

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Pada usia remaja masalah yang sering terjadi adalah kurangnya asupan gizi yang dapat mengakibatkan menderita kurang gizi atau terlalu kurus (kurang energi kronik) sehingga dapat terkena *anemia* karena kekurangan zat besi. Selain itu masalah yang sering muncul yaitu kelebihan asupan gizi yang dapat menyebabkan obesitas. Pada remaja yang asupan gizi kurang ataupun lebih akan menyebabkan kecukupan gizi yang tidak baik sehingga bisa menimbulkan gangguan selama siklus menstruasi. SMP Negeri 1 Rambah merupakan salah satu Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kabupaten Rokan Hulu yang di dalam nya terdapat berbagai fasilitas. Salah satu fasilitas tersebut yaitu terdapat beberapa kantin yang menyajikan *fast food* dan *junk food*, yang dapat mempengaruhi status gizi sehingga berisiko terjadinya gangguan kesehatan reproduksi.

**Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan keteraturan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Rambah Tahun 2021.

**Metode :** Pada penelitian ini desain yang digunakan yaitu metode *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 75 orang. Subjek penelitian akan dilakukan pengukuran indeks massa tubuh yaitu dengan mengukur tinggi badan dan berat badan untuk melihat status gizi dan menjawab kuisioner yang telah disediakan. Data akan dianalisa dengan uji *Chi-square*.

**Hasil :** Hasil analisa data dengan menggunakan uji *Chi-square* diperoleh  $p = 0,003$  ( $p < 0,05$ ).

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara status gizi dengan keteraturan siklus menstruasi.

**Kata Kunci :** Status Gizi, Keteraturan Siklus Menstruasi

## **ABSTRACT**

**Background :** *In adolescence, the problem that often occurs is lack of nutritional intake which can result in suffering from malnutrition or being too thin (chronic energy deficiency) so that they can get anemia due to iron deficiency. In addition, the problem that often arises is excess nutritional intake which can lead to obesity. In adolescents whose nutritional intake is less or more will cause poor nutritional adequacy so that it can cause disturbances during the menstrual cycle. SMP Negeri 1 Rambah is one of the State Junior High Schools in Rokan Hulu Regency Province in which there are various facilities. One of these facilities is that there are several canteens that serve fast food and junk food, which can affect nutritional status so that there is a risk of reproductive health problems.*

**Objective :** *To find relation between nutritional status with regularity of menstrual cycle in young women at SMP Negeri 1 Rambah*

**Methods :** *In this study, the design used was the cross sectional method. The sampling technique used is simple random sampling with a total sample of 75 people. The subject of the research will be measured body mass index by measuring height and weight to see nutritional status and answer the questionnaire provided. Data will be analyzed by Chi-square test.*

**Results :** *Result of analysis data use Chi-square test with p value = 0,003 ( $p < 0,05$ )*

**Conclusion :** *There is a significant relationship between Nutritional Status with Regularity of Menstrual Cycle*

**Keywords :** *Nutritional Status, Regularity of Menstrual Cycle*