

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KETIDAKTERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI
DI SMA 'AISYIYAH 01 PALEMBANG
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH



**Disusun Oleh :
WIDIA TURROHMAH
231540102017**

**UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG
FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
PALEMBANG
2025**

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KETIDAKTERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI
DI SMA 'AISYIYAH 01 PALEMBANG
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk Menyusun Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Kebidanan
Universitas Aisyiyah Palembang



**Disusun Oleh :
WIDIA TURROHMAH
231540102017**

**UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG
FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
PALEMBANG
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN
FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KETIDAKTERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA 'AISYIYAH 01
PALEMBANG TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH



Widia Turrohmah

231540102017

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipertahankan Dihadapan Tim
Penguji Karya Tulis Ilmiah (KTI) Program Studi DIII Kebidanan
Universitas Aisyiyah Palembang
Pada Tanggal : November 2025

Pembimbing :

Pembimbing I : Meita Hipson, SST, M.Kes

Pembimbing II : Khairun Nisa, S.Tr.Keb,M.Keb

Tanda Tangan

(.....)

(.....)

Mengetahui,

Ketua Prodi DIII Kebidanan

(Bdn Sri Handayani.,S.Tr.Keb.,SKM.,M,Si.,M.Kes)

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KETIDAKTERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI
DI SMA 'AISYIYAH 01 PALEMBANG
TAHUN 2025**

**Telah Disetujui di Palembang pada Tanggal:
18 Oktober 2025**

**Oleh
Widia Turrohmah
231540102017**

Penguji:

- | | | | | |
|---|-----------|---|--|---------|
| 1 | Penguji 1 | : | Bdn.Sri Handayani.,S.Tr.Keb.,SKM.,
M.Si,M.Kes | (.....) |
| 2 | Penguji 2 | : | Meita Hipson, SST, M.Kes | (.....) |
| 3 | Penguji 3 | : | Khairun Nisa, S.Tr.Keb, M.Keb | (.....) |

**Mengesahkan,
Dekan Fakultas dan Teknologi
Universitas Aisyiyah Palembang**



Ns. Miming Oxyandi, S.Kep, M.Kes, M.Kep, Ph.D

NIP. 2010.03.022

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Orang lain bisa meraih mimpinya karena mereka berani memulai, maka saya harus bisa, karena tidak ada yang membedakan kecuali seberapa besar tekad dan keberanian untuk mencoba

KTI ini ku persembahkan untuk :

1. Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya serta nikmat-Nya dan berkat kehendak-Nya lah hamba dapat Menyusun KTI ini dengan semangat.
2. Kedua orang tua bapakku (Tarnggono), ibu (Samini), dan juga adikku (Nurlita Assyiam) dirumah yang selalu memberikan dukungan moral dan material yang tiada hentinya, yang selalu melangitkan doa-doa baik dan menjadikan motivasi untuk saya dalam menyelesaikan karya tulis ini. Terima kasih sudah kebersamaian dan mengantarkan saya sampai ditempat ini.
3. Terima kasih yang tak terhingga ku ucapkan pada pembimbingku ibu Meita Hipson, SST. M.Kes dan ibu Khairun Nisa, S.Tr.Keb, M.Keb terimakasih atas waktu dan kesempatan membimbingku dan mengajariku, memberikan masukan yang berguna sampai bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah tepat waktu dan mengikuti ujian tepat waktu.
4. Teman seperjuanganku (Nazifa Fitria Rohima) yang telah membuat hari-hari ku dikampus menjadi indah berkat canda dan tawa, setiap masa ada orang nya, dan setiap orang ada masanya. Terima kasih selalu menjadi garda terdepan dimasa-masa sulit penulis. Ucapan syukur kepada Allah SWT karena telah memberikan sahabat terbaik seperti mu. See you on top, bestii.
5. Terakhir, untuk diri saya sendiri Widia Turrohmah. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan dari luar dan tak memutuskan menyerah sesulit dan secapek apapun proses yang dihadapi. Terima kasih sudah bertahan.

6. Kampus tercinta (Universitas Aisyiyah Palembang), yang telah memberi wadah untuk menimba ilmu.

RIWAYAT HIDUP



IDENTITAS DIRI

Nama Lengkap : Widia Turrohmah
Tempat/Tanggal Lahir : Banyuasin, 06 Juli 2005
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam

RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun 2012-2017 : SD Negeri 10 Muara Padang
Tahun 2018-2020 : MTS Daarul Abroor 2
Tahun 2021-2022 : Kelas 1 Intensif Pondok Modern Daarul Abroor 1
Tahun 2022-2023 : SMK NU Muara Padang
Tahun 2023-Sekarang : Universitas Aisyiyah Palembang

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini peneliti menyatakan bahwa dalam laporan penelitian ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar ahli madya atau kesarjanaan pada perguruan tinggi lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Palembang, 29 November 2025



