

ABSTRAK

Latar belakang : Stres akibat *body image* negatif berdampak pada pemilihan upaya penurunan berat badan yang salah pada kalangan remaja putri. Mereka lebih memilih upaya penurunan berat badan yang cepat dan efisien seperti *fad diets*. Remaja putri ditandai dengan terjadinya perubahan dalam tubuh yang memungkinkan terjadinya masalah reproduksi. Salah satunya adalah gangguan siklus menstruasi disebabkan stres akibat *body image*, penerapan *fad diets* dan tingkat kecukupan zat gizi. Tujuan penelitian mengetahui adanya hubungan stres akibat *body image*, penerapan *fad diets* dan tingkat kecukupan zat gizi dengan siklus menstruasi. **Metode penelitian** yang digunakan adalah SLR (*Systematic Literature Review*). Pencarian jurnal menggunakan beberapa *database Pubmed, Google Scholar* dan *Science Direct* dengan kata kunci tertentu, kriteria inklusi dan kriteria eksklusif. Kualitas jurnal dinilai menggunakan *PRISMA* checklist. Total pencarian database diperoleh sebanyak 102 jurnal dan jurnal yang sesuai dengan kriteria sebanyak 9 jurnal yang kemudian dianalisis. **Hasil dari penelitian** yaitu hubungan stres akibat *body image* dengan siklus menstruasi yang paling banyak menunjukkan hubungan signifikan. Selain itu didapatkan juga jurnal yang membahas hubungan penerapan *fad diets* dengan siklus menstruasi yang menyatakan tidak ada hubungan signifikan. Jurnal terkait hubungan tingkat kecukupan zat gizi dengan siklus menstruasi mayoritas menunjukkan hubungan signifikan. **Kesimpulan** : Terdapat hubungan antara stres akibat *body image* dan tingkat kecukupan zat gizi dengan siklus menstruasi, sementara hubungan *fad diets* dengan siklus menstruasi tidak menyatakan hubungan yang signifikan.

Keyword : *Body Image, Fad Diets, SLR, Tingkat Kecukupan Zat Gizi, Siklus Menstruasi*.