



ISSN: 2087-4154

Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)

Vol. 8 No. 2

Juli 2017

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN GANGGUAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI TINGKAT III
AKBID ABDI HUSADA SEMARANG**

Widyah Setiyowati, Tri Mey Suryaningsih

**KESEMBUHAN MILIARIA PADA BAYI USIA 0 -12 BULAN DENGAN
PEMBERIAN VCO (VIRGIN COCONUT OIL) DI DESA PURWOASRI KECAMATAN
SINGOSARI KABUPATEN MALANG TAHUN 2017**

Riski Candra Karisma, Dewy Indah Lestari

**ANALISIS PERSEPSI REMAJA PUTRI TERHADAP PERILAKU PEMERIKSAAN
PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA SISWI SMAN 16 KOTA SEMARANG**

Ester Ratnaningsih

**HUBUNGAN POLA ASUH GIZI DENGAN STATUS GIZI PADA
BALITA USIA 1-3 TAHUN DI POSYANDU WILAYAH PUSKESMAS
SEKARAN KOTA SEMARANG**

Dewi Elliana, Nailis Sa'adah

**HUBUNGAN ANTARA IKLAN ROKOK DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA
REMAJA DI MA NU TAMRINUT THULLAB UNDAAN KUDUS**

Uswatun Kasanah, Dewi Candra Kinasih

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN DILAKUKANNYA
RITUAL KHITAN PEREMPUAN DI KECAMATAN GABUS
KABUPATEN PATI TAHUN 2016**

Suparjo, Siti Marfu'ah, dan Kamelia Nopika

**Diterbitkan oleh
Akademi Kebidanan Bakti Utama Pati**

Jurnal Kebidanan dan Kesehatan	Vol. 8 No. 2	Hal. 81-158	Pati Juli 2017	ISSN: 2087-4154
--------------------------------	--------------	-------------	-------------------	--------------------

Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan

(Journal of Midwifery Science and Health)

Vol. 8 No. 2

Juli 2017

Susunan Dewan Redaksi

Penanggung jawab (Chairman):
Direktur Akbid Bakti Utama Pati

Ketua (Editor in Chief):
Suparjo, S.Kp., M.Kes.

Sekretaris (Secretary Editor):
Uswatun Kasanah, S.Si.T., M.Kes.

Editor

Siti Ni'amah, S.Si.T. M.Kes.
Yuli Irnawati, S.Si.T., M.Kes.
Irfana Tri W., S.Si.T., M.Kes.
Sri Hadi Sulistyaningsih, S.Si.T., M.Kes.

Mitra Bestari:

dr. Hilal Ariadi, M.Kes. (Ketua Ikatan Dokter Indonesia Kudus)
dr. Parno Widjojo, Sp.F (K) (Fak. Farmasi Undip)

Periklanan dan Distribusi:

Siti Marfu'ah, S.Si.T.
Khoirul Huda, S.Kom.
Alex Kamal Hasan, S.P.

Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan terbit dua kali dalam setahun (Januari dan Juli)

Terbit pertama kali : Juli 2010

Administrasi dan Sekretariat :
Alex Kamal Hasan, S.P., Khoirul Huda, S.Kom.

Alamat :
Jl. Ki Ageng Selo No.15 Pati,
Website: <http://www.akbidbup.ac.id>
E-mail : lppmakbidbup@gmail.com

Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health) merupakan wadah atau sarana yang menerbitkan tulisan ilmiah hasil-hasil penelitian maupun nonhasil penelitian di bidang ilmu-ilmu kebidanan khususnya dan ilmu-ilmu kesehatan pada umumnya yang belum pernah diterbitkan atau sedang dalam proses penerbitan di jurnal-jurnal ilmiah lain. Redaksi berhak mengubah tulisan tanpa mengubah maksud atau substansi dari naskah yang dikirimkan. Naskah yang belum layak diterbitkan dalam **Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan** tidak dikembalikan kepada pengirimnya, kecuali atas permintaan dari penulis yang bersangkutan.

Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan	Vol. 8 No. 2	Hal.81-158	Pati Juli 2017	ISSN: 2087-4154
--	--------------	------------	-------------------	--------------------

Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan **(Journal of Midwifery Science and Health)**

Vol. 8 No. 2

Juli 2017

DAFTAR ISI

- HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI TINGKAT III AKBID ABDI HUSADA SEMARANG 81 - 92**
Widyah Setiyowati, Tri Mey Suryaningsih
- KESEMBUHAN MILIARIA PADA BAYI USIA 0 -12 BULAN DENGAN PEMBERIAN VCO (VIRGIN COCONUT OIL) DI DESA PURWOASRI KECAMATAN SINGOSARI KABUPATEN MALANG TAHUN 2017 93 - 105**
Riski Candra Karisma, Dewy Indah Lestari
- ANALISIS PERSEPSI REMAJA PUTRI TERHADAP PERILAKU PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA SISWI SMAN 16 KOTA SEMARANG 106 - 122**
Ester Ratnaningsih
- HUBUNGAN POLA ASUH GIZI DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA USIA 1-3 TAHUN DI POSYANDU WILAYAH PUSKESMAS SEKARAN KOTA SEMARANG 123 - 136**
Dewi Elliana, Nailis Sa'adah
- HUBUNGAN ANTARA IKLAN ROKOK DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA DI MA NU TAMRINUT THULLAB UNDAAN KUDUS 137 - 149**
Uswatun Kasanah, Dewi Candra Kinasih
- FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN DILAKUKANNYA RITUAL KHITAN PEREMPUAN DI KECAMATAN GABUS KABUPATEN PATI TAHUN 2016 150 - 158**
Suparjo, Siti Marfu'ah, Kamelia Nopika

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI TINGKAT III AKBID ABDI HUSADA SEMARANG

Widyah Setiyowati¹⁾, Tri Mey Suryaningsih²⁾

^{1,2)}Akademi Kebidanan Abdi Husada Semarang

Jl. Kol. HR. Hadijanto no 70, Banaran, Gunungpati Semarang

e-mail: wiwidwidyah@yahoo.com

ABSTRAK

Penelitian tentang gangguan menstruasi yang dilakukan oleh Sianipar dll (2009) dari 57 responden penelitian, 63,2 % responden mengalami gangguan menstruasi. Salah satu factor psikologis yang diduga dapat memicu terjadinya gangguan siklus menstruasi adalah kecemasan. Dari studi pendahuluan di kampus Akbid Abdi Husada Semarang. Diambil 10 mahasiswi secara acak dari tingkat 1 hingga tingkat 3, menyatakan bahwa semua responden cemas terhadap proses perkuliahan yang sedang ditempuh. Didapatkan hasil 7 orang mahasiswi (70 %) mengalami gangguan siklus menstruasi dengan perincian mahasiswi tingkat 1 sebanyak 1 (10 %) orang, tingkat 2 sebanyak 2 (20 %) orang dan tingkat 3 sebanyak 4 (40 %) orang. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat III Akbid Abdi Husada Semarang angkatan X.

Kecemasan (*anxiety*) adalah suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi (Nevid, 2005). Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya (Wiknjosastro, 2005; Octaria, 2009).

Jenis penelitian ini adalah penelitian rancangan belah lintang *cross sectional* untuk mendeskripsikan hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat III Akbid Abdi Husada Semarang. Menggunakan sampel 32 mahasiswi dengan teknik purposive sampling. Variabel independen adalah tingkat kecemasan dan variabel dependen adalah gangguan siklus menstruasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 18,8% mahasiswi Akbid mengalami tingkat kecemasan ringan, 15,6% mengalami tingkat kecemasan sedang, 18,8% mengalami tingkat kecemasan berat, 3,1% mengalami tingkat kecemasan berat/panik, 43,8% tidak mengalami tingkat kecemasan. Sedangkan mahasiswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 59,4% dan sisanya 40,6% tidak mengalami gangguan siklus atau normal. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi. Hal ini didasarkan pada uji *Fisher's exact* yang diperoleh *p value* sebesar 0,000 (*p value* < 0,05).

