



**HUBUNGAN LINGKAR LENGAN ATAS DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA SANTRIWATI DI
SMA *GLOBAL ISLAMIC BOARDING SCHOOL***

Skripsi
Diajukan guna memenuhi
sebagian syarat memperoleh derajat Sarjana Kedokteran
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh
Desintha Afrillia Anggreini
2210911120004

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

Desember 2025

PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN LINGKAR LENGAN ATAS DENGAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA SANTRI WATI DI SMA GLOBAL ISLAMIC
BOARDING SCHOOL**

Desintha Afrillia Anggreini, NIM: 2210911120004

Telah dipertahankan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Hari Jumat, Tanggal 19 Desember 2025

Pembimbing I

Nama: Dr. dr. Renny Aditya, M.Kes, Sp. OG(K), Subsp.
Obginsos
NIP : 197911232006042001

Pembimbing II

Nama: dr. Farida Heriyani, MPH
NIP : 197801162003122001

Penguji I

Nama: Dr. dr. Meitria Syahadatina Noor, M.Kes
NIP : 197905192006042001

Penguji II

Nama: Dr. dr. Siti Kaidah, M.Sc.
NIP : 197305292005012001

Banjarmasin, 22 Desember 2025

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana



Dr. Triawanti, M.Kes.
197109121997022001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka

Banjarmasin, 10 Desember 2025



Desintha Afrillia Anggreini

ABSTRAK

HUBUNGAN LINGKAR LENGAN ATAS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA SANTRIWATI DI SMA *GLOBAL ISLAMIC BOARDING SCHOOL*

Desintha Afrillia Anggreini

Siklus menstruasi merupakan indikator penting kesehatan reproduksi remaja putri dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Lingkar Lengan Atas (LILA) dengan siklus menstruasi pada santriwati di SMA *Global Islamic Boarding School* (GIBS) Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Penelitian menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 70 santriwati berusia 15–18 tahun yang ditentukan melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Data LILA diperoleh melalui pengukuran langsung menggunakan pita MUAC, sedangkan data siklus menstruasi dikumpulkan melalui kuesioner. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk mengetahui hubungan antara LILA dan siklus menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki LILA kategori normal (57,2%) dan jarak siklus menstruasi dalam rentang normal 21–35 hari (61,4%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,889$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara LILA dengan siklus menstruasi pada santriwati SMA GIBS. Penelitian ini menyimpulkan bahwa status gizi berdasarkan LILA tidak memengaruhi keteraturan siklus menstruasi. Faktor lain seperti stres, pola tidur, aktivitas fisik, dan variasi hormonal kemungkinan lebih berperan dalam mempengaruhi siklus menstruasi remaja.

Kata-kata kunci: lingkaran lengan atas, siklus menstruasi, status gizi, remaja putri

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN MID-UPPER ARM CIRCUMFERENCE AND MENSTRUAL CYCLE PATTERNS IN FEMALE STUDENTS AT GLOBAL ISLAMIC BOARDING SCHOOL

Desintha Afrillia Anggreini

The menstrual cycle is an important indicator of reproductive health in adolescent girls and is influenced by various factors, including nutritional status. This study aimed to determine the relationship between Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) and menstrual cycle patterns among female students at SMA Global Islamic Boarding School (GIBS), Banjar Regency, South Kalimantan. This research employed an analytical observational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 70 students aged 15–18 years selected using proportionate stratified random sampling. MUAC data were obtained through direct measurement using a MUAC tape, while menstrual cycle information was collected through a structured questionnaire. Univariate analysis was used to describe respondent characteristics, and bivariate analysis was conducted using the Chi-Square test with a significance level of 0.05 to assess the relationship between MUAC and menstrual cycle patterns. The results showed that most respondents had MUAC in the normal category (57.2%) and menstrual cycles within the normal range of 21–35 days (61.4%). The Chi-Square test yielded a p-value of 0.889 ($p > 0.05$), indicating no significant relationship between MUAC and menstrual cycle patterns among the students at SMA GIBS. This study concludes that nutritional status based on MUAC does not influence menstrual cycle regularity. Other factors such as stress, sleep patterns, physical activity, and hormonal variations are likely to play a more substantial role in affecting menstrual cycles among adolescents.

