

HUBUNGAN STATUS INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 7 YOGYAKARTA

Luthfia Putri Hasanah¹, Dyah Noviawati Setya Arum², Yuliantisari Retnaningsih³

¹²³Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta

email: luthfiaputri0102@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Gangguan siklus menstruasi pada remaja putri merupakan masalah kesehatan reproduksi yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk status gizi yang diukur melalui Indeks Massa Tubuh (IMT), tingkat stres, dan aktivitas fisik. Ketidakteraturan siklus menstruasi dapat berdampak terhadap kesehatan jangka panjang, termasuk risiko gangguan hormonal dan infertilitas.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara status IMT dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Negeri 7 Yogyakarta serta melihat pengaruh variabel luar yaitu tingkat stres dan aktivitas fisik.

Metode: Penelitian ini dilakukan di SMK 7 Yogyakarta pada tanggal 29-30 April 2025. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel sebanyak 90 siswi dipilih menggunakan teknik proportional random sampling. Data dikumpulkan melalui pengukuran IMT dan kuesioner terkait siklus menstruasi, stres, dan aktivitas fisik. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dan Cramer's V.

Hasil: Terdapat hubungan yang signifikan antara status IMT dengan gangguan siklus menstruasi ($p = 0,002$; Cramer's $V = 0,338$), tingkat stres ($p = 0,004$; Cramer's $V = 0,326$), dan aktivitas fisik ($p = 0,024$; Cramer's $V = 0,284$).

Kesimpulan: Status IMT, tingkat stres, dan aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri. Oleh karena itu, pengelolaan berat badan ideal, manajemen stres, dan aktivitas fisik yang cukup penting dalam menjaga keteraturan siklus menstruasi.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, Gangguan Siklus Menstruasi, Remaja Putri, Stress, Aktivitas Fisik

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND
MENSTRUAL CYCLE DISORDERS IN FEMALE ADOLESCENT AT SMK
NEGERI 7 YOGYAKARTA**

Luthfia Putri Hasanah¹, Dyah Noviawati Setya Arum², Yuliantisari Retnaningsih³

¹²³Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta

email: luthfiaputri0102@gmail.com

ABSTRACT

Background: Menstrual cycle disorders in adolescent girls are a reproductive health issue influenced by various factors, including nutritional status measured by Body Mass Index (BMI), stress level, and physical activity. Irregular menstrual cycle can have long-term health impacts, including hormonal imbalances and infertility risks.

Objective: To determine the relationship between BMI status and menstrual cycle disorders among adolescent girls at SMK Negeri 7 Yogyakarta, and to assess the influence of external variables such as stress levels and physical activity.

Methods: This study was conducted at SMK Negeri 7 Yogyakarta on April 29–30, 2025. It employed an analytical observational design with a cross-sectional approach. A total of 90 female students were selected using proportional random sampling. Data were collected through BMI measurements and questionnaires related to menstrual cycles, stress levels, and physical activity. Data analysis was performed using the Chi-Square test and Cramer's V.

Result: A significant relationship was found between BMI status and Menstrual cycle disorders ($p=0.003$; Cramer's $V=0.338$), stress levels ($p=0.004$; Cramer's $V=0.326$), and physical activity ($p=0.024$; Cramer's $V=0.284$).

Conclusion: BMI status, stress levels, and physical activity are significantly associated with menstrual cycle disorders in adolescent girls. Therefore, maintaining an ideal body weight, managing stress, and engaging in sufficient physical activity are important for menstrual cycle regulation.

Keywords: Body Mass Index, Menstrual Cycle Disorders, Adolescent Girls, Stress, Physical Activity