Saran bagi institusi adalah diharapkan dapat menjadi sumber studi kepustakaan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan para mahasiswi tentang materi psikologi dan menstruasi.

Kata kunci : Tingkat kecemasan, Gangguan siklus menstruasi

ABSTRACT

Research on menstrual disorders conducted by Sianipar et al. (2009) of 57 respondents, 63.2% of respondents experiencing menstrual disorders. anxiety is a psychological factor that is thought to trigger the menstrual cycle disorder. Preliminary study on Akbid Abdi Husada Semarang, 10 student taken randomly from grade 1 to grade 3, states that all respondents are concerned about the lecture that is being pursued. RESULTS 7 female students (70%) experienced a menstrual cycle disorders, comprising student at the grade 1 of 1 (10%) of people, grade 2 of 2 (20%) of people and grade 3 of 4 (40%) of people. The purpose of this research was to determine the relationship of the level of anxiety with menstrual cycle disorders at the student grade III Akbid Abdi Husada Semarang force X.

Anxiety (anxiety) is a state of worry were complaining that something bad will happen (Nevid, 2005). The menstrual cycle is the time from the first day of menstruation to the next menstruation period (Wiknjosastro, 2005; Octaria, 2009).

Type of research is a cross sectional design to describe the anxiety level ties with the menstrual cycle disorders at the student grade III Akbid Abdi Husada Semarang.using a sample of 32 students with purposive sampling technique.The Independent Variable is the level of anxiety and the dependent variable is the disruption of the menstrual cycle.

The results showed that as many as 18.8% of the student Akbid experiencing mild anxiety level, 15.6% had a moderate level of anxiety, 18.8% had severe anxiety level, 3.1% experienced severe levels of anxiety / panic, 43.8% did not experiencing anxiety level. While student disturbed menstrual cycle as much as 59.4% and the remaining 40.6% are not impaired or normal cycle. The conclusion of this study is no relationship between the level of anxiety with menstrual cycle disorders. It is based on Fisher's exact test were obtained p value of 0.000 (p value <0.05).

Suggestions for the institution is expected to be a source of literary study in order to improve the knowledge of the student of psychology and menstrual material.

Keywords: levels of anxiety, disorders of the menstrual cycle

PENDAHULUAN

Masa remaja atau *adolescence* adalah suatu fase tumbuh kembang yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, psikologis, emosional dan sosial (Ali & Asrori, 2010). Pertumbuhan dan perkembangan manusia menjadi dewasa mengalami suatu tahap yang disebut masa pubertas. Remaja perempuan mengalami masa pubertas lebih cepat dibandingkan laki-laki. Pubertas pada remaja perempuan juga ditandai dengan *menarche* yaitu mendapatkan menstruasi (haid) pertama (Bobak, 2004).

Menstruasi adalah pengeluaran darah, mukus dan debris sel dari mukosa uterus disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium secara periodik dan siklik, yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Cunningham et al, 2005).

Gangguan siklus menstruasi dapat dipengaruhi oleh gangguan fungsi hormon, kelainan sistemik, stres / kecemasan, kelenjar gondok, dan kadar hormon prolaktin yang berlebihan. Gangguan siklus menstruasi terdiri dari tiga macam,

yaitu siklus menstruasi pendek (*Polimenore*), siklus menstruasi panjang (*Oligomenore*), dan menstruasi tidak datang dalam 3 bulan berturut-turut (*Amenore*) (Wiknjosastro, 2005; Proverawati & Misaroh, 2009).

Data penelitian tentang gangguan menstruasi di dunia yang dilakukan oleh Verma *et al* pada tahun 2011 tentang pola menstruasi pada siswi remaja menyatakan sebanyak 50,6 % mengalami dismenore dan 22,9 % memiliki pola menstruasi yang tidak teratur. Hasil penelitian Cakir *et al* dalam Sianipar dll(2009) menunjukkan bahwa dismenorea merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar (89,5%), diikuti ketidakteraturan siklus menstruasi (31,2%), serta perpanjangan durasi menstruasi (5,3%). Tidak didapatkan responden yang mengalami gangguan volume menstruasi. Di antara responden dengan gangguan lain yang berhubungan dengan menstruasi, sindrom pramenstruasi merupakan yang paling banyak dialami (75,8 %). Terdapat hubungan antara usia, kelas, dan aktivitas fisik dengan gangguan menstruasi (Sianipar dll, 2009).

