

**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI
POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA**

Laporan Tugas Akhir



OLEH :

YANSI ANDRIANI

P0.62.24.2.19.237

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
TAHUN 2022**

**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI
POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA**

Laporan Tugas Akhir

Untuk memenuhi salah satu syarat tugas akhir dalam menyelesaikan
Pendidikan Diploma III Kebidanan Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Palangka Raya



OLEH :

YANSI ANDRIANI

P0.62.24.2.19.237

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
TAHUN 2022**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yansi Andriani

NIM : PO.62.24.2.19.237

Program Studi : DIII Kebidanan

Institusi : Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Laporan Tugas Akhir yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri yang berjudul

“Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya“

Apabila dekemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Laporan Tugas Akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Palangka Raya, Rabu 08 Juni 2022

Pembuat Pernyataan,

Materai 10.000

Yansi Andriani

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Oleh :

Nama : Yansi Andriani

NIM : PO.62.24.2.19.237

“FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA”

Proposal Laporan Tugas Akhir / Karya Tulis Ilmiah ini telah memenuhi persyaratan dan disetujui untuk diuji:

Hari/Tanggal : Rabu, 8 Juni 2022

Waktu : 10.30 – 12.00 WIB

Tempat : Ruangan 1

Palangka Raya, Rabu 08 juni 2022

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

ELINE CHARLA SABATINA BINGAN, SST., M.Kes
NIP.198606212009122002

NOORDIATI, SST., MPH.
NIP.198006082001122002

LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Tugas Akhir oleh Yansi Andriani dengan judul :

“FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA”

telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal Jum'at 10 Juni 2022

Dewan Penguji

Ketua Penguji

Anggota Penguji 1

Anggota Penguji 2

Seri Wahyuni, SST, M.Kes
NIP.198010192002122002

Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes
NIP. 197912252002122002

Noordiati, SST., MPH
NIP.198006082001122002

Mengetahui

Ketua Jurusan Kebidanan

Ketua Prodi DIII Kebidanan

Noordiati, SST., MPH
NIP.198006082001122002

Seri Wahyuni, SST, M.Kes
NIP.198010192002122002

RIWAYAT HIDUP



Nama : Yansi Andriani
Tempat, Tanggal Lahir : Tumbang Puroh, 11 April 2001
Agama : Kristen
Alamat : JL. Menteng XIII
Email : yansiandriani1104@gmail.com
Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 1 Tumbang Puroh
2. SMP Negeri 8 Palangka Raya
3. SMA Negeri 4 Palangka Raya
4. Politeknik Kesehatan Palangka Raya Jurusan
DIII Kebidanan

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya telah melimpahkan berkat dan karunia-nya, sehingga penyusunan proposal laporan tugas akhir yang berjudul “Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya” ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari dalam penyusunan proposal ini banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak serta proposal ini berwujud tidak hanya dari usaha atau kerja keras penulis sendiri tetapi mendapat bimbingan, bantuan, arahan dan dorongan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang turut membantu dalam menyelesaikan proposal ini yaitu kepada:

1. Bapak Mars Khendra Kusfriyadi, ST., MPH sebagai direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar serta meningkatkan ilmu pengetahuan dan keahlian.
2. Ibu Noordiati, SST., MPH. selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Palangka Raya sekaligus selaku pembimbing II yang juga telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini.
3. Ibu Eline Charla S, Bingan, SST., M.Kes. selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terwujud.

4. Ibu Seri Wahyuni, SST., M.Kes. selaku Ketua Prodi D-III Kebidanan Politeknik Kesehatan Palangka Raya sekaligus selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan, saran, dan koreksi pada penulis.
5. Seluruh dosen, staf tata usaha dan pegawai perpustakaan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya telah memberikan dukungan, arahan, bantuan demi kelancaran penyusunan laporan tugas akhir ini.
6. Untuk orang tua saya, yang telah memberikan semangat, doa, dan dukungan yang tidak henti-hentinya untuk saya.
7. Seluruh teman dan sahabat saya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyusunan proposal ini.

Penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir ini jauh dari kata sempurna mengingat keterbatasan ilmu dan pengetahuan, pengalaman serta waktu sehingga penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak untuk menyempurnakan laporan tugas akhir ini.

Palangkaraya, Rabu 08 juni 2022

Penulis
Yansi Andriani

ABSTRAK

Latar Belakang : Menstruasi adalah pengeluaran darah, mukus, dan debris dari mukosa uterus disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium secara periodik dan siklik, yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi.. Gangguan siklus menstruasi terdiri dari 2 macam, yaitu polimenorea dan oligomenorea. Polimenorea adalah siklus menstruasi dengan jumlah rentang hari kurang dari 21 hari dan atau volume darah sama atau lebih banyak dari volume darahan menstruasi biasanya. Oligomenorea adalah siklus menstruasi dengan durasi lebih dari 35 hari.

Rumusan Masalah : Bagaimana Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya tahun 2022

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif. Penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang di lakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (Independent) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain

Hasil Penelitian : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Lama menstruasi pada remaja tentang Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya adalah Kategori 28 hari sebanyak 21 responden (44.8%), Kategori >35 hari sebanyak 10 responden (23.2 %), Kategori <28 hari sebanyak 12 responden (27.9 %), Usia pada remaja Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja dengan mayoritas usia 20 tahun sebanyak 21 responden (48.8 %), dengan mayoritas memiliki faktor siklus menstruasi 28 hari sebanyak 9 responden (20.9 %).stress pada remaja yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja dengan mayoritas adalah remaja dengan lama menstruasi 28 hari sebanyak 21 responden (48.8 %), dengan mayoritas memiliki faktor stres yang mempengaruhi siklus menstruasi sebanyak 8 responden (18.6 %).

Kata kunci : Siklus menstruasi, remaja

ABSTRACT

Background: Menstruation is the discharge of blood, mucus, and cell debris from the uterine mucosa accompanied by periodic and cyclical (desquamation) of the endometrium, which begins about 14 days after ovulation. Menstrual cycle disorders consist of 2 types, namely polymenorrhea and oligomenorrhea. Polymenorrhea is a menstrual cycle with a span of less than 21 days and or blood volume equal to or more than the usual menstrual blood volume. Oligomenorrhea is a menstrual cycle with a duration of more than 35 days.

Problem Formulation: How are the Factors Affecting the Menstrual Cycle in Adolescents at Poltekkes Kemenkes Palangka Raya in 2022

Research Methods: This research is a descriptive research. Descriptive research, namely, research conducted to determine independent value variables, either one or more variables (Independent) without making comparisons, or connecting with other variables

Research Results: The results of this study indicate that the length of menstruation in adolescents about the Factors Affecting the Menstrual Cycle in Adolescents at the Poltekkes Kemenkes Palangka Raya is in the 28 day category with 21 respondents (44.8%), Category > 35 days with 10 respondents (23.2%), Category <28 days as many as 12 respondents (27.9%), Age in adolescents Affecting Menstrual Cycle in Adolescents aged 20 years as many as 21 respondents (48.8%), with factors that have menstrual cycles as many as 9 respondents (20.9%). Stress in adolescents that affects the menstrual cycle in adolescents with the number of adolescents who menstruate 28 days 21 respondents (48.8%), with the majority having stress factors that affect the cycle as many as 8 respondents (18.6%).

Keywords: Menstrual cycle, adolescent

DAFTAR ISI

JUDUL	
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
RIWAYAT HIDUP	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penulisan	3
1.4 Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Telaah Pustaka.....	6
2.2 Kerangka Teori.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Jenis / Metode Penelitian.....	22
3.2 Lokasi dan Waktu	22
3.3. Populasi dan Sampel.....	23
3.4. Variabel dan Definisi Operasional	25
3.5. Instrumen Penelitian	26
3.6. Teknik Pengumpulan Data	26
3.7. Analisis Data.....	27
3.8. Etika Penelitian.....	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	30

4.2 Hasil Penelitian.....	30
4.3 Pembahasan	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	39
5.1 Kesimpulan.....	39
5.2 Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Tabel Definisi Operasional Variabel.....	26
Tabel 4.1 Distribusi Lama mentruasi pada remaja tentang Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi.....	31
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	32
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Faktor – Faktor Responden Berdasarkan Usia.....	33
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Faktor – Faktor Responden Berdasarkan Stress.....	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Gambar kerangka Teori	20
Gambar 2.2 Gambar Kerangka Konsep	21

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Surat Permohonan Sebagai Responden	46
Informed Consent	47
Kuesioner	49
Surat Izin dari PTSP	52
Surat Etika Penelitian	53
Hasil Penelitian Excel dan SPSS.....	55
Dokumentasi.....	56

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja atau masa adolescence adalah menurut Mappiare (1982) berlangsung pada usia 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita, dan 13 tahun sampai dengan 23 tahun bagi pria. Rentan usia remaja dapat dibagi menjadi dua yaitu remaja awal 12/13 sampai dengan 17/18 tahun dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir (Anjarsari & Sari, 2020)

Menstruasi adalah pengeluaran darah, mukus, dan debris dari mukosa uterus disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium secara periodik dan siklik, yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21- 35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus permenstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari (Setiawati, 2015)

Siklus menstruasi adalah tanda proses kematangan organ reproduksi yang dipengaruhi oleh hormon tubuh. Peranan siklus menstruasi berhubungan dengan tingkat kesuburan perempuan. Siklus ini secara teratur

berlangsung jika seorang remaja telah menginjak usia 17 – 18 tahun (Patil et al, 2013) namun dapat juga terjadi setelah 3 – 5 tahun dari usia menarche (Rigon et al.2012). Pola menstruasi normal berlangsung setiap 21 – 35 hari sekali, adapun lama hari menstruasi dapat berlangsung selama 3 – 7 hari.

