keperawatan dan Kesehatan. Salemba Medika. Jakarta.
- Irianto, D. P. 2017. Panduan Gizi Lengkap (Keluarga dan Olahragawan). Andi Yogyakarta. Yogyakarta.
- Irianto. 2015. Kesehatan Reproduksi (*Reproductive Health*) Teori dan Praktikum. Alfabeta. Bandung.
- Istiany, A & Rusilanti. 2014. Gizi Terapan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Jane, E. Ruseski., Brad, R. Humphreys., Kirstin, Hallman., Pamela, Wicker., and Christoph, Breuer. 2014. *Sport Participation and Subjective Well Being: Instrumental Variable Results from German Survey Data. Journal Of Physical Activity And Health. Human Kinetics, Inc. Pp.396-403.*
- Jayakumari S, Prabhu K, Johnson, & Kalaiselvi. 2016. *Menstrual Cycle Pattern In Adolescent Girls, In Relation To BMI, Food Habits and The Same In Their Parents. Int. J. Pharm. Sci. Rev. Res. 37(2): 37-9.*
- Jayanti, Husnul. (2019) *Hubungan antara Indeks Masa Tubuh dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Akademi Kebidanan RSPAD Gatot Soebroto Jakarta Periode 2019. Diploma thesis, Akademi Kebidanan RSPAD Gatot Soebroto.*
- Juliyatmi, R H, Handayani, L. 2015. *Nutritional Status Age at Menarche on Female Student of Junior High School. International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE), Vol 4, no 2: 71-75.*
- Kantanista, A., Krol-Zielinska M., Borowiec J., & Osinski W. 2017. *Is Underweight Associated with more Positive Body Image? Results of a Cross-Sectional Study in Adolescent Girls and Boys. The Spanish Journal of Psychology, 20(8), pp. 1-6.*
- Karlinah & Irianti. 2021. Pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Kampar Kiri Hilir. *Journal Of Midwife Community. Vol.4 No.1*
- Kementrian Kesehatan RI. 2013. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Kementrian Kesehatan RI. Jakarta.
- Kristianti, S., & Wibowo, T. A. (2014). Hubungan Anemia dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Imogiri, Bantul, Yogyakarta Tahun 2013. 3(1),6.
- Kumala, F. N. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Pencegahan Keputihan Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Perempuan Di Sma Hang Tuah I Surabaya. Skripsi Tesis Universitas Airlangga.

- Kurdanti., Weni., Suryani I., Syamsiatun N.H., Siwi L.P., Adityanti M.M., Mustikaningsih D., & Sholihah K.I. 2015. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Obesitas pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Volume 11, halaman 179-190.
- Kurniawan AF, Trisetiyono Y, & Pramono D. 2016. Pengaruh Olahraga terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang Tahun 2016. *J Kedokteran Diponegoro*. 2016;5(4):298–306.
- Kurniawan, W.A & Puspitaningtyas Z. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Kusmiran, E. 2014. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika. Jakarta.
- Kusmiran, E. 2016. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Salemba Medika. Jakarta.
- Kyle, T & Susan C. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Pediatri Edisi 2*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Lim H.S., Kim, T. H., Lee, H. H., Park Y. H., Lee, B. R., Park, Y. J., & Kim, Y. S. 2018. *Fast food consumption alongside socioeconomic status, stress, exercise, and sleep duration are associated with menstrual irregularities in Korean adolescents: Korea National Health and Nutrition Examination Survey 2009-2013*. *Asia Pasific Journal of Clinical Nutrition*, 27(5), 1146-1154. <http://doi.org/10.6133/apjcn.032018.03>.
- Lipoeto Ni, Prathiya YA, Syahredi S. 2017. Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2017;6(1):104.
- Luthfa, A. 2017. *Gambaran Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Dilihat Berdasarkan Tingkat Stress Di Pondok Pesantren Kuno Putri Gamping Sleman*.
- Mandang, J. 2016. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. IN MEDIA. Bogor.
- Naibaho, W N K,. 2014. *Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dan Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA Warga Kota Surakarta*. Skripsi. Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Nasution, L. M. 2017. *Statistik Deskriptif*. *Jurnal Hikmah*, 14(1), 49–55.
- Nicholas P. 2019. *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Angkatan 2016-2018 Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara*.

- Notoatmodjo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Noviandari, I. 2016. Hubungan Antara Status Gizi Dan Anemia Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Batik 1 Surakarta. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Novitasari. 2014. Dampak Stres Oksidatif Akibat Aktifitas Fisik terhadap Siklus Menstruasi Atlet Wanita. Jurnal Pengabdian Masyarakat. Vol.20 No.78.
- Nugroho T., & Utama I.B. 2014. Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Nurlaila, Hazanah S, & Shoufiah R. 2015. Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Usia 18-21 Tahun. Jurnal Husada Mahakam. 2015; III(9): 452-521.
- Nursalam. 2015. Metodologi Ilmu Keperawatan, edisi 4. Salemba Medika. Jakarta.
- Nursalam. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi.4. Salemba Medika. Jakarta.
- Nursalam. 2017. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Salemba Medika. Jakarta.
- O, D. S., Sirait, Hiswani, & Jemadi. 2014. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Siswi SMA Negeri 2 Medan Tahun 2014. Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi , 4 (1): 1-10.
- P2PTM. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Tabel Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT). Diambil dari <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>.
- Par`I, H.M. 2016. Penilaian Status Gizi: Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar. EGC. Jakarta.
- Patimah S. 2018. Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Reguler Program Studi Sarjana Keperawatan Stikes Bhakti Kencana Bandung. Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Kencana Bandung.
- Patimah, S. 2017. Gizi Remaja Putri Plus 1000 Hari Pertama Kelahiran. Refika Aditama. Bandung.

