

ABSTRAK

Siklus menstruasi berhubungan dengan adanya masalah kesuburan pada perempuan. Hal ini dapat berpengaruh terhadap kondisi fisik dan emosi wanita. Studi pendahuluan yang diperoleh didapatkan hasil wawancara dari 45 siswi terdapat persentase sebesar 12% atau 5 siswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh status gizi dan tingkat stress terhadap siklus menstruasi pada remaja di SMA Barunawati Surabaya.

Metode penelitian ini adalah *analitic corelational* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi seluruh siswi kelas XII di SMA Barunawati sebanyak 103 orang, besar sampel 82 responden. Pengambilan sampel dengan teknik *Simple Random Sampling*. Variabel independen status gizi dan tingkat stress, variabel dependen siklus menstruasi. Instrumen kuesioner IMT, PSS-10, dan siklus menstruasi. Analisa data menggunakan *Chi-Square Test* dengan $p\text{-value} < 0,05$.

Hasil penelitian menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa pengaruh status gizi terhadap siklus menstruasi terdapat hasil yang signifikan dengan $p\text{-value}$ 0,004 yang berarti $< 0,05$ dan juga pengaruh tingkat stress terhadap siklus menstruasi didapatkan hasil $p\text{-value}$ 0,048 yang berarti $< 0,05$, maka H_1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh status gizi dan tingkat stress terhadap siklus menstruasi pada remaja di SMA Barunawati Surabaya.

Simpulan penelitian ini adalah ada pengaruh signifikan dari status gizi dan tingkat stress terhadap siklus menstruasi pada remaja di SMA Barunawati Surabaya.

Kata Kunci : Status Gizi, Tingkat Stress, Siklus Menstruasi, Remaja