Gangguan siklus menstruasi terdiri dari 2 macam, yaitu polimenorea dan oligomenorea. Polimenorea adalah siklus menstruasi dengan jumlah rentang hari kurang dari 21 hari dan atau volume darah sama atau lebih banyak dari volume darahan menstruasi biasanya. Gangguan ini mengindikasikan gangguan pada proses ovulasi, yaitu fase luteal yang pendek. Polimenorea menyebabkan unovulasi pada wanita karena sel telur tidak dapat matang sehingga pembuahan sulit terjadi. Oligomenorea adalah siklus menstruasi dengan durasi lebih dari 35 hari. Volume perdarahan umumnya lebih sedikit dari volume perdarahan menstruasi biasanya. Gangguan jenis ini berakibat ketidaksuburan dalam jangka panjang karena sel telur jarang diproduksi sehingga tidak terjadi pembuahan. Oligomenorea tidak berbahaya pada wanita, namun dapat berpotensi sulit hamil karena tidak terjadi ovulasi(Ranny Patria Yolandiani , Lili Fajria, 2020)

Di Indonesia berdasarkan data Riskesdas tahun 2010 memperlihatkan persentase kejadian ketidakteraturan siklus menstruasi pada usia 10-29 tahun sebesar 15,2% (Riskesdas, 2010). Sedangkan data Riskesdas 2013 memperlihatkan persentase kejadian ketidakteraturan siklus menstruasi pada usia 10 - 29 tahun sebesar 16,4% Dari data ketidakteraturan siklus menstruasi

dari tahun 2010 ke tahun 2013 terjadi kenaikan sebesar 1,2% dalam tiga tahun(Riskesdas, 2018)

Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya dipilih sebagai tempat pelaksanaan penelitian karena memenuhi kriteria populasi dan sampel yang diteliti dari hasil studi pendahuluan banyak mahasiswa yang mengalami gangguan siklus menstruasi.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengangkat masalah di atas sebagai bahan penelitian untuk Karya Tulis Ilmiah dengan Judul "Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Siklus Mentruasi Pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang masalah yang telah di uraikan sebelumnya maka di rumuskan masalah "Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Mentruasi Pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya"

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor – faktor yang mempengaruhi siklus mentruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya .

1.3.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui faktor – faktor yang mempengaruhi siklus mentruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya berdasarkan.

- a. Usia
- b. Stress
- c. Siklus menstruasi

1.3.3 Manfaat Penulisan

a. Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman dalam melakukan penelitian, menerapkan ilmu yang di dapat selama di perkuliahan, menambah pengetahuan dan wawasan khususnya tentang “Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya “

b. Bagi Responden

Penelitian ini di harapkan dapat di jadikan referensi baru untuk menambah pengetahuan khususnya bagi remaja tentang faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi nya.

c. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi terbaru dan referensi dalam penyusunan KTI pada masa yang akan datang khususnya bagi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Palangkaraya , selain itu sebagai landasan bagi mahasiswa agara dapat berpikir kritis dalam melakukan penelitian

d. Bagi Institusi

Penelitian ini sebagai bahan referensi tambahan guna meningkatkan pengetahuan mahasiswa kebidanan tentang Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi Pada Remaja. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi motivasi atau pendorong khususnya remaja sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang siklus menstruasi.

e. Bagi Ilmu Pengetahuan

Sebagai bahan masukan untuk pengembangan ilmu kebidanan dan bahan pertimbangan untuk di waktu yang akan datang jika akan di lakukan penelitian dengan metode yang sama dan sebagai tambahan informasi dalam ilmu kebidanan.

1.4 Keaslian Penelitian

Penulis menjamin proposal Laporan Tugas Akhir ini mengenai “Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi Pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya “ Merupakan penulis laporan yang diidentifikasi langsung oleh penulis di Puskesmas Pahandut, tempat , waktu yang terdapat pada studi kasus ini tidak rekayasa . Adapun sumber yang di gunakan akan di cantumkan pada daftar pustaka

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Telaah Pustaka

2.1.1 Pengetahuan

2.1.1.1 Pengertian pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2005:50) dalam penelitian (Nur Fatlulloh, 2019), pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata).

2.1.1.2 Tingkat pengetahuan

Menurut Mubarak (2007:29) dalam penelitian (Sulisdiana, 2011), pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu:

- (1) Tahu (know), diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, mengingat kembali termasuk (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan atau rangsangan yang telah diterima.

- (2) Memahami (comprehension), diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara luas.
- (3) Aplikasi (application), diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi nyata.
- (4) Analisis (analysis), adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- (5) Sintesis (synthesis), menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.
- (6) Evaluasi (evaluation), ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek.

2.1.2 Pengetian Remaja

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat

khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung resiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang. Apabila keputusan yang diambil dalam menghadapi konflik tidak tepat, mereka akan jatuh ke dalam perilaku beresiko dan mungkin harus menggunakan akibat jangka pendek dan jangka panjang dalam berbagai masalah kesehatan fisik dan psikososial. Sifat dan perilaku beresiko pada remaja tersebut memerlukan ketersediaan pelayanan kesehatan peduli remaja yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan remaja termasuk pelayanan untuk kesehatan reproduksi (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

2.1.3 Karakteristik Remaja Wanita

Karakteristik atau perkembangan pada remaja sebagai berikut:

1. Kemampuan berpikir

Pada tahap awal remaja mencari-cari nilai dan energi baru serta membandingkan normalitas dengan teman sebaya yang jenis kelaminnya sama. Sedangkan pada remaja tahap akhir, mereka telah mampu memandang masalah secara komprehensif dengan identitas intelektual sudah terbentuk.

2. Perubahan Fisik

Pada masa pubertas terjadi perubahan fisik sehingga pada akhirnya seorang anak akan mempunyai kemampuan bereproduksi. Ada lima

perubahan khusus yang terjadi pada pubertas, yaitu penambahan tinggi badan yang cepat (pacu tumbuh), perkembangan seks sekunder, perkembangan organ-organ reproduksi, perubahan komposisi tubuh, dan perubahan sistem sirkulasi dan sistem respirasi yang berhubungan dengan kekuatan dan stamina tubuh.

a. Tinggi Badan

Tinggi badan pada ada perempuan kurang lebih 9 cm pertahunnya, penambahan tinggi badan terjadi 2 tahun lebih awal pada anak perempuan dibandingkan anak laki-laki. Puncak pertumbuhan pada anak perempuan terjadi pada usia 12 tahun dan pada anak perempuan pertumbuhan tinggi akan berakhir pada usia 16 tahun.

b. Berat Badan

Pertambahan berat badan khususnya terjadi diakibatkan perubahan komposisi tubuh, pada anak perempuan penambahan berat badan terjadi karena meningkatnya massa lemak.

c. Perkembangan Seks Sekunder

Seks sekunder berkembang dikarenakan oleh perubahan sistem hormonan tubuh yang terjadi selama proses pubertas, pertumbuhan hormonal akan menyebabkan terjadinya pertumbuhan rambut pubis dan haid pertama (Menarche). Pada anak perempuan pubertas awal ditandai dengan munculnya tunas payudara (Breast Budding) saat usia kira-kira

10 tahun, setelah itu secara bertahap payudara berkembang menjadi payudara dewasa pada usia 13-14 tahun. Manarche berlangsung dua tahun setelah awitan pubertas, haid pertama terjadi pada fase akhir perkembangan pubertas atau sekitar usia 12,5 tahun.

2.1.4 Perkembangan Emosi Remaja

Menurut M. Ali & M. Asrori (dalam Fadhillah 2016) secara garis besar masa remaja dibagi menjadi empat periode yaitu:

a. Periode Pra Remaja

Pada periode ini sudah mulai nampak perubahan secara fisik namun belum signifikan. Perubahan ini disertai dengan perubahan emosi yang cepat, misalnya cepat merasa senang, cepat merasa sedih bahkan meledak-ledak.

b. Periode Remaja Awal

Remaja mulai mengalami perubahan fisik yang menonjol. Sehingga membuat remaja di periode ini harus menyesuaikan diri dengan perubahan fisik. Pada periode ini sering muncul kecemasan dari diri remaja atas respon berbagai masalah.

c. Periode Remaja Tengah

Pada periode ini remaja ingin membentuk nilai-nilai sendiri yang dia anggap benar dan tepat untuk dirinya dan kelompoknya.

d. Periode Remaja Akhir

Pada periode ini remaja mulai memandang dirinya sebagai orang dewasa yang mampu menunjukkan pemikiran, sikap, dan perilaku yang semakin dewasa.

2.1.5 Menstruasi

2.1.5.1 Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan atau deskuamasi dari endometrium. (Prawirodihardjo, 2014). Menstruasi adalah siklus discharge fisiologik darah dan jaringan mukosa melalui vagina dari uterus yang tidak hamil, di bawah kendali hormonal dan berulang secara normal, biasanya interval sekitar empat minggu tanpa adanya kehamilan

Menstruasi merupakan perdarahan akibat dari luruhnya dinding sebelah dalam rahim (endometrium). Lapisan endometrium dipersiapkan untuk menerima implantasi embrio. Bila tidak terjadi implantasi embrio maka lapisan ini akan luruh. Perdarahan tersebut terjadi secara periodik, jarak waktu antar menstruasi dikenal dengan satu siklus menstruasi (Wahyuningsih, 2018)

2.1.5.2 Siklus Menstruasi

Dalam penelitian (Wahyuningsih, 2018) siklus menstruasi merupakan rangkaian peristiwa yang secara kompleks saling mempengaruhi dan terjadi secara simultan di endometrium, kelenjar hipotalamus dan hipofisis, serta

ovarium. Siklus menstruasi mempersiapkan uterus untuk kehamilan. Bila tidak terjadi kehamilan, terjadi menstruasi (Bobak, 2004). Panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikutnya (Prawirodihardjo, 2014). (Wahyuningsih, 2018)

Manusia merupakan salah satu spesies yang memiliki siklus reproduksi bulanan, atau setiap 28 hari. Siklus menstruasi terjadi sebagai akibat pertumbuhan dan pengelupasan lapisan endometrium uterus. Pada akhir fase menstruasi, endometrium menebal lagi atau fase proliferasi. Setelah ovulasi pertumbuhan endometrium berhenti, kelenjar atau glandula menjadi lebih aktif atau fase sekresi (Prawirodihardjo, 2014).