Salah satu faktor psikologis yang diduga dapat memicu terjadinya gangguan siklus menstruasi adalah kecemasan. Hal ini disebabkan karena ada ketidakseimbangan hormon serotonin, zat kimiawi yang ada didalam otak. Seseorang dikatakan mengalami kecemasan saat mengalami gejala-gejala kekhawatiran terhadap sesuatu hal yang tidak pasti, sulit berkonsentrasi, gelisah, tidak dapat bersikap santai, kesulitan tidur atau mengalami gangguan tidur, pucat, mudah letih, tubuh terasa lebih hangat, mual, sesak nafas serta sering buang air kecil (Nevid dkk, 2005). Banyak hal dapat menjadi sumber kecemasan bagi mahasiswa, sumber kecemasan mahasiswa tersebut antara lain pembuatan bermacam tugas, laporan, dan makalah harus dikerjakan mahasiswa serta ujian sebagai evaluasi dilakukan secara rutin (Zulkarnain, 2009). Di dalam kondisi kecemasan, seseorang sangat membutuhkan dukungan, suport dan motivasi sehingga dukungan keluarga, teman dan lingkungan yang kondusif sangat diperlukan sebagai salah satu upaya pencegahan kecemasan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswi di kampus Akbid Abdi Husada Semarang dengan jumlah mahasiswi 186 dengan rincian jumlah mahasiswi tingkat 1 sebanyak 64 orang, jumlah mahasiswi tingkat 2 sebanyak 72 orang, dan jumlah mahasiswi tingkat 3 sebanyak 49 orang. Diambil 10 mahasiswi secara acak dari tingkat 1 hingga tingkat 3, menyatakan

bahwa semua responden cemas terhadap proses perkuliahan yang sedang ditempuh. Didapatkan hasil 7 orang mahasiswi (70 %) mengalami gangguan siklus menstruasi dengan perincian mahasiswa tingkat 1 sebanyak 1 (10 %) orang, tingkat 2 sebanyak 2 (20 %) orang dan tingkat 3 sebanyak 4 (40 %) orang, sedangkan 30% mahasiswa yang lainnya tidak mengalami gangguan siklus menstruasi. Temuan ini memberikan indikasi tingginya gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi di Akbid Abdi Husada Semarang yang memiliki rentang umur 18-21 tahun.

Berdasarkan hasil wawancara khususnya mahasiswi tingkat 3 mereka mengalami kecemasan karena harus menyelesaikan bermacam tugas, laporan, makalah dan ujian akhir serta tugas pembuatan karya ilmiah sebagai syarat dari kelulusan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat III Akbid Abdi Husada Semarang.

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja untuk menjaga kesehatan, meningkatkan pola kopping atau pemecahan masalah terhadap stress dan menanggulangi gangguan siklus menstruasi dan hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam memberikan pelayanan dan penanganan masalah kesehatan reproduksi terutama mengenai gangguan siklus menstruasi pada remaja.

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan belah lintang (*cross sectional*) yaitu rancangan penelitian yang dalam melakukan pengukuran variabel independen (tingkat kecemasan) dan variabel dependen (siklus menstruasi) dalam periode yang sama. Menurut sifat dasar penelitian, penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif analitik yaitu penelitian yang menggunakan sampel untuk mengambil kesimpulan pada populasi (Setiadi, 2007). Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswi tingkat III Akbid Abdi Husada Semarang yang berjumlah 45 orang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswi tingkat III Akbid Abdi Husada Semarang yang berjumlah 45 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini mahasiswa tingkat III Akademi Kebidanan Abdi

husada sejumlah 32 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu cara pengambilan sampel dengan tujuan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah tidak mengalami penyakit organ reproduksi dan bersedia menjadi responden penelitian sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sudah menikah dan tidak bersedia menjadi responden atau sedang sakit

