

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY MASS INDEX*, STRES PSIKOLOGIS, DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN
OLIGOMENOREA PADA REMAJA DI PONDOK
PESANTREN YASINAT JEMBER**



Oleh

Silvi Dina Rosida

011911233009

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2022**

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY MASS INDEX*, STRES PSIKOLOGIS, DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN
OLIGOMENOREA PADA REMAJA
DI PONDOK PESANTREN YASINAT JEMBER**



Oleh

Silvi Dina Rosida

011911233009

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2022**

Skripsi

**HUBUNGAN *BODY MASS INDEX*, STRES PSIKOLOGIS, DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN OLIGOMENOREA PADA
REMAJA DI PONDOK PESANTREN YASINAT JEMBER**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan Dalam Program Studi Kebidanan
Pada Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga



Penulis

Silvi Dina Rosida

NIM: 011911233009

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2022**

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Silvi Dina Rosida

NIM : 011911233009

Program Studi : Kebidanan FK Unair

Angkatan : Reguler

Jenjang : Sarjana

menyatakan bahwa saya tidak melakukan tindakan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul: *Hubungan Body Mass Index, Stres Psikologis, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Oligomenorea Pada Remaja Di Pondok Pesantren Yasinat Jember*

Apabila dikemudian hari saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 20 Oktober 2022

Yang menyatakan,



Silvi Dina Rosida

011911233009

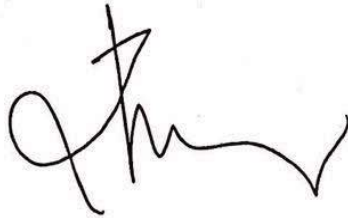
LEMBAR PRSETUJUAN

Skripsi dengan judul:

Hubungan *Body Mass Index*, Stres Psikologis, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian
Oligomenorea Pada Remaja Di Pondok Pesantren Yasinat

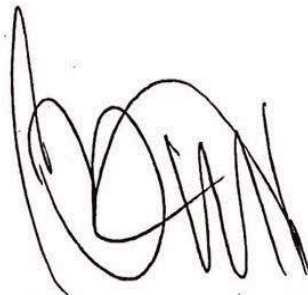
Telah disetujui untuk diujikan:
TANGGAL: 28 Oktober 2022

Pembimbing 1



Dr. Ashon Sa'adi, dr., Sp. OG (K)
NIP. 196712242016016101

Pembimbing 2



Prof. Dr. Bambang Purwanto, dr., M.Kes
NIP. 198008282006041002

PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan judul : Hubungan *Body Mass Index*, Stres Psikologis,
dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian
Oligomenorea di Pondok Pesantren Yasinat

Telah diuji pada tanggal : 1 November, 2022

Panitia Penguji Skripsi :

Ketua : Astika Gita Ningrum, M.Keb
NIP. 199002262018032001

Anggota : Dr. Ashon Sa'adi., dr., Sp.OG (K)
NIP. 196712242016016101

Prof.Dr. Bambang Purwanto, dr., M.Kes
NIP. 198008282006041002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:
Hubungan *Body Mass Index*, Stres Psikologis, Dan Aktivitas Fisik
Terhadap Kejadian Oligomenorea Pada Remaja Di Pondok Pesantren
Yasinat

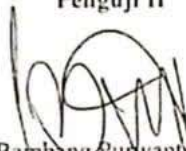
Telah diujikan dan disahkan
TANGGAL: Selasa, 1 November 2022

Penguji I



Astika Gita Ningrum, M.Keb
NIP. 199002262018032001

Penguji II



Prof. Dr. Bambang Purwanto, dr., M.Kes
NIP. 198008282006041002

Penguji III



Dr. Ashon Sa'adi, dr., Sp. OG (K)
NIP. 196712242016016101

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Kebidanan



Dr. Bhd Prasetyo, dr., Sp. OG, Subsp Obginsos
NIP. 19760503 200501 1 001

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan

bimbingan-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “hubungan *bodymass index*, stres psikologis, dan aktivitas fisik terhadap kejadian oligomenorea pada remaja di pondok pesantren yasinat jember”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kebidanan (S.keb) pada program studi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga. Bersama ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesarbesarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Prof. Dr. Budi Santoso, dr., Sp.O.G.,Subsp.F.E.R selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Kebidanan.
2. Dr. Budi Prasetyo, dr., Sp.O.G.,Subsp.Obginsos (K) selaku koordinator program Studi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada kami untuk menyelesaikan pendidikan di Program Studi Kebidanan
3. Dr. Ashon Sa’adi, dr., Sp.OG (K) selaku dosen pembimbing I saya yang telah memberikan waktunya, membimbing dan mengajarkan berbagai ilmu selama proses penyusunan karya tulis ilmiah dari awal hingga akhir..
4. Prof. Dr. Bambang Purwanto, dr., M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan waktunya, membimbing dan memberi masukan mengenai penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Astika Gita Ningrum,M.Keb selaku dosen penguji yang telah bersedia menguji dan meluangkan waktu untuk memberikan kritik dan saran dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
6. Seluruh responden penelitian saya dalam hal ini para santri pondok pesantren yasinat yang telah meluangkan waktunya dan bersedia menjadi responden penelitian saya.