Terjadinya siklus menstruasi yang reguler merupakan penanda bahwa organ-organ reproduksi seorang wanita telah berfungsi dengan baik (Tombakan 2017). Proses menstruasi diawali dengan terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH. Pada saat tersebut, sel oosit primer akan membelah dan menghasilkan ovum yang haploid. Saat folikel berkembang menjadi folikel de graaf yang masak, folikel ini juga menghasilkan hormon esterogen yang merangsang keluarnya LH dari hipofisis. Esterogen yang keluar berfungsi merangsang perbaikan dinding uterus, yaitu endometrium, yang habis terkelupas saat menstruasi.

Selain itu, esterogen menghambat pembentukan FSH dan memerintahkan hipofisis menghasilkan LH yang berfungsi merangsang *folikel de graaf* yang

masak untuk mengadakan ovulasi yang terjadi pada hari ke-14 Waktu disekitar terjadinya ovulasi disebut fase estrus. LH merangsang folikel yang telah kosong untuk berubah menjadi badan kuning (*corpus luteum*). Badan kuning menghasilkan hormon progesteron yang berfungsi untuk mempertebal lapisan endometrium yang kaya dengan pembuluh darah untuk mempersiapkan datangnya embrio. Periode ini disebut fase luteal. Selain itu, progesteron juga berfungsi untuk menghambat pembentukan FSH dan LH, akibatnya korpus luteum mengecil dan menghilang. Pembentukan progesteron berhenti sehingga pemberian nutrisi kepada endometrium terhenti. Endometrium menjadi mengering dan selanjutnya akan terkelupas dan terjadilah perdarahan (menstruasi) pada hari ke-28.

Perubahan siklus menstruasi merupakan masalah yang cukup sering ditemukan dengan prevalensi 75% pada remaja akhir Perubahan siklus menstruasi merupakan indikator penting untuk menunjukkan adanya gangguan sistem reproduksi yang nantinya dapat dikaitkan dengan peningkatan resiko berbagai penyakit dalam sistem reproduksi, diantaranya kanker rahim, dan infertilitas. Dalam sebuah penelitian pada remaja yang sekitar 65% dari mereka yang mengalami perubahan siklus menstruasi menyebabkan terganggunya aktivitas sosial mereka di sekolah terutama untuk masalah ketidakhadiran (Karout, 2012). (Widiasari et al., 2020)

2.1.5.3 Fase siklus Menstruasi

Dalam penelitian (Wahyuningsih, 2018) siklus menstruasi diatur oleh lima jenis hormon, di antaranya adalah hormon estrogen, progesteron, FSH (folice stimulating hormone), GnRH (gonadotropin relasing hormon), dan LH (luteinizing hormone). Menurut Marianti (2017) berdasarkan perubahan kondisi rahim dan konsentrasi hormon, siklus menstruasi dibagi menjadi empat fase di antaranya adalah sebagai berikut.

a. Fase Menstruasi

Fase menstruasi merupakan fase pertama dari siklus menstruasi.

Fase ini ditandai dengan peluruhan dinding rahim yang berisi banyak pembuluh darah dan lendir dengan presentase 2/3 darah kotor dan 1/3 berupa lendir.

b. Fase Folikular

Fase folikular terjadi ketika hipotalamus di otak mengeluarkan hormon GnRH yang berfungsi untuk merangsang kelenjar hipofisis (pituitari) untuk mengeluarkan hormon FSH. Setelah itu, hormon FSH akan merangsang ovarium (indung telur) untuk membentuk folikel-folikel yang berisi sel telur yang belum matang. Folikel tersebut akan berkembang selama kurang lebih 16-20 hari. Folikel yang telah matang akan mengeluarkan hormon estrogen yang kemudian terjadilah penebalan pada dinding rahim.

c. Fase Ovulasi

Fase ovulasi terjadi ketika ovarium melepaskan sel telur yang telah matang. Sel telur akan keluar dari ovarium pada saat kadar LH dalam tubuh mencapai optimal. Sel telur yang telah keluar akan menuju rahim untuk yang siap dibuahi oleh sel sperma. Apabila tidak dibuahi, sel telur akan melebur dalam waktu 24 jam. Waktu ovulasi biasanya berkisaran 13- 15 hari setelah masa menstruasi.

d. Fase Luteal

Fase ini terjadi ketika folikel yang telah mengeluarkan sel telur matang berubah menjadi jaringan korpus luteum. Korpus luteum akan mengeluarkan hormon estrogen dan progesteron yang berfungsi untuk menjaga dinding rahim tetap dalam keadaan tebal. Sehingga, uterus tetap kuat untuk menampung sel telur jika dibuahi. Jika terjadi pembuahan, tubuh akan memproduksi hormon HCG (Hormon Chorionic Gonadotropin) yang bertugas untuk mencegah terjadinya peluruhan korpus luteum pada dinding rahim. Namun, apabila tidak terjadi pembuahan, korpus luteum akan meluruh. Akibatnya, kadar estrogen dan progesteron dalam tubuh mengalami penurunan. Penurunan kedua kadar tersebut akan menyebabkan dinding uterus mengalami peluruhan dan terjadilah menstruasi. Fase luteal biasanya terjadi dalam kurun waktu 11- 17 hari dengan rata-rata 14 hari lamanya.

Maka masa menstruasi normal berkisar dalam kurun waktu 3-7 hari. Akan tetapi, siklus menstruasi antara satu dengan lainnya berbeda. Siklus menstruasi dapat datang lebih cepat atau lebih lambat. Hal ini dipengaruhi oleh faktor umur, gaya hidup (lifestyle), hormon dan pola makan.

2.1.5.4 Gangguan pada Siklus Menstruasi

Dalam penelitian (Wahyuningsih, 2018) Kelainan haid biasanya terjadi karena ketidak seimbangan hormone – hormone yang mengatur haid, namun dapat juga disebabkan oleh kondisi medis lainnya. Berikut jenis kelainan haid:

a. Amenorrhea

Amenorrhea adalah kondisi dimana perempuan tidak mengalami menstruasi pada usia subur. *Amenorrhea* dibagi menjadi 2 yaitu, *Amenorrhea* primer dan *Amenorrhea* sekunder. *Amenorrhea* primer apabila seorang yang telah berusia 14 tahun dan belum mengalami menstruasi dan tidak mengalami pertumbuhan karakteristik seksual sekunder lain seperti perkembangan payudara dan pertumbuhan rambut pubis. Atau berusia 16 tahun namun tidak mengalami menstruasi meskipun karakteristik seksual sekunder sudah berkembang (Afiyanti,2016).

b. *Oligomenorrhea*

Oligomenorrhea disebut juga sebagai haid jarang atau siklus panjang. *Oligomenorrhea* terjadi bila siklus lebih dari 35 hari. (Dewi, 2012).

c. *Polimenorrhea*

Polimenorrhea adalah kelainan haid dimana siklus kurang dari 21 hari dan siklus pendek dari 25 hari.

2.1.6 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi

Faktor Predisposisi (predisposting faktor)

Faktor predisposisi adalah factor faktor yang dapat mempermudah atau mempredisposisi perilaku pada diri seseorang atau masyarakat yang terwujud dalam usia, Lama menstruasi, stress.

a. Umur

Menurut Hurlock (2002) yang menyatakan bahwa semakin tinggi umur seseorang semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya. Hal ini juga dijelaskan oleh Notoadmodjo (2003) bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh tingkat umur, semakin cukup umur maka akan semakin matang cara berfikir dan bekerja seseorang. Pemikiran yang matang akan mengajarkan seseorang untuk melakukan proses berfikir dan berperilaku dalam kehidupan seseorang. Singgih (1998), mengemukakan bahwa makin tua usia seseorang maka prosesproses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu,

bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Selain itu juga mengemukakan bahwa memang daya ingat seseorang itu salah satunya dipengaruhi oleh umur. Maka dari beberapa pengertian menurut para ahli diatas disimpulkan bahwa usia dapat mempengaruhi cara berpikir seseorang.

Berikut kategori usia menurut Depkes RI (2018):

1. Remaja awal 13 – 18 Tahun
 2. Remaja akhir 18 – 21 Tahun
- b. Lama Menstruasi

Lama menstruasi atau jarak dari hari pertama menstruasi sampai perdarahan menstruasi berhenti berlangsung 3-7 hari, dengan jumlah darah selama menstruasi berlangsung tidak melebihi 80 ml.

- c. Stres

Secara teori, tingkat stress memiliki hubungan dengan terganggunya siklus menstruasi, stresor yang membuat satu tuntutan baru bagi suatu pekerjaan, meningkatkan panjang siklus menstruasi, jadi penunda periode setiap bulannya. Stres pada seseorang akan memicu pelepasan hormon kortisol dalam tubuh seseorang, dimana hormon ini akan bekerja mengatur seluruh system didalam tubuh, seperti jantung, paru – paru, peredaran darah, metabolisme tubuh dan system kekebalan tubuh dalam menghadapi stress yang ada.