Sumber data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Data primer tingkat kecemasan mahasiswi Akbid Abdi Husada dan siklus menstruasi diperoleh melalui kuisisioner dan lembar observasi, sedangkan data sekunder meliputi data yang dikumpulkan oleh instansi/ badan yang terkait yang digunakan peneliti untuk melaksanakan dan melengkapi penelitian. Data penelitian tersebut adalah data jumlah mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang.

Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan kuesioner HRS-A. Kuisisioner ini terdiri 14 kelompok gejala yang masing-masing kelompok dirinci lagi dengan gejala-gejala yang lebih spesifik. Masing-masing kelompok gejala diberi penilaian angka (skor) antara 0 – 4.

Responden diminta mengisi kuisisioner tersebut dengan cara menyilang atau mencentang di kolom skor yang telah tersedia. Masing-masing nilai angka (skor) dari 14 kelompok gejala tersebut dijumlahkan dan dari hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui derajat kecemasan seseorang. Kuisisioner jenis ini tidak memerlukan suatu uji validitas dan reliabilitas karena sudah merupakan suatu alat ukur baku yang digunakan secara internasional dan telah ditetapkan menjadi *guideline*. Peneliti mengisi nomor responden, kode responden, dan tanggal pengambilan data.

Adapun lembar observasi yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dua bagian, yaitu :

1. Bagian I memuat pertanyaan tentang identitas responden
2. Bagian II memuat pertanyaan tentang siklus menstruasi responden dan skala pengukurannya dengan jawaban ya atau tidak (Hidayat, 2007).

Analisis yang digunakan adalah analisis Univariat dan Bivariat. Variabel yang dianalisis secara univariat dalam penelitian ini adalah karakteristik responden, variabel kecemasan dan gangguan siklus menstruasi. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-square* dengan nilai p (signifikansi) $< 0,05$. Pengolahan data menggunakan komputer dengan program SPSS for windows versi 16.0.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

- a. Tingkat Kecemasan Mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang tingkat III

Tabel 1

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan.

Tingkat Kecemasan	f	%
Tidak ada kecemasan	14	43.8
Kecemasan ringan	6	18.8
Kecemasan sedang	5	15.6
Kecemasan berat	6	18.8
Kecemasan berat sekali/panik	1	3.1
Total	32	100.0

Tabel 1 menunjukkan bahwa kategori tidak ada kecemasan sebanyak 14 (43,8%) responden lebih sedikit dibandingkan jumlah mahasiswi yang mengalami kategori kecemasan ringan sampai berat sekali/panik sebanyak 18 orang dengan rincian kecemasan ringan sebanyak 6 orang (18,8%), kecemasan sedang sebanyak 5 orang (15,6%), kecemasan berat sebanyak 6 orang (18,8%), dan kecemasan berat sekali/panik sebanyak 1 orang (3,1%).

- b. Perubahan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang tingkat III

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gangguan Siklus Menstruasi.

Siklus Menstruasi	f	%
Mengalami Gangguan	19	59.4
Tidak Mengalami Gangguan	13	40.6
Total	32	100.0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 19 orang (59,4%).

2. Analisis Bivariat

Hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang dapat terlihat pada tabel berikut.

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Siklus Mestruasi.