7. Keluarga saya, bapak Mohammad Rodhi, Ibu Sriwahyuni, adek Rana Salwa Aqila yang telah memberikan dukungan, doa yang tulus, dan kasih sayang.
8. Teman dan sahabat baik saya di prodi kebidanan, Annisa Nur, Diana Khoirul, Sekar Arum, Lilis Sri, Sayyidati Tazkiya, Anggraini dian, Dian Fitria yang telah memberikan dukungan moral dan bantuan bagi penulis.
9. Sahabat – sahabat saya lainnya, Nur laila, Faiqotul himmah, Ajeng Arifa, Tania hairun, Atia ariviana, Silvi Faridatul, Hafidatus Sa'diyah yang menemani saya dari MAN hingga kuliah dan selalu memberikan doa serta dukungan.
10. Teman-teman saya, angkatan 2019 prodi kebidanan di Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga yang telah memberikan motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah.
11. Pihak-pihak lain yang telah berkontribusi dalam penyusunan karya tulis ilmiah yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam karya tulis ini, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan juga pembaca.

Surabaya, 18 Oktober 2022

Penulis,



Silvi Dina Rosida

ABSTRAK

Latar Belakang: Oligomenorea adalah salah satu jenis gangguan siklus menstruasi yang paling umum, dan semakin meningkat dalam beberapa dekade terakhir. Wanita dengan oligomenore memiliki interval menstruasi lebih dari 35 hari dan kurang dari 90 hari. Oligomenorea banyak terjadi pada kalangan remaja, tujuh puluh lima persen wanita pada tahap remaja akhir atau remaja lanjut penderita oligomenorea. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan Status gizi, stres psikologis, dan aktivitas fisik terhadap kejadian Oligomenore pada remaja usia 17-19 tahun di pondok pesantren yasinat. **Metode:** Penelitian menggunakan desain studi analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Instrumen penelitian adalah kuesioner yang disebarakan secara offline. Data penelitian dianalisis menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil:** didapatkan hasil BMI Kurang dari 18,5 kg/m² dan BMI lebih dari 25 kg/m² atau sebanyak 24,4% memiliki siklus yang jarang (oligomenore), responden dengan aktivitas ringan sebanyak 3,7% mengalami oligomenorea, sedangkan responden dengan aktivitas fisik lebih sebanyak 40% mengalami oligomenorea, responden dengan kategori normal sebanyak 21,7% mengalami oligomenorea, stres ringan sebanyak 27,8% mengalami oligomenorea, stres sedang sebanyak 47,1% yang mengalami oligomenorea. Analisis hasil chi square BMI dengan oligomenorea didapatkan p-value 0,006 yang artinya memiliki hubungan yang signifikan, sedangkan stres psikologis dengan oligomenorea memiliki p-value 0,227 yang artinya tidak memiliki hubungan, dan aktivitas fisik dengan oligomenorea memiliki p-value 0,224 yang artinya tidak memiliki hubungan dengan kejadian oligomenorea. **Kesimpulan:** sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara BMI dengan kejadian oligomenore sehingga perlu adanya evaluasi untuk berat badan remaja, namun tidak terdapat hubungan antara stres psikologis, aktivitas fisik terhadap kejadian oligomenorea di pondok pesantren yasinat.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, BMI, Oligomenorea, Stres psikologis

ABSTRACT

Background: Oligomenorrhea is one of the most common types of menstrual cycle disorders. This case has increased in recent decades. Women with oligomenorrhea have menstrual intervals of more than 35 days and less than 90 days. Oligomenorrhea is common among adolescents, in particular 75% of women in late adolescence suffer with oligomenorrhea. **Objective:** This study aims to analyse the relationship between nutritional status, psychological stress, and physical activity in the case of oligomenorrhea in adolescents aged 17-19 years at Yasinat Islamic Boarding School. **Methods:** The study used an observational analytic study design with a cross-sectional approach. The instrument of this research instrument is a questionnaire that is distributed offline. The research data were analysed using the Chi Square test. **Results:** BMI less than 18.5 kg/m² and BMI more than 25 kg/m² or 24.4% had infrequent cycles (oligomenorrhea), 3.7% respondents with mild activity experienced oligomenorrhea, while respondents with more than 40% of physical activity experienced oligomenorrhea, 21.7% of respondents with normal category experienced oligomenorrhea, 27.8% mild stress experienced oligomenorrhea, moderate stress as much as 47.1%. Analysis of the results of Chi Square BMI with oligomenorrhea obtained p-value 0.006 which means it has significant relationship, while psychological stress with oligomenorrhea has a p-value of 0.227 which means it has no relationship, and physical activity with oligomenorrhea has a p-value of 0.224 which means it has no relationship with oligomenorrhea. **Conclusion:** So it can be said that there is a relationship between BMI and the incidence of oligomenorrhea so that it is necessary to evaluate the weight of adolescents, but there is no relationship between psychological stress, physical activity and the incidence of oligomenorrhea in the Yasinat Islamic boarding school.