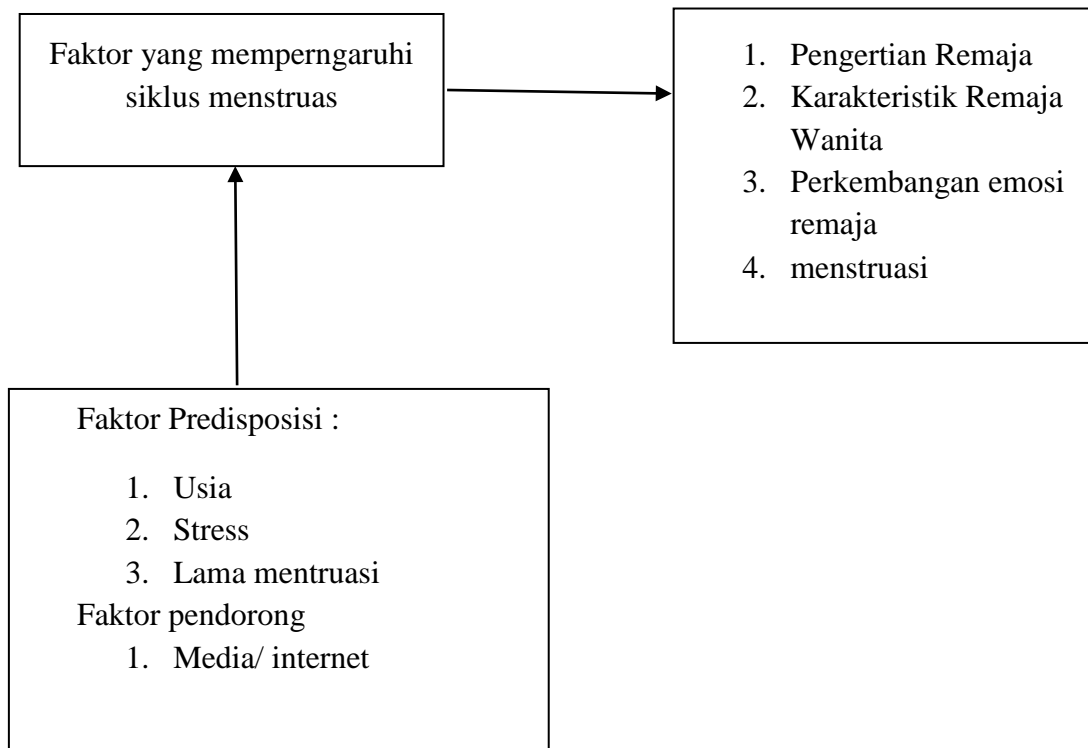
Berikut tingkatan stres:

1. Stres
2. Tidak Stres

Faktor pendorong (reinforcing factor) Faktor pendorong merupakan faktor penguat yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain, yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat. Undang-undang, peraturan-peraturan baik dari pusat maupun pemerintah daerah yang terkait dengan kesehatan untuk berperilaku sehat juga pengaruh media elektronik dan media massa. faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja adalah adanya sumber informasi melalui media massa baik itu majalah, internet, televisi, radio, maupun lainnya.

2.2 Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan rangkaian teori yang mendasari topik penelitian. Rumusan teori yang paling mudah diikuti keadaan input proses dan output.

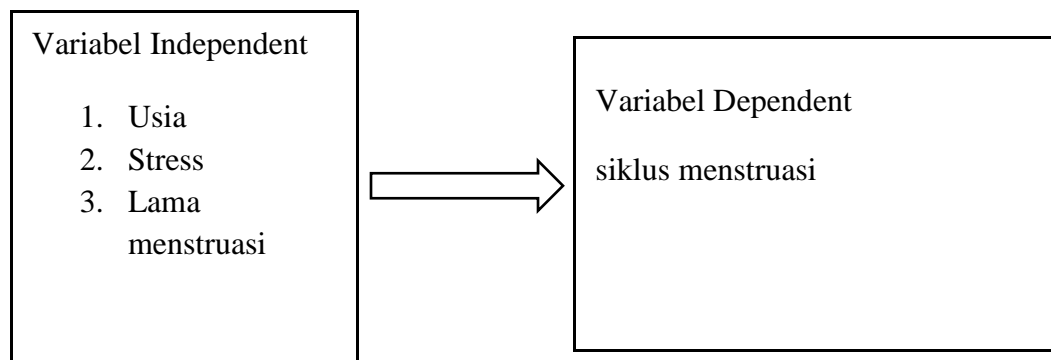


Gambar 1.1 Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi teori (Notoatmodjo,2018, Lawrence Green, 1980)

2.3 Kerangka Konsep

Kerangka teori adalah rangkuman seluruh variabel penelitian (variabel yang diukur maupun yang tidak diukur oleh peneliti) yang terdapat pada tinjauan pustaka sedangkan kerangka konsep adalah khusus rangkuman pada variabel yang akan diukur oleh peneliti.



Gambar 1.2 Kerangka Konsep

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis / Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif. Penelitian deskriptif yaitu penelitian yang di lakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri , baik satu variabel atau lebih (Independent) tanpa membuat perbandingan , atau menghubungkan dengan variabel yang lain Sugiyono (2017:13). Sedangkan menurut Ali Maksu, penelitian deskriptif adalah penelitian yang di lakukan untuk menggambarkan gejala, Fenomena atau peristiwa tertentu. Pengumpulan data di lakukan untuk mendaptkan informasi terkait dengan fenomena kondisi, atau variabel tertentu dan tidak di maksudkan pengujian hipotesis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja di poltekkes kemenkes palangka raya.

3.2 Lokasi dan Waktu

3.2.1 Tempat

Lokasi penelitian di wilayah poletekkes kemenkes Kota Palangkaraya tahun 2022 Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangkaraya.

3.2.2. Waktu

Waktu penelitian di laksanakan pada bulan mulai juni 2022 tentang Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangkaraya.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di wilayah Poltekkes Kemenkes Palangkaraya data dari Januari - Februari, yaitu 64 orang remaja (Populasi)

3.3.2. Sampel

Sample adalah sebagai unsur populasi yang dijadikan objek atau bahan subjek penelitian. Sample penelitian adalah sebagai populasi yang diambil dari keseluruhan atau sebagian objek yang yang diteliti dan dianggap mewakili populasi. Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah 43 remaja Poltekkes Kemenkes Palangkaraya.

Tahun 2022

Rumus untuk menentukan sample adalah:

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2} = \frac{64}{1 + (0,1)^2} = \frac{64}{1 + 64(0,1)^2} = \frac{64}{1,64} = 39 + 10\% = 43$$

Keterangan:

n = Ukuran sample/Jumlah Respoden

N = Ukuran Populasi

d = tingkat kepercayaan/ketepatan yang diinginkan(0,1)

Maka untuk mengetahui sample penelitian, dapat diperhitungkan sebagai berikut :

kriteria yang di gunakan dalam sampel penelitian ini dibagi menjadi kriteria inklusi dan eksklusi, yaitu sebagai berikut:

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum yang subyek penelitian pada populasi target yang memenuhi syarat sebagai sampel, syarat kriteria inklusi adalah :

- a) Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Palangka Raya
- b) Remaja yang bersedia menjadi respnden dalam penelitian.

2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria subyek penelitian yang tidak boleh ada dan jika subyek mempunyai kriteria eksklusi maka harus dikeluarkan dari sampel penelitian, yaitu :

- a. Remaja yang tidak bersedia menjadi responden
- b. Remaja yang bukan mahasiswa Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

3.4. Variabel dan Definisi Operasional

Variabel adalah sesuatu yang di gunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang di miliki atau di dapatkan oleh satuan penelitian tentang sesuatu konsep pengertian tertentu. Variabel yang di teliti dalam penelitian ini adalah remaja tentang Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangkaraya. Definisi operasional merupakan penjelasan semua variabel dan istilah yang di gunakan dalam penelitian secara operasional sehingga akhirnya mempermudah pembaca dalam mengartikan makna penelitian

(Notoatmodjo, 2012).

Gambar 3.1 Definisi Operasional Variabel

No	Variabel	Batasan Istilah	Cara ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Umur	Umur responden saat diambil data yang dilihat dari identitas responden saat pengambilan data	Wawancara	Kuisisioner	Umur dalam tahun	Ordinal
2	Stress	Ketegangan dan kecemasan remaja saat pengambilan data	Wawancara	Kuisisioner	1. stres 2. tidak stres	Ordinal
3.	Siklus menstruasi	Siklus haid respondent saat diambil data	Wawancara	Kuisisioner	1. < 28 hari 2. 28 hari 3. > 35 hari	Ordinal

3.5. Instrumen Penelitian

1. Alat ukur / Instrumen

Instrumen penelitian adalah alat alat yang di gunakan untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian berupa kuisisioner, Formulir observasi , dan formulir formulir lain yang berkaitan dengan pencacatan data dan sebagainya (Notoatmodjo, 2012).

3.6. Teknik Pengumpulan Data

Jenis data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang langsung di peroleh dari objek penelitian yang di lakukan dengan

cara membagikan kuisisioner kepada responden di Poltekkes Kemenkes tahun 2022. Prosedur yang dilakukan penelitian melalui beberapa tahapan yaitu:

- 1.) Mengurus izin dan melaporkan rencana penelitian kepada instansi
- 2.) Mempersiapkan alat untuk penelitian yang terdiri dari Kuisisioner dan alat tulis
- 3.) Meminta kesediaan responden untuk mengikuti penelitian
- 4.) Memberikan kuisisioner kepada responden untuk diisi agar dapat mengetahui faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja Poltekkes Kemenkes Palangkaraya dan teman sejawat untuk membantu menyebarkan kuisisioner .

3.7. Analisis Data

3.7.1. Pengolahan Data

a. Pemeriksaan data (*Editing data*)

Dimaksudkan untuk meneliti setiap pertanyaan yang telah terisi yaitu tentang kelengkapan pengisian serta kesalahan pengisian. Jika jawaban ada yang kosong, petugas pengumpulan data bertanggung jawab untuk melengkapi dengan melakukan kunjungan ulang ke rumah responden

b. Pemberian kode (*Coding*)

Untuk mempermudah dalam pengolahan data kegiatan yang dilakukan adalah memberikan kode dengan angka yang telah ditetapkan

c. Pemasukan data (*Entry data*)

Setelah *Editing* dan *Coding* data selesai dan jawaban di lembar jawaban sudah rapi dan memadai untuk mendapatkan data yang baik selanjutnya di lakukan *Entry data* dengan menggunakan computer.

d. Pembersihan data (*Cleaning data*)

Merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di *Entry* apakah ada kesalahan atau tidak. Cara yang bisa di lakukan adalah dengan melihat distribusi frekuensi dari variabel variabel yang di teliti

3.7.2. Analisis Data

Analisa data dengan menggunakan analisis univariat yaitu analisis yang dilakukan tiap variabel dari hasil penelitian dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dari persentase tiap variabel (Notoatmodjo, 2010). Analisa univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil pengukuran sedemikian rupa sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna (Sujarweni, 2014).