Kecemasan	Gangguan siklus menstruasi				Total	
	Mengalami Gangguan		Tidak Mengalami Gangguan			
	f	%	f	%	f	%
Tidak ada	1	3,1	13	40,6	14	43,8
Ringan	6	18,8	0	0	6	18,8
Sedang	5	15,6	0	0	5	15,6
Berat	6	18,8	0	0	6	18,8
Berat sekali/panik	1	3,1	0	0	1	3,1
Total	19	59,4	13	40,6	32	100,0

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa kategori tidak ada kecemasan dari 14 (43,8%) responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi 1 (3,1%) responden dan yang tidak mengalami gangguan 13 (40,6%); kategori kecemasan ringan dari 6 (18,8%) responden dan yang tidak mengalami gangguan tidak; kategori kecemasan sedang dari 5 (15,6%) responden dan yang tidak mengalami gangguan tidak ada; kategori kecemasan berat dari 6 (18,8%) responden dan yang tidak mengalami gangguan tidak ada; kategori kecemasan berat sekali/ panik dari 1 (3,1%) responden dan yang tidak mengalami gangguan tidak ada; sehingga didapatkan dari 32 (100,0%) reponden yang mengalami gangguan siklus menstruasi 19 (59,4%) responden .

Uji yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah *chi square*. Jika tidak memenuhi syarat uji tersebut, maka uji alternative yang dipakai adalah Uji *Fisher's*. Berdasarkan hasil analisis uji *crosstab* tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi diperoleh hasil yang tidak memenuhi syarat untuk dilakukan uji *chi square* karena dijumpai 8 cell

(80%) yang memiliki nilai harapan (*expected count*) kurang dari 5. Selanjutnya dilakukan uji alternative menggunakan *Fisher's Exact Test*.

Berdasarkan uji *Fisher's Exact Tes* diperoleh nilai *p value* untuk Exact Sig (2-sided) adalah 0,000 (*p value* < 0,05), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Angka ini memberikan makna bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi.

B. Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan pada Mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang tingkat III.

Hasil penelitian diperoleh responden dengan kategori kecemasan ringan sebanyak 6 orang (18,8%), kategori kecemasan sedang sebanyak 5 orang (15,6%), kategori kecemasan berat sebanyak 6 orang (18,8%), dan kategori kecemasan berat sekali/panik sebanyak 1 orang (3,1%).

Banyak sekali faktor yang mempengaruhi seseorang sehingga terjadi kecemasan. Responden dengan tingkat kecemasan ringan sampai berat sekali/panik mengatakan bahwa mereka terganggu dengan kegiatan belajar karena sulit membagi tenaga dan pikiran mereka untuk menyelesaikan tugas akhir yang ditempuh.

2. Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang

Hasil penelitian diperoleh responden dengan siklus menstruasi normal sebanyak 13 orang (43,8%) dengan gangguan siklus menstruasi sebanyak 19 orang (59,4%).

Menurut Wiknjosastro (2005) dan Octaria (2009) Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita, normalnya berkisar antara 21-35 hari. Gangguan siklus menstruasi terdiri dari tiga macam, yaitu siklus menstruasi pendek (*Polimenore*), siklus menstruasi panjang (*Oligomenore*), dan menstruasi tidak datang dalam 3 bulan berturut-turut (*Amenore*) (Proverawati & Misaroh; 2009).

3. Hubungan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang tingkat III.

Berdasarkan analisis uji *Fisher's Exact Test* didapatkan hasil *p value* sebesar 0,000 karena *p value* lebih kecil dari 0,05 sehingga H_0 diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi.

Dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 19 (59,4%) responden mengalami gangguan siklus menstruasi dan terdapat 18 responden yang mengalami kecemasan dengan rincian kategori kecemasan ringan sebanyak 6 orang (18,8%), kategori kecemasan sedang sebanyak 5 orang (15,6%), kategori kecemasan berat sebanyak 6 orang (18,8%), dan kategori kecemasan berat sekali/panik sebanyak 1 orang (3,1%).

Menurut Manuaba (2010) Saat cemas otak mengeluarkan CRH yang menghambat Gn RH. Hormone ini merupakan hormone utama untuk system reproduksi. CRH juga menghambat LH yang penting untuk ovulasi. Karena terhambatnya Gn RH maka sekresi estrogen di ovarium juga terganggu, padahal hormone ini digunakan untuk mengatur menstruasi. Bila keadaan ini terjadi saat fase proliferasi dan sekresi maka kedua fase ini akan memendek, sehingga siklus menstruasi akan terjadi lebih pendek atau polimenorhoe. Tapi bila keadaan yang demikian terjadi pada fase folikuler dan fase luteal maka kedua fase ini akan memanjang, sehingga siklus menstruasi akan menjadi lebih panjang atau oligomenorea sampai amenorea.

