

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Hubungan antara indeks masa tubuh, tingkat stres dan aktivitas fisik dengansiklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir program studi kesehatan masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA tahun 2023

Maharani

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=78242&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal dimulainya menstruasi sebelumnya dan dimulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi normalnya terjadi setiap 21-35 hari dengan menstruasi selama 3-7 hari. Gangguan menstruasi dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari yang dapat menimbulkan dampak kesehatan reproduksi. faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi diantaranya indeks masa tubuh, tingkat stres, dan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara indeks masa tubuh, tingkat stres dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir kesehatan masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan menggunakan kuesioner. Penelitian ini menggunakan 101 sampel yang diambil dengan teknik Simple Random Sampling (SRS). Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Chi-Square. Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi yang teratur, indeks masa tubuh normal, tingkat stres sedang dan aktivitas fisik yang sedang. Dari hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara indeks masa tubuh (p-value = 0,022), tingkat stres (p-value = 0,047), dan aktivitas fisik (p-value = 0,008) dengan siklus menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian ini mahasiswi diharapkan untuk dapat lebih memperhatikan pengolahan diri dan memperhatikan aktivitas fisik yang cukup.