Analisis data menggunakan formulasi, distribusi dan Frekuensi

$$\text{Rumus: } P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

P = Presentase yang di cari

F = Frekuensi atau variabel yang teliti

N = Jumlah sampel (populasi)

3.8. Etika Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, ada beberapa hal yang harus di persiapkan, yaitu:

1. Mengurus surat permohonan izin dari Poltekkes Kemenkes Palangkaraya
2. Membuat surat persetujuan dari Kesehatan Kota Palangkaraya
3. Menyerahkan surat izin penelitian yang di dapatkan dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Satu Pintu Terpadu ke Poltekkes Kemenkes Palangka Raya
4. *Informend consent*
5. *Annonimity* (kerahasiaan nama responden) responden tidak di haruskan untuk mencantumkan nama pada lembar kuisisioner atau nama di cantumkan dalam inisial, kemudian lembar tersebut hanya di beri nomor kode tertentu
6. *Confidentiality* (kerahasiaan) yaitu memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik infomasi maupun masalah lainnya

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian Ini dilakukan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya, Berlokasi di jalan George Obos No. 30, 32, Kecamatan Jekean Raya Kota Palangka Raya. Poltekkes Palangka Raya jurusan Gizi, Keperawatan dan Kebidanan. Terdapat 5 ruangan laboratorium gizi, 2 ruangan laboratorium kebidanan dan 3 ruangan laboratorium untuk keperawatan. Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya dipilih sebagai tempat pelaksanaan penelitian karena memenuhi kriteria populasi dan sampel yang diteliti dari hasil studi pendahuluan banyak mahasiswa yang mengalami gangguan siklus menstruasi.

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1. Distribusi Lama mentruasi pada remaja tentang Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi.

Tabel 4.1 Distribusi lama mentruasi pada remaja tentang faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi.

Variabel Lama Menstruasi	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Presentase(%)
<28 hari	12	27.9 %
28 hari	21	48.8 %
>35 hari	10	23.2 %
Total	43	100.0%

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan Tabel 4.1 diketahui siklus menstruasi pada remaja tentang Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya adalah Kategori <28 hari sebanyak 12 responden (27.9 %), Kategori 28 hari sebanyak 21 responden (44.8%), Kategori >35 hari sebanyak 10 responden 23.2 %

4.2.2. Distribusi Karakteristik Responden

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi karakteristik responden

Variabel	Faktor - Faktor							
	<28 Hari		28 Hari		>35 Hari		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Umur (tahun)								
18	0	0	2	4.6 %	1	2.3 %	3	6.9 %
19	2	4.6 %	8	18.6 %	1	2.3 %	11	25.5 %
20	8	18.6 %	9	20.9 %	4	9.3 %	21	48.8 %
21	2	4.2 %	2	4.2 %	4	9.3 %	8	18.6 %
Tingkat stress								
Stres	5	11.6 %	16	37.2 %	3	6.9 %	24	55.8 %
Tidak stres	7	16.2 %	5	11.6 %	7	16.2 %	19	44.1 %
Jumlah	12	27.9 %	21	48.8 %	10	23.2 %	43	100.0 %

Berdasarkan analisis tabel 4.2 didapatkan karakteristik umur dengan presentase tertinggi adalah usia remaja 20 tahun sebanyak 21 responden (48.8 %), Karakteristik pada tingkat stress dengan presentase tertinggi adalah stress sebanyak 24 responden (55.8 %).

4.2.3 Distribusi frekuensi faktor – faktor responden berdasarkan umur

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi faktor – faktor responden berdasarkan umur

Variabel	Faktor – faktor						Jumlah	
	< 28 hari		28 hari		>35 hari			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Usia								
18	0	0	2	4.6 %	1	2.3 %	3	6.9 %
19	2	4.6 %	8	18.6 %	1	2.3 %	11	25.5 %
20	8	18.6 %	9	20.9 %	4	9.3 %	21	48.8 %
21	2	4.2 %	2	4.2 %	4	9.3 %	8	18.6 %
Jumlah	12	27.9 %	21	48.8 %	10	23.2 %	43	100.0 %

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan Tabel 4.3 memberikan faktor – faktor berdasarkan umur responden dalam penelitian ini sebanyak 43 responden, dengan mayoritas adalah remaja dengan usia 20 tahun sebanyak 21 responden (48.8 %), dengan mayoritas memiliki faktor siklus menstruasi 28 hari sebanyak 9 responden (20.9 %).

4.2.4 Distribusi frekuensi faktor – faktor responden berdasarkan stress

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Faktor – Faktor Responden Berdasarkan stress

Variabel Tingkat stres	Faktor - faktor							
	< 28 hari		hari		>35 hari		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Stres	5	11.6 %	16	37.2 %	3	6.9 %	24	55.8 %
Tidak stres	7	16.2 %	5	11.6 %	7	16.2 %	19	44.1 %
Jumlah	12	27.9 %	21	48.8 %	10	23.2 %	43	100.0 %

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan Tabel 4.4 memberikan faktor – faktor berdasarkan siklus menstruasi responden dalam penelitian ini sebanyak 43 responden, dengan mayoritas adalah remaja dengan lama menstruasi 28 hari sebanyak 21 responden (48.8 %), dengan mayoritas memiliki faktor stres yang mempengaruhi siklus menstruasi sebanyak 8 responden (18.6 %).

4.3 Pembahasan

4.3.1 Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja berdasarkan Usia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangkaraya adalah dengan mayoritas kategori 20 tahun sebanyak 21 responden (48.8%), Kategori remaja usia 18 Tahun sebanyak 3 responden

(7.0%), Kategori remaja usia 19 Tahun sebanyak 11 responden (25.6%), Kategori remaja usia 21 Tahun sebanyak 8 responden (18.6 %).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Anggraeni Felisitas Louk, Su Djie To Rante, Conrad Liab H. Folamauk (2020) yang berjudul hubungan aktifitas fisik dengan durasi siklus menstruasi pada mahasiswi Pre-klinik fakultas kedokteran universitas Nusa Cendana Tahun 2020 yang menyatakan bahwa distribusi gangguan durasi siklus menstruasi yang dialami responden pada usia 20 tahun dimana responden dengan umur dibawah 22 tahun akan sering mengalami gangguan menstruasi.

Hal ini disebabkan oleh siklus anovulasi yang sering terjadi pada kelompok umur yaitu sekitar 9% - 70%. Pada masa remaja terjadi pematangan sistem endokrinologi yang dapat mempengaruhi interaksi hipotalamus dan ovarium. Waktu pematangan tersebut berbeda – beda setiap individu. Gangguan menstruasi akan lebih sering terjadi pada remaja wanita yang lebih muda dan kejadian tersebut akan berkurang seiring dengan bertambahnya usia. (Rante & Folamauk, 2021)

Dalam penelitian yang di lakukan oleh (Putri Anindita, Eryati Darwin, dan Afriwardi, 2016). Gangguan yang paling banyak dialami oleh responden adalah dysmenorrhea (63,3%). Pada penelitian Lee et al didapatkan bahwa 69,4% remaja berusia 12-19 tahun di Negeri Sembilan, Malaysia mengalami dysmenorrhea. Pada penelitian Rianda didapatkan kejadian dysmenorrhea yang lebih tinggi yaitu sebanyak 84,7% pada

mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara yang berusia 17-21 tahun. Pada beberapa penelitian tersebut sebagian besar mahasiswi mengalami dysmenorrhea. Dysmenorrhea primer yang muncul tanpa adanya gangguan atau kelainan reproduksi sering terjadi pada usia remaja dan kejadiannya semakin menurun seiring dengan meningkatnya usia seseorang. Dysmenorrhea pada penelitian ini terjadi pada responden dengan rentang usia 17-20 tahun dan rerata usia menarche adalah 13 tahun. Apabila dysmenorrhea muncul pada usia yang jauh lebih lama setelah usia menarche maka dicurigai nyeri tersebut merupakan dysmenorrhea sekunder yang terjadi karena kelainan atau penyakit pada sistem reproduksi (Anindita et al., 2016)

Hasil penelitian ini menunjukkan persentase yang mengalami gangguan menstruasi banyak terdapat pada usia remaja akhir 17-25 tahun (72.5%). Koefisien kontingensi (r) adalah 0,236 dengan nilai $p=0,015$, sehingga dapat disimpulkan umur berhubungan dengan gangguan menstruasi dengan korelasi lemah, karena nilai korelasinya positif maka, arah korelasinya positif, artinya semakin usia tua akan semakin mengalami gangguan menstruasi. Namun hal ini tidak sesuai dengan teori yang menyatakan gangguan menstruasi seperti nyeri menstruasi sering terjadi pada wanita usia muda, karena belum mencapai kematangan biologis (pertumbuhan endometrium masih belum sempurna), sosial maupun psikologis (cenderung emosinya masih labil).

Responden yang memiliki menstruasi normal atau tidak memiliki gangguan banyak terdapat pada usia dewasa awal (66.7%). Hal ini berkaitan erat dengan produktifitas sistem reproduksi wanita yang mana pada usia tersebut fungsi sistem reproduksi telah sempurna. (Fahmi et al., 2018)

Dari hasil penelitian yang di lakukan oleh (Puspita Rahayu Widiyasi, Herlin Fitriani,2020).Perubahan siklus menstruasi merupakan masalah yang cukup sering ditemukan dengan prevalensi 75% pada remaja akhir Perubahan siklus menstruasi merupakan indikator penting untuk menunjukkan adanya gangguan sistem reproduksi yang nantinya dapat dikaitkan dengan peningkatan resiko berbagai penyakit dalam sistem reproduksi, diantaranya kanker rahim, dan infertilitas. Dalam sebuah penelitian pada remaja yang sekitar 65% dari mereka yang mengalami perubahan siklus menstruasi menyebabkan terganggunya aktivitas sosial mereka di sekolah terutama untuk masalah ketidakhadiran (Karout, 2012). (Widiyasi et al., 2020).

4.3.2 Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja berdasarkan Stres

Penelitian ini menunjukan sebanyak 43 responden dengan mayoritas 24 responden (55.8 %) dengan mayoritas stress yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja.

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui mayoritas mahasiswi mengalami stres berat dan menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nathalia, 2019) bahwa tingkat stres berhubungan dengan siklus menstruasi seseorang.

Tingkat stres menimbulkan ketidakteraturan siklus. Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk beradaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (stresor) (Fransiska et al., 2017).