Teori tersebut sesuai dengan hasil penelitian yaitu bahwa kecemasan merupakan factor penyebab dari gangguan siklus yang dialami oleh para mahasiswi tingkat III Akbid Abdi Husada Semarang yang sebagian besar merasa cemas dengan tugas akhir dan proses ujian yang akan mereka hadapi.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di Akbid Abdi Husada Semarang, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan yaitu 18 orang dengan rincian kecemasan ringan sebanyak 6 orang (18,8%), kecemasan sedang sebanyak 5 orang (15,6%), kecemasan berat sebanyak 6 orang (18,8%), dan kecemasan berat sekali/panik sebanyak 1 orang (3,1%).
2. Sebagian besar responden mengalami gangguan siklus menstruasi yaitu sebanyak 19 orang (59,4%)
3. Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat III Akbid Abdi Husada Semarang dengan *p value* sebesar 0,000 (*p value* < 0,05).

A. Saran

1. Bagi Dinas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan dan bahan evaluasi dalam penanganan masalah kesehatan reproduksi khususnya pada remaja putrid, sehingga penentuan arah kebijakan bagi upaya kesehatan reproduksi wanita dapat dimulai dari penanganan masalah kesehatan reproduksi remaja dengan melakukan pendidikan kesehatan dan penyuluhan-penyuluhan untuk remaja serta hal ini dapat menanggulangi masalah perilaku remaja yang menyimpang.

2. Bagi Institusi Akbid Abdi Husada Semarang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber studi kepustakaan sehingga dapat ikut meningkatkan pengetahuan para mahasiswi tentang materi psikologi dan menstruasi. Selain itu, para pembimbing dapat berpartisipasi dalam penyelesaian masalah yang dihadapi para remaja.

3. Bagi Mahasiswi Akbid Abdi Husada Semarang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang berharga bagi para mahasiswi tentang hubungan antara kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi, sehingga para mahasiswi dapat mengantisipasi diri mereka dalam menghadapi menstruasi dan menyiasati pola kebiasaan sehari-hari agar tidak timbul kecemasan pada mereka yang dapat mengganggu siklus menstruasi.

4. Bagi Peneliti Lanjutan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan dan pengetahuan peneliti menjadi bahan acuan melaksanakan penelitian yang lebih mendalam dengan variabel beragam misal status gizi, aktivitas olah raga, dan gangguan menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali M dan Asrori M. 2010. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Bobak IM, Jensen MD, Lowdermilk DL. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Jakarta: EGC
- Cunningham FG, Gant N, Leveno KJ, Haunt LC, Wenstrom KD. 2005. *William Obstetrics*. Jakarta: EGC.
- Hidayat AA. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayati A. 2008. *Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Ganjil Berprestasi dan Kurang Berprestasi di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Fakultas Kedokteran. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Manuaba IB. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC
- Nevid J, Rathus S and Greene B. 2005. *Psikologi Abnormal*. Edisi 5, Jilid 1. Jakarta: Erlangga. Hal:241-61
- Notoatmodjo S. 2005. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- . 2010. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Proverawati A dan Misaroh S. 2009. *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setiadi. 2007. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sianipar O, Bunawan NC, Almazini P, Calista N, Wulandari P, and Rovenska N. 2009. *Prevalence of Menstrual Disorder and Associated Factors of at High School in Pulo Gadung Subdistrict of East Jakarta*. *Majalah Kedokteran Indonesia*, Vol. 59 (6). Diakses : 10 November 2013
- Sugiyono. 2007. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Winkjosastro H. 2005. *Buku Ajar Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Prawirohardjo.

Zulkarnain. 2009. *Sense of Humor an Kecemasan Menghadapi Ujian di Kalangan Mahasiswa*. Majalah Kedokteran Nusantara Vol. 42 No. 1, hal 48-54.