

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI KEBIDANAN
PROGRAM SARJANA DEPARTEMEN KEBIDANAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS**



Skripsi
Diajukan ke Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan
Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Sebagai Pemenuhan Salah Satu
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan

Oleh :

AUDITYA ANANDA RISTY

NIM : 2110333008

Pembimbing :

1. Prof. Dr. Arni Amir,MS
2. Sunesni, SST.,M.Biomed

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
DEPARTEMEN KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2025

ABSTRACT

FACTORS ASSOCIATED WITH THE MENSTRUAL CYCLE AMONG FEMALE STUDENTS OF THE UNDERGRADUATE MIDWIFERY STUDY PROGRAM, DEPARTMENT OF MIDWIFERY, FACULTY OF MEDICINE ANDALAS UNIVERSITY.

By

Auditya Ananda Risty, Arni Amir, Sunesni, Aldina Ayunda Insani, Erda Mutiara Halida

The World Health Organization (2020) reported that approximately 45% of women experience menstrual cycle disorders. In Asia, the prevalence ranges from 38.7% to 64.2%, and in Indonesia, around 11.7% of adolescent girls are affected. The menstrual cycle is an important indicator of women's reproductive health. Irregular cycles can impact fertility, cause anemia, and increase the risk of metabolic and reproductive diseases. Several factors are suspected to influence the menstrual cycle, including nutritional status, stress levels, and physical activity. This study aimed to determine the factors associated with the menstrual cycle among female students of the Undergraduate Midwifery Study Program, Department of Midwifery, Faculty of Medicine, Andalas University.

This study employed a quantitative method with a cross-sectional approach. A total of 69 respondents were selected using total sampling. The instruments used included the PSS-10 questionnaire, GPAQ, menstrual cycle questionnaire, and anthropometric measurements using a scale and microtoise. The research was conducted from March 2024 to May 2025. Data were analyzed using the Chi-Square test and Fisher's Freeman Halton test.

The results show that 55.1% of respondents have irregular menstrual cycles, 53.6% have normal nutritional status, 66.7% experience moderate stress, and 42.0% have low physical activity levels. There is a significant association between nutritional status ($p=0.005$), stress ($p=0.008$), and physical activity ($p=0.006$) with menstrual cycle.

It is concluded that nutritional status, stress, and physical activity are significantly associated with the menstrual cycle among midwifery students in the Undergraduate Midwifery Study Program, Department of Midwifery, Faculty of Medicine, Andalas University.

Keywords: Menstrual Cycle, Nutritional Status, Physical Activity, Stress.

ABSTRAK

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DEPARTEMEN KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS

Oleh

**Auditya Ananda Risty, Arni Amir, Sunesni, Aldina Ayunda Insani, Erda
Mutiar Halida**

World Health Organization (2020) melaporkan bahwa sekitar 45% wanita mengalami gangguan siklus menstruasi. Di Asia, prevalensinya berkisar antara 38,7%–64,2%, dan di Indonesia sekitar 11,7% pada remaja putri. Siklus menstruasi merupakan indikator penting kesehatan reproduksi wanita. Siklus menstruasi yang tidak teratur dapat berdampak pada kesuburan, anemia, serta meningkatkan risiko penyakit metabolik dan reproduksi. Beberapa faktor yang diduga berperan antara lain status gizi, stres, dan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Jumlah responden sebanyak 69 orang yang dipilih melalui total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner PSS-10, GPAQ, kuesioner siklus menstruasi, serta pengukuran berat dan tinggi badan menggunakan timbangan dan *microtoise*. Penelitian berlangsung dari Maret 2024 hingga Mei 2025, dengan analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan *Fisher's Freeman Halton*.

Hasil menunjukkan 55,1% responden mengalami siklus menstruasi tidak normal, 53,6% berstatus gizi normal, 66,7% mengalami stres sedang, dan 42,0% memiliki aktivitas fisik rendah. Terdapat hubungan signifikan antara status gizi ($p=0,005$), stres ($p=0,008$), dan aktivitas fisik ($p=0,006$) dengan siklus menstruasi.

Disimpulkan bahwa status gizi, stres, dan aktivitas fisik berhubungan signifikan dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Kata Kunci : Siklus Menstruasi, Status Gizi, Aktivitas Fisik, Stres.