Hal ini terjadi karena stres bertindak sebagai stimulus sistem saraf ke sistem saraf pusat yaitu limbus, kemudian melalui saraf otonom menangani kelenjar hormonal (endokrin) untuk mengeluarkan sekresi neurohormonal hipofisis (cairan) melalui sistem prontal untuk mengeluarkan gonadotropin dalam bentuk FSH dan LH. Produksi kedua hormon ini dipengaruhi oleh Gonadotropin Releasing Hormone (GnRH) yang didistribusikan dari hipotalamus ke hipofisis (Hapsari, 2018).

Pada saat terjadi stres menyebabkan peningkatan kadar hormon corticotropinreleasing hormone (CRH) dan glucocorticoid dapat menghambat sekresi hormon gonadotropin-releasing hormone (GnRH) sehingga proses pada masa proliferasi dan sekresi mengalami pemendekan ataupun pemanjangan. Gangguan ini dapat mempengaruhi siklus Menstruasi (Setyowati, 2017).

Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (stresor). Stres merangsang HPA (hypothalamuspituitary-adrenal cortex) aksis, sehingga dihasilkan hormon kortisol menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal termasuk hormon reproduksi dan terjadi suatu keadaan siklus menstruasi yang tidak teratur (yudita,2017).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka kesimpulan yang dapat di susun adalah:

5.1.1 Faktor – faktor berdasarkan usia responden dalam penelitian ini sebanyak 43 responden, dengan mayoritas adalah remaja dengan usia 20 tahun sebanyak 21 responden (48.8 %), dengan mayoritas memiliki faktor stres yang mempengaruhi siklus menstruasi sebanyak 9 responden (20.9 %).

5.1.2 Tingkat stress remaja faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi di Poltekkes Kemenkes Palangkaraya adalah kategori stress sebanyak 24 responden (55.8%), kategori tidak stress 19 responden (44.1%).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Poltekkes Kemenkes Palangkaraya diharapkan dapat memberikan informasi tentang faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja melalui penyuluhan seperti menggunakan leaflet ataupun media elektronik agar mudah dipahami oleh remaja.

5.2.2 Bagi Mahasiswi diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi di Perpustakaan, khususnya mengenai faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja.

5.2.3 Bagi peneliti lainnya diharapkan ada penelitian lebih lanjut tentang faktor faktor lain dan variabel-variabel yang faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja seiring dengan bertambahnya pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, P., Darwin, E., & Afriwardi, A. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 522–527. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.570>
- Anjarsari, N., & Sari, E. P. (2020). Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.20473/pnj.v2i1.19135>
- Fahmi, U. L., Agushybana, F., & Winarni, S. (2018). Faktor-Faktor yang Hubungan Dengan Gangguan Menstruasi Pada Commuter (Penglaju). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 230–240.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja-Ed. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (Issue Remaja).
- Nur Fatlulloh, M. (2019). Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Ramah Lingkungan Penambang Pasir Di Sungai Krasak. *Indonesian Journal of Conservation*, 8(2), 103–113.
- Ranny Patria Yolandiani , Lili Fajria, Z. M. P. (2020). Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakaturan Siklus menstruasi pada remaja Literatur Review Ranny Patria Yolandiani 1 , Lili Fajria 2 , Zifriyanthi Minanda Putri 3. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 68(02), 1–10.
- Rante, A. F. L. S. D. T., & Folamauk, C. L. H. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Durasi Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Pre-Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Tahun 2020. *Cendana Medical Journal*, 22(2), 256–264.
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Kalimantan Tengah Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Setiawati, S. E. (2015). Pengaruh Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja. *Journal Majority*, 4(1), 94–98.
- Sulisdiana. (2011). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan ibu tentang regurgitasi pada bayi usia 0-6 bulan di BPS Muji Winarnik Mojokerto. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 3(1), 15–33.
- Wahyuningsih, E. (2018). Tingkat Stres Remaja Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal Siklus Menstruasi*, 66(1), 37–39. [http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/1386/2/143210118 ENI WAHYUNINGSIH Skripsi.pdf](http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/1386/2/143210118_ENI_WAHYUNINGSIH_Skripsi.pdf) %0A%0A
- WAHYUNINGSIH, E. (2018). *TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS MENSTRUASI*.

- Widiasari, P. R., Rokhanawati, D., SiT, S., Kurniawati, H. F., & ... (2020). *Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/5264/>
- Anindita, P., Darwin, E., & Afriwardi, A. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 522–527. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.570>
- Anjarsari, N., & Sari, E. P. (2020). Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.20473/pnj.v2i1.19135>
- Fahmi, U. L., Agushybana, F., & Winarni, S. (2018). Faktor-Faktor yang Hubungan Dengan Gangguan Menstruasi Pada Commuter (Penglaju). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 230–240.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja-Ed. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (Issue Remaja).
- Nur Fatlulloh, M. (2019). Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Ramah Lingkungan Penambang Pasir Di Sungai Krasak. *Indonesian Journal of Conservation*, 8(2), 103–113.
- Ranny Patria Yolandiani , Lili Fajria, Z. M. P. (2020). Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja Literatur Review Ranny Patria Yolandiani 1 , Lili Fajria 2 , Zifriyanthi Minanda Putri 3. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 68(02), 1–10.
- Rante, A. F. L. S. D. T., & Folamauk, C. L. H. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Durasi Siklus Mentruasi Pada Mahasiswi Pre-Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Tahun 2020. *Cendana Medical Journal*, 22(2), 256–264.
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Kalimantan Tengah Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Setiawati, S. E. (2015). Pengaruh Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja. *Journal Majority*, 4(1), 94–98.
- Sulisdiana. (2011). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan ibu tentang regurgitasi pada bayi usia 0-6 bulan di BPS Muji Winarnik Mojokerto. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 3(1), 15–33.
- Wahyuningsih, E. (2018). Tingkat Stres Remaja Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal Siklus Menstruasi*, 66(1), 37–39. [http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/1386/2/143210118 ENI WAHYUNINGSIH Skripsi.pdf %0A%0A](http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/1386/2/143210118_ENI_WAHYUNINGSIH_Skripsi.pdf%0A%0A)
- WAHYUNINGSIH, E. (2018). *TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS*

MENSTRUASI.

Widiasari, P. R., Rokhanawati, D., SiT, S., Kurniawati, H. F., & ... (2020). *Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/5264/>

LAMPIRAN



Lampiran 1

KUISIONER

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dalam rangka menyelesaikan studi D3 KEBIDANAN YANSI ANDRIANI (NIM.PO.62.24.2.19.234) mengadakan penelitian yang berjudul “FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA”

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon ibu berkenan menjadi responden dalam penelitian ini. Adapun informasi yang didapat sepenuhnya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya akan menjadi bahan penelitian ini. Demikian kami sampaikan, atas dukungan dan partisipasinya peneliti mengucapkan terima kasih.

Peneliti

Yansi Andriani
Nim PO.62.24.2.19.237

Lampiran 2

INFORMED CONSENT

Kepada Yth.

Calon Responden Penelitian

Di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Dengan hormat saya,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.

Nama : Yansi Andriani

NIM : PO.62.24.2.19.237

Akan mengadakan penelitian dengan judul “**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DIPOLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA TAHUN 2022**”. Untuk keperluan penelitian ini saya mohon kesedian saudara untuk menjadi responden penelitian ini, saya menjamin kerahasiaan pendapat dan identitas untuk menjadi responden penelitian in. saya mohon kesediaanya untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disediakan.

Palangka raya, _____

Yansi Andriani
PO.62.24.2.19.237

Lampiran 3

LEMBAR KUESIONER DATA UMUM

Petunjuk:

1. Isi data yang sesuai dengan pernyataan dibawah ini dengan memberikan tanda (√) pada kotak jawaban sesuai dengan pilihan sdr/i

1. Identitas Responden:

- Nama : _____
- Umur : 12-15 tahun 15-18 tahun 18-21 tahun
- Jumlah saudara : >2 >3
- BB saat ini : 36-40 41-50 > 50
- Warna darah saat menstruasi: coklat/merah tua merah muda
merah terang merah
kebauan
- Berapa cc kira-kira darah haid yang keluar dari hari 1-3 :
- 40-60 cc 65-80 > 80 cc
- Sehari menghabiskan berapa pembalut : 4-5 6 >6

LEMBAR KUESIONER
(Tingkat Stress)

Petunjuk Pengisian:

1. Tulislah identitas diri pada lembar jawaban yang telah disediakan
2. Berilah tanda (√) salah satu alternatif jawaban pada setiap persoalan dibawah ini
3. Beri tanggapan terhadap semua pernyataan ini dengan jujur sesuai dengan keadaan dan keyakinan diri sendiri, karena tidak ada salah satu jawaban yang benar ataupun salah dalam kuesioner ini.

Keterangan :

TP : tidak pernah JR : jarang

KK : kadang-kadang

SR : sering

SL : selalu

No	Pernyataan	TP	JR	KK	SR	SL
1.	Anda merasa mudah lelah tetapi anda tidak melakukan aktivitas apapun					
2.	Anda merasa emosi padahal anda tidak tau apa penyebab anda merasa emosi					
3.	Anda merasa gelisah pada saat anda sendiri dan tidak ada kegiatan yang menenangkan anda					
4.	Anda merasa tidak bisa beristirahat dengan tenang					

5.	Anda merasa bosan ketika tidak ada aktivitas yang dapat dilakukan					
6.	Anda merasa mudah tersinggung					
7.	Anda merasa sulit tenang setelah sesuatu					

	membuat anda kesal					
8.	Anda merasa tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu)					
9.	Anda merasa banyak beban saat tugas sekolah semakin banyak					
10.	Anda merasa cemas saat menghadapi ujian					
11.	Anda merasa sangat sedih saat tidak ada seorang teman yang dapat menghibur anda di sekolah					
12.	Anda merasa sangat lelah saat kurikulum sekolah terlalu padat					
13.	Anda merasa terganggu saat pelajaran teman sekelas anda terlalu ramai					
14.	Anda merasa tidak nyaman ketika anda ingin belajar lalu terganggu karena teman anda sering mengganggu dan mengajak bercanda					
15.	Anda merasa tidak nyaman karena suhu ruangan yang tidak menentu dan mengganggu proses pembelajaran					

16.	Anda merasa gelisah saat tugas sekolah yang terlalu banyak dan tidak menemukan referensi bukunya					
17.	Anda merasa putus asa saat tidak ada dukungan moral dari orang tua untuk menyelesaikan tugas sekolah					
18.	Anda merasa terganggu saat situasi di rumah menegangkan saat terjadi perdebatan anggota keluarga					
19.	Anda merasa tidak dihargai pada saat anda memberikan saran kepada anggota keluarga					
20.	Anda merasa sedih saat tidak ada dukungan moral dari orang tua					
21.	Anda merasa sulit tidur					
22.	Anda merasa gelisah ketika hasil dari nilai pembelajaran tidak sesuai dengan harapan orang tua					
23.	Anda merasa tidak nyaman ketika tidak dapat berkonsentrasi di kelas					
24.	Anda merasa tidak nyaman ketika tidak dapat mengatur waktu antara kegiatan organisasi dan pembelajaran					
25.	Anda merasa tidak nyaman ketika materi yang diberikan tidak dimengerti dan anda malu untuk bertanya					

LEMBAR KUESIONER (Siklus Menstruasi)

Petunjuk Pengisian:

1. Tulislah identitas diri pada lembar jawaban yang telah disediakan
2. Berilah tanda (√) salah satu alternatif jawaban pada setiap persoalan dibawah ini
3. Beri tanggapan terhadap semua pertanyaan ini dengan jujur sesuai dengan keadaan dan keyakinan diri sendiri, karena tidak ada salah satu jawaban yang benar ataupun salah dalam kuesioner ini.