- PPNI, T. P. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI): Definisi dan Indikator Diagnostik* ((cetakan III) 1 ed.). DPP PPNI. Jakarta.
- Pradana, A. 2014. Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Nilai Lemak Viseral. *Jurnal Media Medika Muda*. Fakultas Kedokteran, universitas Diponegoro
- Priyoto, 2014. *Konsep Manajemen Stres*. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Proverawati & Asfuah. 2017. *Buku Ajar Gizi untuk Dunia Kebidanan* Cetakan Kedua tahun 2017. Nuha Medika : Yogyakarta.
- Proverawati, A. & Misaroh S. 2016. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Edisi Kedua. Nuha Medika : Yogyakarta.
- Purwoastuti T.E & Walyani E.S. 2015. *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*. PT. Pustaka Baru. Yogyakarta.
- Rachmawati P.F. 2014. Indeks Massa Tubuh Berpengaruh terhadap Usia Menarche pada Siswi Kelas 5 dan 6 di SDN 01 Wiyung Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol 7, No, 2 Agustus 2014., Hal, 73-79.
- Ranasinghe C, Prananna G, Prasad K, Nalinda A, Sithira T & Praveen T. 2013. *Relationship Between Body Mass Index (BMI) and Body Fat Percentage, Estimated By Bioelectrical Impedance, In A Group Of Sri Lankan Adults: A Cross Sectional*.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. Diakses: 27 Desember 2018 dari www.depkes.go.id.
- Riyanto A. 2017. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Sheetal B, Sheela U, & Seeta D. 2015. *Influence Of Body Mass Index On Menstrual Irregularities In Adolescent Girls*. *International Journal Of Medical And Health Sciences*, 4(2): 213-216.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Nailus, S.S., Salamah, N., Andani, Y.M., Trisnamiati, A., & Lorita, S. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*, *Universitas Nasional IWWASH Global One*. Jakarta.
- Sitepu B.L. 2018. *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Tigapanah Kab.Karo Tahun 2018*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Kebidanan Medan Prodi D-Iv Kebidanan

- Sitoayu, L., Rumana, N., Sudiarti, T., & Achmad, E. 2020. Hubungan Antara IMT/U, *Skinfold Thickness*, Lingkar Pinggang dan Persen Lemak Tubuh pada Remaja Laki-Laki. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 4(1), 42-50. <http://doi.org/10.22487/ghidza.v4i1.31>.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung.
- Sukohar A, Busman H, Kurniawaty E, & Maliando M. 2017. *Effect Of Consumption Kemuning's Leaf (Murraya Paniculata (L.) Jack) Infuse To Reduce Body Mass Index, Waist Circumference And Pelvis Circumference On Obese Patients. Int. J. Res. Ayurveda Pharm.* 2017;8(2):75-78. <http://dx.doi.org/10.7897/2277-4343.08268>.
- Sunarsih. 2017. Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi Mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati tahun 2017. Bandar Lampung.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B. & Fajar, I. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Tanisiwa FI, Theresia S, Rifah S, Tiga PR. 2019. *Body Mass Index With Specification of the Menstrual Cycle in.* 2019;1(April).
- Tanudjaja, L.M. 2016. Gambaran Menstruasi Atlet Basket di SMAN 9 Manado. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, Volume 4, Nomor 1, Januari – Juni 2016.
- Thapa B, Shrestha T. *Relationship between Body Mass Index and Menstrual Irregularities among the Adolescents. International Journal of Nursing Research and Practice.* [Online]. 2015; (2): 2 (2015). Available from: http://www.uphtr.com/issue_files/2015%20i2,%20v2%203%20Ms%20Binu.pdf
- Wahyuni, S. 2016. Hubungan Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan STIKES Muhammadiyah Klaten. *Jurnal Involusi Kebidanan* 7(12).
- Waryana. 2010. *Gizi Reproduksi*. Jakarta: Pustaka Rihana
- Wayan I.S. 2015. *Gambaran IMT dan Kategori Berat Badan Lebih dan Obesitas*. Denpasar : Udayana Universitas Press. Denpasar.
- Wijayani, Wahyu D, & Wahyuni, FTR. 2019. *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kh Mas Mansyur*

Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

World Health Organization (WHO). 2012. The Prevalence Of Menstrual Cycledisorders.http://www.wfpha.org/tl_files/image/Newsletter%202012/Npdf. Diakses tanggal 19 Januari 2020 pukul 22.47 WITA.

World Health Organization (WHO). 2014. Commission on Ending Childhood Obesity. Geneva, World Health Organization, Departement of Noncommunicable disease surveillance.

Yudita, Nurul A, Yanis A, & Iriani D. 2017. "Hubungan Antara Stres dengan Pola Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas". *Jurnal Kesehatan Andalas*, Vol 6 (2).