007 CAOX211767728

Widia Turrohmah

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Widia Turrohmah
NIM : 231540102017
Tempat/Tanggal Lahir : Banyuasin, 06 Juli 2005
Alamat : Desa Sidorejo, Kec. Muara Padang, Kab. Banyuasin
Telepon/HP : 082289995049
Judul Penelitian : Faktor-faktor Yang Memengaruhi Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA 'Aisyiyah 01 Palembang Tahun 2025
Dipublikasikan di : Universitas Aisyiyah Palembang

Dengan ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa penelitian ini dibuat sendiri (bukan plagiat). Apabila dikemudian hari ternyata saya memberi pernyataan yang tidak benar sehubungan dengan pernyataan diatas, maka saya bersedia dituntut secara hukum.

Palembang, 20 November 2025

Menyatakan



Widia Turrohmah
231540102017

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas Universitas Aisyiyah Palembang, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Widia Turrohmah
NIM : 231540102017
Program Studi : DIII Kebidanan
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah (KTI)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Aisyiyah Palembang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas KTI yang berjudul Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA 'Aisyiyah 01 Palembang Tahun 2025. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalty Non Eksklusif ini Universitas Aisyiyah Palembang berhak menyimpan, mengalih media/fotmat-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*). Merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Palembang, ²⁰ November 2025

Yang Menyatakan



Widia Turrohmah
231540102017

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga Proposal Penelitian yang berjudul “Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA ‘Aisyiyah 01 Palembang Tahun 2025” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah ini dibuat dalam rangka untuk memenuhi syarat ujian Tingkat III Semester V di Program Studi DIII Kebidanan Universitas Aisyiyah Palembang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bimbingan dan bantuan dari beberapa pihak maka penelitian ini dapat di selesaikan.

Pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Khoirin, SKM, M.Kes, selaku rektor Universitas Aisyiyah Palembang atas do’a dan motivasinya.
2. Bapak Ns. Miming Oxyandi, S.Kep, M.Kep, Ph.D, selaku dekan fakultas Kesehatan dan teknologi Universitas Aisyiyah Palembang.
3. Ibu Desi Susanti, S.Pd, selaku kepala sekolah SMA ‘Aisyiyah 01 Palembang yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian di SMA ‘Aisyiyah 01 Palembang.
4. Ibu Bdn Sri Handayani, S.Tr.Keb, M.Kes, selaku ketua program studi DIII Kebidanan Universitas Aisyiyah Palembang dan selaku penguji I yang banyak memberikan masukan dan pengarahan serta motivasi baik berupa tenaga maupun pikiran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan tepat waktu.
5. Ibu Meita Hipson, SST, M.Kes, selaku pembimbing I dan Penguji II yang banyak memberikan masukan dan pengarahan serta motivasi baik berupa tenaga maupun pikiran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan tepat waktu.
6. Ibu Khairun Nisa, S.Tr.Keb, M.Keb, selaku pembimbing II dan Penguji III yang banyak memberikan masukan dan pengarahan serta motivasi baik

berupa tenaga maupun pikiran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan tepat waktu.

7. Para Dosen dan staf pendidikan Universitas Aisyiyah Palembang yang telah memberikan pendidikan dan pengetahuan selama menempuh pendidikan dibangku kuliah.
8. Kepada Orang Tua, yang tidak pernah putus berdoa untuk keberhasilan dan kesuksesanku, yang selalu memberikan support dalam hal apapun di segala kegiatanku.

Sesungguhnya masih banyak pihak yang membantu, namun tidak sempat penulis sebutkan satu persatu disini. Untuk penulis mohon maaf dan menyampaikan terima kasih atas segala bantuan dan kebaikannya.

Semoga limpahan Rahmat Allah Subhanahu Wata'ala tercurahkan untuk kita semua. Sehingga kita selalu diberikan kemudahan dan kelancaran sehingga proposal ini dapat diterima dan dimudahkan untuk melakukan sebuah penelitian.

Palembang, 20 November 2025

Peneliti



Widia Turrohmah

UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG PROGRAM STUDI DIII
KEBIDANAN