DAFTAR PERTANYAAN

1. Berapa hari siklus menstruasi anda ?

< 28 hari 28 hari > 35 hari

Sumber : (WAHYUNINGSIH, 2018)

KUNCI JAWABAN KUESIONER

- | | | | | | |
|-----|----|-----|----|-----|----|
| 1. | TP | 11. | KK | 21. | KK |
| 2. | SR | 12. | SL | 22. | JR |
| 3. | SL | 13. | SR | 23. | JR |
| 4. | KK | 14. | JR | 24. | KK |
| 5. | SL | 15. | JR | 25. | SR |
| 6. | SR | 16. | KK | | |
| 7. | KK | 17. | SR | | |
| 8. | TP | 18. | JR | | |
| 9. | TP | 19. | KK | | |
| 10. | SR | 20. | SL | | |

Lampiran 4



PEMERINTAH KOTA PALANGKA RAYA
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**
Jl. Yos Sudarso No.02 Palangka Raya Kalimantan Tengah 73112
Telp/Fax. (0536) 421035, Posel: dpmpstppalankaraya@gmail.com

SURAT IZIN PENELITIAN Nomor : 503.2/0723/SPP-IP/VI/2022

Membaca : Surat Direktur - POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA Nomor : PP.08.02/2.8/01223/2022 tanggal 08 Juni 2022 perihal Permohonan Izin Penelitian.
Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi.
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 17 Tahun 2016 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah.
3. Peraturan Gubernur Kalimantan Tengah Nomor 12 Tahun 2015 tentang Perubahan atas Peraturan Gubernur Nomor 59 Tahun 2008 tentang Tata Cara Pemberian Izin Penelitian/Pendataan bagi setiap Instansi Pemerintah maupun Non Pemerintah.
4. Peraturan Daerah Kota Palangka Raya Nomor 7 Tahun 2017 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palangka Raya.
5. Peraturan Walikota Palangka Raya Nomor 32 Tahun 2017 tentang Pelimpahan Kewenangan Walikota Palangka Raya di Bidang Perizinan dan Non Perizinan Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palangka Raya.

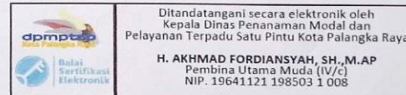
Memberikan Izin kepada

Nama : **YANSI ANDRIANI**, NIM : **PO.62.24.2.19.237** Mahasiswa Program : DIII Kebidanan, Program Studi DIII Kebidanan, Jurusan Kebidanan, -, POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA
Judul Penelitian : **FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA**
Lokasi : **Poltekkes Kemenkes Palangka Raya**

Dengan Ketentuan

- Sebelum melakukan penelitian agar melaporkan diri kepada Pejabat yang berwenang di tempat/lokasi yang ditetapkan.
- Hasil penelitian ini supaya diserahkan kepada Pemerintah Kota Palangka Raya Cq. Bidang Penelitian dan Pengembangan BAPPEDA-LITBANG Kota Palangka Raya dan DPM-PTSP berupa Soft Copy dalam bentuk PDF.
- Surat Izin Penelitian ini agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu, yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah tetapi hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah;
- Surat Izin Penelitian ini diberikan selama 2 (Dua) Bulan, terhitung mulai tanggal **16 Juni 2022 s/d 16 Agustus 2022** dan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila Peneliti tidak memenuhi kriteria ketentuan-ketentuan pada butir a,b dan c tersebut di atas;
- Apabila penelitian sudah berakhir agar melaporkan ke BAPPEDA-LITBANG untuk mendapatkan surat keterangan selesai penelitian.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Ditetapkan di Palangka Raya
pada tanggal 23 Juni 2022







Tembusan disampaikan Kepada Yth:

- Walikota Palangka Raya di Palangka Raya (sebagai laporan);
- Kepala BAPPEDA-LITBANG Kota Palangka Raya di Palangka Raya;
- Direktur - POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA di Palangka Raya;
- Direktur Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 5

	<p style="text-align: center;">KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA</p> <p style="text-align: center;"><small>Sekretariat : Jalan G. Obos No. 30 Palangka Raya 73111 – Kalimantan Tengah</small></p>	
<hr/> PERSETUJUAN ETIK PENELITIAN KESEHATAN <hr/>		
Nomor: 274/VII/KE.PE/2022		
Judul Protokol Penelitian	:	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada Remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya
Dokumen yang Disetujui dan Versi Dokumen	:	1. Protokol Penelitian versi 03 2022 2. <i>Information for Subjects</i> versi 03 2022 3. Formulir <i>Informed Consent</i> versi 03 2022
Peneliti Utama	:	Yansi Andriani
Peneliti Pendamping	:	-
Tanggal Persetujuan	:	25 Juli 2022 (Berlaku selama satu tahun mulai dari tanggal persetujuan)
Lembaga/Lokasi Penelitian	:	Poltekkes Kemenkes Palangka Raya
<p>Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya menyatakan bahwa dokumen di atas memenuhi prinsip etik yang telah diuraikan dalam Pedoman Internasional dan Nasional tentang standar dan prosedur etik penelitian dengan manusia.</p> <p>Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya berhak untuk memantau kegiatan penelitian setiap saat.</p> <p>Peneliti wajib menyerahkan :</p> <p><input type="checkbox"/> Laporan dari setiap efek samping serius yang ditimbulkan</p>		
  Yeni Lucin S.Kep., MPH Ketua KEPK		

Lampiran 6

Statistics

		LAMA MENSTRUASI	USIA	STRESS
N	Valid	43	43	43
	Missing	0	0	0

LAMA MENSTRUASI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<28 hari	12	27,9	27,9	27,9
	>35 hari	10	23,3	23,3	51,2
	28 hari	21	48,8	48,8	100,0
	Total	43	100,0	100,0	

USIA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18 Tahun	3	7,0	7,0	7,0
	19 Tahun	11	25,6	25,6	32,6
	20 Tahun	1	2,3	2,3	34,9
	20 Tahun	20	46,5	46,5	81,4
	21 Tahun	8	18,6	18,6	100,0
	Total	43	100,0	100,0	

STRESS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Stres	4	9,3	9,3	9,3
	Stres	20	46,5	46,5	55,8
	Tidak stres	19	44,2	44,2	100,0
	Total	43	100,0	100,0	

Tabulasi data

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
LAMA MENSTRUASI * USIA	43	100,0%	0	0,0%	43	100,0%
LAMA MENSTRUASI * STRESS	43	100,0%	0	0,0%	43	100,0%

LAMA MENSTRUASI * USIA Crosstabulation

Count

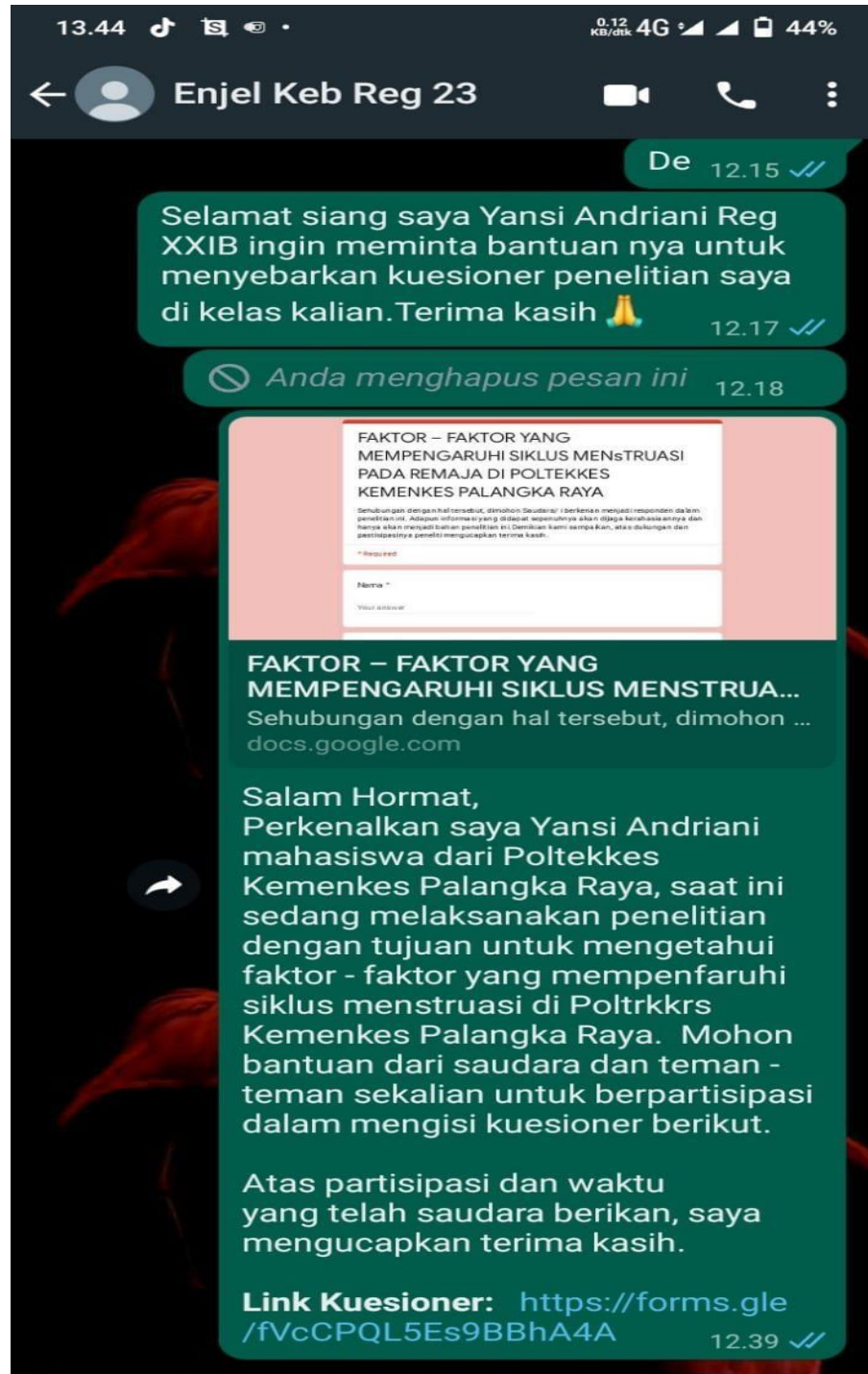
		18 Tahun	19 Tahun	USIA 20 Tahun	20 Tahun	21 Tahun	Total
LAMA MENSTRUASI	<28 hari	0	2	0	8	2	12
	>35 hari	1	1	1	3	4	10
	28 hari	2	8	0	9	2	21
Total		3	11	1	20	8	43

