

ABSTRAK

Status gizi menjadi salah satu faktor yang menyebabkan siklus menstruasi tidak normal hal ini terlihat dari banyak ditemukan remaja tidak memperhatikan asupan gizi. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kebomas.

Desain penelitian menggunakan survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan tanggal 11 – 12 Juni 2024 di SMA Negeri 1 Kebomas. Sampel penelitian sebanyak 152 yang dipilih melalui *simple random sampling*. Variabel independent adalah status gizi dan variabel dependen adalah siklus menstruasi. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi, timbangan, *microtoise* dan kuesioner siklus menstruasi. Analisis data menggunakan uji *rank spearman* dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,05$.

Hasil penelitian didapatkan setengahnya (50%) sebanyak 76 responden memiliki status gizi gemuk, sebagian besar (63,2%) sebanyak 96 responden mengalami menstruasi tidak normal. Hasil Analisa data $\rho = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak, yaitu ada hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kebomas.

Simpulan penelitian ini semakin baik gizi remaja perempuan maka semakin baik siklus menstruasi. Peran perawat dalam hal ini sebagai edukator dan berkolaborasi dengan sekolah untuk memberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi terkait masalah menstruasi.

Kata Kunci : Status Gizi, Siklus Menstruasi