

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN STRES DENGAN GANGGUAN PANJANG SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS

Oleh

FAUDILA NOVITA LADYANA

ABSTRAK

Status gizi dan stres merupakan faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi. Pada wanita obesitas terjadi peningkatan jaringan adiposa yang akan meningkatkan kadar estrogen lalu mempengaruhi panjang siklus menstruasi. Pada wanita underweight terjadi penurunan sekresi FSH diikuti penurunan estrogen yang mempengaruhi panjang siklus menstruasi. Saat stres terjadi peningkatan kadar CRH dan kortisol diikuti penurunan sekresi GnRH sehingga kadar estrogen menurun yang mempengaruhi panjang siklus menstruasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan stres dengan gangguan panjang siklus menstruasi mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

Desain penelitian ini adalah analitik *cross sectional* dengan menggunakan pengukuran Indeks Massa Tubuh secara langsung, kuisioner DASS 42, dan kuisioner panjang siklus menstruasi. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebanyak 37 orang. Analisis statistik yang digunakan adalah Korelasi Spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi indeks massa tubuh adalah normal 24 orang (64,8%), frekuensi stres adalah normal 17 orang (45,9%), frekuensi panjang siklus menstruasi adalah teratur 27 orang (72,9%) dari 37 orang. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan panjang siklus menstruasi $p=0,039$ dengan nilai korelasi lemah, $r=0,316$. Hasil analisis hubungan stres dengan panjang siklus menstruasi didapatkan tidak bermakna $p=0,937$ dengan nilai korelasi sangat lemah $r=0,013$.

Pada penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi, tidak terdapat hubungan antara stress dengan siklus menstruasi. Saran untuk responden agar mempertahankan berat badan tetap normal dan menambah pengetahuan tentang stres.

Kata Kunci : Panjang siklus menstruasi, Status gizi, Stres

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND STRESS THE LENGTH OF MENSTRUAL CYCLE IN MEDICAL STUDENT OF ANDALAS UNIVERSITY

By

FAUDILA NOVITA LADYANA

ABSTRACT

Nutritional status and stress are a factor that affect the menstrual cycle. The enhancement of adipose tissue in obese women lead to elevated estrogen level meanwhile in underweight women the decrease FSH secretion followed by decrease estrogen level. Both of this condition will affect the length of menstrual cycle. When someone stress, the level of CRH and cortisol will increase followed by the decrease of estrogen level so will influence the length of menstrual cycle.

This aims of this study is determine the relationship between nutritional status and stress menstrual cycle length in Medical Student of Andalas University.

This is a cross sectional study by using directly measured BMI, stress questionnaire, and the length of menstrual cycle questionnaire on 37 female Medical Student of Andalas University. The statistical analysis used was Spearman Correlation.

The results shows that the frequency of normal body mass index was 24 (64,8%), the frequency of stress score is normal 17 people (45,9%), the frequency of regular menstrual cycle length is 27 people (72,9%) of 37 people. Based on the statistical test results showed that significant relationship between nutritional status and menstrual cycle length with a value of $p = 0.039$ weak correlation, $r = 0.316$. The results of analysis of the relationship of stress with menstrual cycle length obtained is not significant $p = 0,937$ with weak correlation value $r = 0.013$.

This study shows there is relationship between nutritional status with menstrual cycle length, there is no relationship between stress with menstrual cycle length. Suggestions for the respondents is that maintaining a normal body weight and increase knowledge about stress.

Keywords : Menstrual cycle length, Nutritional status, Stress