Keywords: *mid-upper arm circumference, menstrual cycle, female student, nutritional status, adolescent girls*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yesus yang telah memberikan berkat dan karunia sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “**Hubungan Lingkar Lengan Atas dengan Siklus Menstruasi pada Santriawati di SMA *Global Islamic Boarding School***” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd, FISPH, FISCAM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordiantor Program Studi Kedokteran Program Sarjana Prof. Dr. dr. Triawanti, M.Kes yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing Dr. dr. Renny Aditya, M.Kes, Sp.OG, Subsp. Obginsos (K) dan dr. Farida Heriyani, MPH yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji Dr. dr. Meitria Syahadatina Noor, M.Kes dan Dr. dr. Siti Kaidah, M.Sc. yang memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

5. Kepada kepala sekolah dan seluruh staff SMA *Global Islamic Boarding School* yang telah membantu dalam pengambilan data penelitian.
6. Kedua orang tua penulis tercinta, ayahanda Harisatriano dan Ibunda Lili Demiatie serta seluruh keluarga yang tak pernah henti mendukung, mendoakan, memperhatikan, dan siap membantu.
7. Rekan peneliti Olland Oxxa Pratama dan Farras Adhiya Rahman serta semua pihak atas sumbangan pikiran dan bantuan yang telah diberikan.
8. Sahabat yang penulis sayangi, Amanda dan Ersi yang selalu memberikan semangat dan dukungan serta saran bagi penulis.
9. Rekan sejawat minion Koko, Rayan, Olland, Angel, Rachie, Dea, Ven, Epa, Nadip, Ika, Glen dan Firdi yang membersamai penulis dalam kehidupan FK. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarmasin, Desember 2025

Penulis

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| PERNYATAAN | ii |
| ABSTRAK | iv |
| ABSTRACT | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| DAFTAR ISI | viii |
| DAFTAR TABEL | x |
| DAFTAR GAMBAR | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 3 |
| C. Tujuan Penelitian | 3 |
| D. Manfaat Penelitian | 4 |
| E. Keaslian Penelitian | 5 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| A. Siklus Menstruasi | 7 |
| B. LILA | 11 |
| C. Hubungan Lingkar Lengan Atas Dengan Siklus Menstruasi | 13 |
| BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS | 13 |
| A. Landasan Teori | 13 |

| | |
|---|-----------|
| B. Hipotesis..... | 16 |
| BAB IV METODE PENELITIAN..... | 17 |
| A. Rancangan Penelitian | 17 |
| B. Populasi dan Sampel | 17 |
| C. Instrumen Penelitian..... | 19 |
| D. Variabel Penelitian | 19 |
| E. Definisi Operasional..... | 20 |
| F. Prosedur penelitian | 20 |
| G. Teknik Pengumpulan dan Pengelolaan Data..... | 22 |
| H. Cara Analisis Data..... | 23 |
| I. Waktu dan Tempat Penelitian | 23 |
| BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN | 24 |
| BAB VI PENUTUP | 32 |
| A. Simpulan..... | 32 |
| B. Saran..... | 32 |
| DAFTAR PUSTAKA | 34 |
| LAMPIRAN..... | 38 |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|--|----------------|
| 1.1 Keaslian Penelitian Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi Pada Santriwati Di SMA Global Islamic Boarding School. | 5 |
| 4.1 Keaslian Penelitian Hubungan Lingkar Lengan Atas dengan Siklus Menstruasi Pada Santriwati Di SMA Global Islamic Boarding School. | 20 |
| 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pertama Kali Mengalami Menstruasi pada Santriwati SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 24 |
| 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Konsumsi Obat Hormonal dan Obat Kontrasepsi pada Santriwati SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 25 |
| 5.3 Distribusi LILA Responden Santriwati SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 26 |
| 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jarak Siklus Menstruasi pada Santriwati SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 27 |
| 5.5 Hubungan antara LILA dengan Siklus Menstruasi pada Santriwati SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 28 |
| 5.6 <i>Chi-Square Test</i> | 29 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|---|---------|
| 3.1 Kerangka Teori Penelitian Hubungan Lingkar Lengan Atas dengan Siklus Menstruasi pada Santriwati di SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 15 |
| 3.2 Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Lingkar Lengan Atas dengan Siklus Menstruasi pada Santriwati di SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 16 |
| 4.1 Skema Prosedur Penelitian Hubungan Lingkar Lengan Atas dengan Siklus Menstruasi pada Santriwati di SMA <i>Global Islamic Boarding School</i> | 22 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Surat Keterangan Etik..... | 39 |
| 2. Surat Izin Penelitian FKIK ULM | 40 |
| 3. Surat Izin Penelitian SMA GIBS | 41 |
| 4. Lembar Informed Consent Subjek Penelitian | 42 |
| 5. Lembar Data Demografi Subjek Penelitian | 43 |
| 6. Lembar Kuisioner Siklus Menstruasi..... | 44 |
| 7. Tabulasi Data Penelitian..... | 45 |
| 8. Analisis Data Penelitian dengan SPSS | 47 |
| 9. Dokumentasi Penelitian..... | 48 |