LAMA MENSTRUASI * STRESS Crosstabulation

Count

		STRESS			Total
		Stres	Stres	Tidak stres	
LAMA MENSTRUASI	<28 hari	0	5	7	12
	>35 hari	0	3	7	10
	28 hari	4	12	5	21
Total		4	20	19	43

Lampiran 7



13.45 🎵 📷 📱 •

0,1 KB/dtk 4G 📶 📶 📶 44%

←  Enjel Keb Reg 23



**FAKTOR – FAKTOR YANG
MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUA...**
Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon ...
docs.google.com



Salam Hormat,
Perkenalkan saya Yansi Andriani mahasiswa dari Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, saat ini sedang melaksanakan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui faktor - faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi di Poltrkks Kemenkes Palangka Raya. Mohon bantuan dari saudara dan teman - teman sekalian untuk berpartisipasi dalam mengisi kuesioner berikut.

Atas partisipasi dan waktu yang telah saudara berikan, saya mengucapkan terima kasih.

Link Kuesioner: <https://forms.gle/fVcCPQL5Es9BBhA4A>

12.39 ✓✓

Anda

Selamat siang saya Yansi Andriani Reg XXIB ingin meminta bantuannya untuk menyebarkan kuesioner penelitian saya di ke...

baik siap ka sudah enjel sebarkan ka 🙏

13.27

Terima kasih ya atas partisipasinya 🙏

13.44 ✓✓








Ketik pesan








LEMBAR KONSULTASI DOSEN PEMBIMBING

Nama Mahasiswa : Yansi Andriani
 NIM Mahasiswa : PO.62.24.2.19.237
 Judul KTI : Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Pembimbing Utama : Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes
 Pembimbing Pendamping : Noordiati, SST., MPH

No	Tanggal	Nama Dosen	Materi Konsultasi	Tanda Tangan
1	14 Januari 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	Konsultasi Judul, mengajukan judul faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada akseptor KB suntik 1 bulan di PKM Pahandut	
2	20 Januari 2022	Noordiati, SST., MPH	Konsultasi judul	
3	21 Februari 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	Bimbingan tatap muka mengenai Bab 1-3	
4	24 Februari 2022	Noordiati, SST., MPH	Bimbingan tatap muka mengenai Bab 1-3	
5	06 Maret 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	Bimbingan tatap muka mengenai Bab 1-3 dan melanjutkan Revisi	

6	23 Maret 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	Bimbingan tatap muka mengenai Bab 1-3 dan (Revisi judul, ganti judul, perbaikan daftar pustaka dan penulisan)dengan judul Faktor – faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya	
7	06 April 2022	Noordiaty, SST., MPH	Bimbingan tatap muka dan revisi Bab 1-3	#trngfl
8	11 April 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	ACC dan lanjut konsultasi ke Pembimbing II	
9	11 April 2022	Noordiaty, SST.,MPH	ACC lanjut ujian seminar proposal	#trngfl
10	03 Mei 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	Bimbingan tatap muka dan revisi setelah ujian seminar proposal dan lanjut Bab 4-5	
11	09 Mei 2022	Noordiaty, SST.,MPH	Bimbingan tatap muka dan revisi Bab 4-5, serta cara penulisan	#trngfl
12	20 Mei 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	ACC dan lanjut konsultasi ke Pembimbing II	
13	24 Mei 2022	Noordiaty, SST.,MPH	ACC lanjut ujian hasil	#trngfl
14	09 Juni 2022	Eline Charla Sabatina Bingan, SST.,M.Kes	Bimbingan tatap muka dan revisi setelah ujian hasil	

FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon Saudara/ i berkenan menjadi responden dalam penelitian ini. Adapun informasi yang didapat sepenuhnya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya akan menjadi bahan penelitian ini. Demikian kami sampaikan, atas dukungan dan partisipasinya peneliti mengucapkan terima kasih.

Nama *

Vanya amelia putri cassandra

Umur *

- 12 - 15 Tahun
- 15 - 18 Tahun
- 18 - 21 Tahun

Jumlah saudara *

- > 2
- > 3

berat badan saat ini *

36 - 40 kg

41 - 50 kg

> 50 kg

Warna darah saat menstruasi

coklat/ merah tua

merah muda

merah terang

merah keabuan

Berapa cc kira-kira darah haid yang keluar dari hari 1-3*

40-60 cc

65-80 cc

> 80 cc

Sehari menghabiskan berapa pembalut

- 4 - 6 pembalut
- 6 pembalut
- > 6 Pembalut

LEMBAR KUESIONER(Tingkat stres)

Petunjuk Pengisian:

1. Tulislah identitas diri pada lembar jawaban yang telah disediakan
2. Berilah tanda (√) salah satu alternatif jawaban pada setiap persoalan dibawah ini
3. Beri tanggapan terhadap semua pernyataan ini dengan jujur sesuai dengan keadaan dan keyakinan diri sendiri, karena tidak ada salah satu jawaban yang benar ataupun salah dalam kuesioner ini.

Keterangan :

1. TP : tidak pernah
2. JR : jarang
3. KK : kadang-kadang
4. SR : sering
5. SL : selalu

1. Anda merasa mudah lelah tetapi anda tidak melakukan aktivitas apapun*

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Anda merasa emosi padahal anda tidak tauapa penyebab anda merasa emosi*

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Anda merasa gelisah pada saat anda sendiri dan tidak ada kegiatan yang menenangkan anda

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Anda merasa tidak bisa beristirahat dengan tenang *

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Anda merasa bosan ketika tidak ada aktivitas yang dapat dilakukan *

	TP	JR	KK	SR	SL
			<input checked="" type="radio"/>		

6. Anda merasa mudah tersinggung

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Anda merasa sulit tenang setelah sesuatu membuat anda kesal*

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Anda merasa tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu)

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Anda merasa banyak beban saat tugas sekolah semakin banyak*

	TP	JR	KK	SR	SL
				<input type="radio"/>	

10. Anda merasa cemas saat menghadapi ujian*

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

11. Anda merasa sangat sedih saat tidak ada seorang teman yang dapat menghibur anda sekolah

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Anda merasa sangat lelah saat kurikulumsekolah terlalu padat*

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. Anda merasa terganggu saat pelajaran temansekelas anda terlalu ramai

	TP	JR	KK	SR	SL
			<input checked="" type="radio"/>		

14. Anda merasa tidak nyaman ketika anda ingin belajar lalu terganggu karena teman anda sering mengganggu dan mengajak bercanda

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15. Anda merasa tidak nyaman karena suhu ruangan yang tidak menentu dan mengganggu proses pembelajaran

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

16. Anda merasa gelisah saat tugas sekolah yang terlalu banyak dan tidak menemukan referensi bukunya

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

17. Anda merasa putus asa saat tidak ada dukungan moral dari orang tua untuk menyelesaikan tugas sekolah

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18. Anda merasa terganggu saat situasi di rumah menegangkan saat terjadi perdebatan anggota keluarga

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

19. Anda merasa tidak dihargai pada saat anda memberikan saran kepada anggota keluar

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

20. Anda merasa sedih saat tidak ada dukungan moral dari orang tua

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

21. Anda merasa sulit tidur

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

22. Anda merasa gelisah ketika hasil dari nilai pembelajaran tidak sesuai dengan harapan orang tua

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

23. Anda merasa tidak nyaman ketika tidak dapat berkonsentrasi di kelas*

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

24. Anda merasa tidak nyaman ketika tidak dapat mengatur waktu antara kegiatan organisasi dan pembelajaran

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25. Anda merasa tidak nyaman ketika materi yang diberikan tidak dimengerti dan anda m untuk bertanya

	TP	JR	KK	SR	SL
Baris 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

LEMBAR KUESIONER(Siklus Menstruasi)

Petunjuk Pengisian:

1. Tulislah identitas diri pada lembar jawaban yang telah disediakan
2. Berilah tanda (√) salah satu alternatif jawaban pada setiap persoalan dibawah ini
3. Beri tanggapan terhadap semua pertanyaan ini dengan jujur sesuai dengan keadaan dan keyakinan diri sendiri, karena tidak ada salah satu jawaban yang benar ataupun salah dalam kuesioner ini.

1. Berapa hari siklus menstruasi anda ?

- < 28 Hari
- 28 Hari
- > 35 hari

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.

Google Formulir