

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND MENSTRUAL CYCLES AMONG FEMALE STUDENTS AT STIKES KATOLIK ST. VINCENTIUS A PAULO SURABAYA

By:

RIKA KRISTIANA

202202058

Nutritional status is the health condition resulting from balancing nutrient intake and requirements. A balanced nutritional status contributes to normal menstrual cycles. Many adolescents experience nutritional imbalances, often due to a lack of understanding of the importance of balanced nutrition, leading to irregular menstrual cycles. This study aims to analyze the relationship between nutritional status and menstrual cycles among female students at STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya. The research design is a correlational study using a cross-sectional approach and proportionate stratified random sampling. The study includes 54 female students who met the inclusion criteria. The independent variable is nutritional status, and the dependent variable is the menstrual cycle. The nutritional status was evaluated using BMI, while menstrual cycles were assessed using a questionnaire. The findings reveal that 53.7% of respondents have normal nutritional status, and 64.8% have normal menstrual cycles. Spearman Rank correlation test shows a p-value of 0.01 and a correlation coefficient of +0.349, indicating a low positive correlation between nutritional status and menstrual cycles among female students at STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya. To maintain normal nutritional status and menstrual cycles, the institution could provide health education.

Keywords: *Nutritional status, menstrual cycle, adolescents*

ABSTRAK

HUBUNGAN STATUS GIZI TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI STIKES KATOLIK ST. VINCENTIUS A PAULO SURABAYA

Oleh:

RIKA KRISTIANA

202202058

Status gizi adalah keadaan kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrisi/zat gizi. Status gizi yang seimbang bagi tubuh akan menimbulkan siklus menstruasi yang normal. Fenomena yang terjadi masih banyak remaja yang mengalami ketidakseimbangan zat gizi. Remaja saat ini kurang mengerti pentingnya status gizi yang seimbang sehingga menyebabkan siklus menstruasi menjadi tidak normal. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswa STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya. Desain penelitian ini adalah studi korelasi dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik pengumpulan data *proportionate stratified random sampling*. Responden sebanyak 54 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah status gizi dan variabel terikatnya adalah siklus menstruasi. Untuk status gizi dinilai dengan menggunakan IMT sedangkan siklus menstruasi menggunakan kuesioner. Hasil penelitian didapatkan bahwa 53,7% responden memiliki status gizi normal dan 64,8% responden memiliki siklus menstruasi normal. Uji statistik *Spearman Rank* menunjukkan $p = 0,01$ dan koefisien korelasi $+0,349$ yang berarti terdapat hubungan positif rendah antara status gizi dan siklus menstruasi pada mahasiswa STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya. Untuk mempertahankan status gizi dan siklus menstruasi tetap normal, bagi tempat penelitian yaitu STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang status gizi dan siklus menstruasi yang baik.

Kata Kunci : Status gizi, siklus menstruasi, remaja