Karya Tulis Ilmiah, November 2025

Widia Turrohmah

**Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada
Remaja Putri Di SMA ‘Aisyiyah Palembang Tahun 2025**

(xii-88 halaman, 8 tabel, 2 bagan, 8 lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang: Ketidakteraturan siklus menstruasi merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja putri dan dapat memengaruhi aktivitas belajar, kesejahteraan fisik, serta kondisi psikologis. Berbagai faktor seperti usia menarche, indeks massa tubuh (IMT), dan kualitas tidur diduga berpengaruh terhadap keteraturan siklus menstruasi. **Tujuan:** Diketuinya faktor-faktor yang memengaruhi ketidakteraturan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA ‘Aisyiyah 01 Palembang Tahun 2025, meliputi usia *menarche*, IMT, dan pola hidup (kualitas tidur). **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 30 remaja putri yang telah mengalami menstruasi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji chi-square. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki siklus menstruasi normal (70%), usia *menarche* normal (76,7%), IMT kategori normal (56,7%), dan kualitas tidur baik (70%). Uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia *menarche* ($p=0,250$), IMT ($p=0,274$), dan kualitas tidur ($p=0,794$) dengan ketidakteraturan siklus menstruasi. **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan antara usia *menarche*, indeks massa tubuh, dan kualitas tidur dengan ketidakteraturan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA ‘Aisyiyah 01 Palembang Tahun 2025. **Saran:** Remaja putri menjaga pola hidup sehat dan memantau siklus menstruasi. Penelitian selanjutnya perlu menambah variabel dan memperluas sampel agar hasil lebih mendalam.

Kata Kunci: Siklus menstruasi, Usia *Menarche*, Indeks Massa Tubuh, Kualitas Tidur, Remaja Putri.

Daftar Pustaka : 2020-2024

**UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG PROGRAM STUDI DIII
KEBIDANAN**

Scientific Paper, December 2025

Widia Turrohmah

**Factors that influence menstrual cycle irregularities in female adolescents at
Aisyiyah 1 High School, Palembang in 2025**

(xii-88 pages, 8 tables, 2 charts, 8 appendices)

ABSTRACT

Background: Menstrual cycle irregularity is a reproductive health problem frequently experienced by adolescent girls and can affect their learning activities, physical well-being, and psychological condition. Various factors such as age of menarche, body mass index (BMI), and sleep quality are thought to influence menstrual cycle regularity. **Objective:** To determine the factors influencing menstrual cycle irregularity in adolescent girls at SMA 'Aisyiyah 01 Palembang in 2025, including age of menarche, BMI, and lifestyle (sleep quality). **Method:** This study used a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 30 adolescent girls who had experienced menstruation. Data were collected using a questionnaire and analyzed using the chi-square test. **Results:** The results showed that the majority of respondents had a normal menstrual cycle (70%), a normal age of menarche (76.7%), a normal BMI (56.7%), and good sleep quality (70%). Statistical tests showed no significant association between age at menarche ($p=0.250$), BMI ($p=0.274$), and sleep quality ($p=0.794$) with menstrual cycle irregularities. **Conclusion:** There is no association between age at menarche, body mass index, and sleep quality with menstrual cycle irregularities in adolescent girls at SMA 'Aisyiyah 01 Palembang in 2025. **Recommendation:** Adolescent girls are advised to maintain a healthy lifestyle and monitor their menstrual cycles. Future research needs to add variables and expand the sample for more in-depth results. in 2025.

Keywords: Menstrual Cycle Irregularity, Age t Menarche, Body Mass Index, Sleep Quality, Adolescent Girls.

Bibliography : 2020-2024

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
RIWAYAT HIDUP.....	vi
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	vii
SURAT PERNYATAAN	viii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	ix
KATA PENGANTAR.....	x
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR SKEMA.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Peneliti	6
1.4.2 Bagi SMA ‘Aisyiyah 01 Palembang	6
1.4.3 Bagi Mahasiswa Universitas Aisyiyah Palembang	6
1.4.4 Bagi Universitas Aisyiyah Palembang	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Landasan Teori	8
2.1.1 Definisi Remaja.....	8
2.1.2 Definisi Menstruasi	8
2.1.3 Etiologi.....	10

2.1.4 Tanda dan Gejala	10
2.1.5 Siklus Menstruasi	11
2.1.6 Gangguan pada Siklus Menstruasi	14
2.1.7 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Siklus Menstruasi	18
2.2 Keaslian Penelitian	24
2.3 Kerangka Teori dan Kerangka Konsep	26
2.4 Hipotesis	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
3.1 Desain Penelitian	28
3.2 Variabel Penelitian	28
3.3 Populasi dan Sampel	28
3.4 Instrumen Penelitian	30
3.5 Definsi Operasional	30
3.6 Waktu dan Tempat Penelitian	31
3.7 Cara Kerja dan Teknik Penelitian	31
3.8 Pengolahan dan Analisa Data	32
3.9 Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Profil SMA ‘Aisyiyah 01 Palembang	35
4.1.1 Identitas Sekolah	35
4.1.2 Letak Geografis	35
4.2 Hasil Penelitian	36
4.2.1 Analisa Univariat	36
4.2.2 Analisa Bivariat	37
4.3 Pembahasan	38
4.3.1 Analisa Univariat	38
4.3.2 Analisa Bivariat	40
4.4 Keterbatasan Penelitian	44
BAB V PENUTUP	45
5.1 Kesimpulan	45
5.2 Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47