ABSTRACT

The menstrual cycle is an important indicator of adolescent girls' reproductive health, which can be influenced by various physiological and psychological factors. Menstrual cycle disorders include menorrhagia, oligomenorrhea, polymenorrhea, and amenorrhea, which are generally associated with ovarian dysfunction, anovulation, and luteal phase disorders. If left untreated, these disorders can have long-term impacts on adolescent fertility and quality of life. Management efforts include weight management, regular exercise, adequate rest, stress management, and a nutritious diet. This study aims to determine the factors associated with the menstrual cycle in adolescent girls at MAN 1, Gorontalo City. The study used a quantitative approach with a cross-sectional design. A sample of 75 respondents was drawn using accidental sampling. The research instruments consisted of questionnaires and BMI measurements, with data analysis using the Chi-Square test. The results showed a significant relationship between BMI ($p = 0.020$) and a history of disease ($p = 0.004$) and the menstrual cycle, and no significant relationship between stress levels and the menstrual cycle ($p = 0.599$). It was concluded that BMI and a history of disease were related to menstrual cycle regularity, while stress was not related to the menstrual cycle. This study is expected to serve as a reference for adolescent reproductive health education and interventions.

Keywords: *Adolescent girls, Menstrual cycle, BMI, Stress, History of deseas.*

ABSTRAK

Siklus menstruasi merupakan indikator penting dalam kesehatan reproduksi remaja putri yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor fisiologis dan psikologis. Gangguan siklus menstruasi meliputi menorrhagia, oligomenorea, polimenorea, serta amenorea, yang umumnya berkaitan dengan disfungsi ovarium, anovulasi, dan gangguan fase luteal. Jika tidak ditangani, gangguan ini dapat berdampak jangka panjang terhadap kesuburan dan kualitas hidup remaja. Upaya penanganan meliputi pengelolaan berat badan, olahraga rutin, istirahat cukup, pengendalian stres, dan pola makan bergizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di MAN 1 Kota Gorontalo. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*, jumlah sampel 75 responden yang diambil menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner dan pengukuran IMT, dengan analisis data menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara IMT (p = 0,020) dan riwayat penyakit (p = 0,004) dengan siklus menstruasi, dan tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan siklus menstruasi (p = 0,599). Disimpulkan bahwa IMT dan riwayat penyakit memiliki hubungan terhadap keteraturan siklus menstruasi, sedangkan Stres tidak memiliki hubungan dengan siklus menstruasi. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi edukasi dan intervensi kesehatan reproduksi remaja.

Kata kunci: Remaja putri, Siklus menstruasi, IMT, Stres, Riwayat penyakit.