Keywords: Physical Activity, BMI, Oligomenorrhea, Psychological Stress

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
Skripsi	ii
PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS	iii
LEMBAR PRSETUJUAN.....	iv
PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN, ISTILAH, DAN ARTI LAMBANG	xviii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.1 Manfaat Praktisi.....	5
1.5. Resiko Penelitian.....	6
BAB 2	7

TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Menstruasi.....	7
2.1.1 Definisi dan Siklus Menstruasi.....	7
2.1.2 Tipe – tipe gangguan menstruasi.....	7
2.1.3 Faktor- faktor Gangguan Menstruasi.....	9
2.2 Hubungan BMI dengan Oligomenorea.....	12
2.3 Hubungan Stres dengan Oligoamenroea.....	12
2.4 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Oligomenorea	13
2.5.1 Definisi Remaja	13
2.5.2 Ciri – Ciri Remaja.....	14
2.5.3 Fase Remaja	15
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESA PENELITIAN	17
3.1 Kerangka Konseptual.....	17
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	17
3.2 Hipotesis Penelitian	19
BAB 4	20
METODE PENELITIAN	20
4.1 Jenis Penelitian.....	20
Gambar 4.2.....	20
4.3 Populasi dan Sampel.....	21
4.3.1 Populasi.....	21
4.3.2 Sampel.....	21
4.3.3 Besar Sampel.....	22
4.3.4 Teknik Pengambilan Sampel.....	22
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	23
4.4.1 Lokasi Penelitian	23

4.4.2 Waktu Penelitian	23
4.5 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Cara Pengukuran Variabel	23
4.5.1 Variabel Penelitian	23
4.5.2 Definisi Operasional	24
4.6 Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data.....	26
4.6.1 Teknik Pengumpulan data.....	26
4.6.2 Prosedur Pengambilan data	26
4.7 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	20
4.7.1 Teknik Pengolahan	20
4.7.2 Analisis Data	32
4.8 Kerangka Operasional	33
Gambar 4.8.....	33
4.9. Etika Penelitian.....	34
BAB 5	35
HASIL PENELITIAN	35
5.1. Hasil Penelitian.....	35
5.1.1. Data Umum	36
5.1.2 Data Khusus	37
BAB 6	42
6.1 Pembahasan Univariat	42
6.1.1 <i>Body mass index</i> (BMI) Remaja di Pondok Pesantren Yasinat	42
6.1.2 Stres Psikologis Remaja di Pondok Pesantren Yasinat	43
6.1.3 Aktivitas Fisik Remaja di Pondok Pesantren Yasinat	44
6.1.4 Oligomenorea pada Remaja di Pondok Pesantren Yasinat	45
6.2 Analisis Bivariat	46

6.2.1 Hubungan <i>Body Mass Index</i> (BMI) dengan Kejadian Oligomenorea di Pondok Pesantren Yasinat	46
6.2.2 Hubungan Stres Psikologis dengan Kejadian Oligomenorea di	48
Pondok Pesantren Yasinat	48
6.2.3 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Oligomenorea Di	49
Pondok Pesantren Yasinat	49
BAB 7	52
7.1 Kesimpulan	52
7.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA.....	54
Lampiran 1 Jadwal kegiatan	58
Lampiran 2 ijin penelitian	59

DAFTAR TABEL

Tabel 4.5.2 Definisi Operasional	22
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	31
Tabel 5.2 Data Distribusi Siklus Menstruasi.....	32
Tabel 5.3 Karakteristik BMI Subjek Penelitian	32
Tabel 5.4 Karakteristik Stres Psikologis	33
Tabel 5.5 karakteristik Aktifitas Fisik	33
Tabel 5.6 Analisis hubungan <i>Body mass index</i> (BMI) dengan kejadian oligomenorea di pondok pesantren yasinat	34
Tabel 5.7 Analisis hubungan Stres Psikologis dengan kejadian oligomenorea di pondok pesantren yasinat	35
Tabel 5.8 Analisis hubungan aktivitas fisik dengan Kejadian Oligomenorea di pondok pesantren yasinat	35
Tabel 5.9 Uji Koefisien Kontingensi Hubungan BMI dengan Oligomenorea	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	17
Gambar 4.2 Definisi Operasional.....	20
Gambar 4.8 Kerangka Operasional	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan	56
Lampiran 2 Ijin Penelitian.....	57
Lampiran 3 Inform Consent	58
Lampiran 4 Kuisisioner	59
Lampiran 5 Etik Penelitian.....	63
Lampiran 6 Hasil Statistik.....	64

DAFTAR SINGKATAN, ISTILAH, DAN ARTI LAMBANG

ACTH	: Adrenokortikotropik
DAAS	: <i>Despresion Anxiety Stress Scale</i>
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
CRH	: Kortikotropik
FSH	: Folicle Stimulating Hormone
GNRH	: Gonadotropin
IMT	: Indeks Masa Tubuh
LH	: Luteinizing Hormone
PAQ-A	: <i>Physical Activity Quisionere Adolescent</i>
POMC	: Proopiomelanocrotin
SPSS	: <i>Statistical Program For Social Science</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>