

**JURNAL KESEHATAN DAN KEBIDANAN
(JOURNAL OF MIDWIFERY AND HEALTH)**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN PERUBAHAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA ANAK KELAS 12
DI SMA MASEHI KUDUS**

**RELATIONSHIP WITH ANXIETY LEVEL WITH CHANGES MENSTRUAL
CYCLE IN SENIOR HIGH SCHOOL CLASSES 12 MASEHI KUDUS**

Wienda Fransiska Sabatia¹, Ni Ketut Kasmini², Reny Siswanti³

1,2,3 Akbid Mardi Rahayu Kudus

reny_s80@yahoo.com

ABSTRACT

Data from some studies say that student nurses in Kusyu University reported as many as 34% have irregular periods as a result of anxiety (Onimura and Yamaguchi, 1996), a Japanese study, there are 63% of students student experiencing irregular periods (Yamamoto et al, 2009). The purpose of this study to determine the relationship of the level of anxiety with changes in the menstrual cycle in children in high school class of 12 Masehi Kudus . The research method used is descriptive method with cross sectional approach. Measuring instrument used was a questionnaire distributed to the entire senior high school student is 27 students. The result showed the data There was a significant relationship between the level of anxiety with changes to the menstrual cycle in children in senior high school class of 12 Masehi Kudus . Suggestions in this study, especially for young people can find out how to overcome anxiety and knowing the reproductive system associated with the pattern of menstrual cycle changes.

Keywords: Anxiety Levels, Changes in menstrual cycle

ABSTRAK

Dari data beberapa hasil studi dikatakan bahwa pelajar perawat di Kusyu University dilaporkan sebanyak 34% mengalami menstruasi tidak teratur akibat cemas (Onimura dan Yamaguchi, 1996), penelitian di Jepang, terdapat 63% pelajar mahasiswa mengalami menstruasi tidak teratur (Yamamoto dkk, 2009). Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan perubahan siklus menstruasi pada anak kelas 12 di SMA Masehi Kudus. Metode Penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan waktu cross sectional. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang dibagikan pada seluruh siswi SMA Masehi Kudus yaitu 27 siswi. Hasil penelitian didapatkan data Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan perubahan siklus menstruasi pada anak kelas 12 di SMA Masehi Kudus. Saran dalam penelitian ini khususnya bagi remaja dapat mengetahui cara mengatasi cemas dan mengetahui sistem reproduksi terkait dengan pola perubahan siklus menstruasi.

Kata kunci : Tingkat Kecemasan, Perubahan Siklus Menstruasi

PENDAHULUAN

Salah satu ciri yang menandai masa pubertas perempuan adalah menstruasi. Menstruasi pertama kali biasanya dialami oleh perempuan sekitar usia 10 tahun, namun biasanya juga lebih dini atau lebih lambat. Menstruasi adalah masa perdarahan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa subur kecuali apabila terjadi kehamilan (Najmi, 2011).

Menstruasi yang tertunda, tidak teratur, nyeri, dan perdarahan yang banyak pada waktu menstruasi merupakan keluhan tersering yang menyebabkan remaja perempuan menemui dokter. Cakir M et al dalam penelitiannya menemukan bahwa dismenorea merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar (89,5%), diikuti oleh ketidak teraturan menstruasi (31,2%), serta perpanjangan durasi menstruasi (5,3%). Pada pengkajian terhadap penelitian-penelitian lain didapatkan prevalensi dismenorea bervariasi antara 15,8-89,5%, dengan prevalensi tertinggi pada remaja. Mengenai gangguan lainnya, Bieniasz J et al. mendapatkan prevalensi amenorea primer sebanyak 5,3%, amenorea sekunder 18,4%, oligomenorea 50%, polimenorea 10,5%, dan gangguan campuran sebanyak 15,8%.

Gangguan emosional, ketegangan, tekanan, kegelisahan itu semua dapat membawa kepada gejala haid atau ketidak normalan perdarahan dalam rahim. Ini terjadi karena hipotalamus yang kemudian mempengaruhi siklus pelepasan hormon yang merangsang ovulasi menjadi terhalang, akibatnya mengarah kepada ketidak teraturan haid (Ramaiah, 2003).

Dari data beberapa hasil studi dikatakan bahwa pelajar perawat di Kusyu University dilaporkan sebanyak 34% mengalami menstruasi tidak teratur akibat cemas (Onimura dan Yamaguchi, 1996), penelitian di Jepang, terdapat 63% pelajar mahasiswi mengalami menstruasi tidak teratur (Yamamoto dkk, 2009).

Kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian, misalnya seseorang yang cemas menghadapi ujian karena takut nilainya buruk (Tarwoto dan Wartonah, 2006).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan antara tingkat kecemasan dengan perubahan siklus menstruasi pada anak kelas 12 di SMA Masehi Kudus”

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah analitik korelasional yang terdiri dari variabel independent (kecemasan) dan variabel dependent (perubahan siklus menstruasi). Teknik pengumpulan data ini adalah data primer menggunakan kuesioner untuk kecemasan yang sudah paten dan untuk perubahan siklus menstruasi menggunakan kuesioner yang disusun sendiri dan sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Subyek penelitian diambil yaitu seluruh siswi SMA Masehi Kudus Kelas 12 yaitu 39 siswi. Teknik analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan teknik analisa data *chi-square* menggunakan *SPSS for Windows Versi 17.0* untuk membuktikan hubungan H_0 : Tidak ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi dan H_a : Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi.

HASIL DAN BAHASAN

A. HASIL

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden menurut umur

Tabel 1 Distribusi Menurut Umur

Umur	Frekuensi	Persentase
17 tahun	24	61,5 %
18 tahun	15	38,5 %
Jumlah	39	100 %

2. Anaisa Univariat

a. Tingkat Kecemasan

Tabel 2 Tingkat Kecemasan

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	15	38,5%
Ringan	10	25,6%
Sedang	5	12,8%
Berat	9	23,1%
Jumlah	39	100%

b. Perubahan Siklus Menstruasi

Tabel 3 Perubahan siklus menstruasi

Siklus menstruasi	Frekuensi	Prosentase (%)
Berubah	24	61,5%
Tidak berubah	15	38,5%
Jumlah	39	100%

3. Analisa Bivariat

Hubungan kecemasan dan perubahan siklus menstruasi adalah sebagai berikut:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Perubahan Siklus Mestruasi Pada Anak Kelas 12 di SMA

Tingkat Kecemasan	Siklus Menstruasi					
	Berubah		Tidak berubah		Jumlah	%
	F	%	F	%		
Tidak cemas	0	0	15	38,5%	15	38,5%
Ringan	10	25,6%	0	0%	10	25,6%
Sedang	5	12,8%	0	0%	5	12,8%
Berat	9	23,1%	0	0%	9	23,1%
Jumlah	24	61,5%	15	38,5%	39	100%

Hubungan kecemasan dan perubahan siklus menstruasi menggunakan uji *chi-square* adalah sebagai berikut:

Tabel 5 Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	39.000 ^a	3	.000
Likelihood Ratio	51.970	3	.000
Linear-by-Linear Association	24.747	1	.000
N of Valid Cases	39		

Analisis melalui proses komputerisasi dengan SPSS for Windows versi 17.0 menggunakan uji Chi Square taraf (α) 0,05 atau tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kesalahan 5%. Nilai chi square (r) hitung sebesar 39,000 kemudian dibandingkan dengan chi square (r) tabel dengan df 3 didapatkan nilai sebesar 7,82. Nilai chi square (r) hitung lebih besar dari chi square (r) tabel ($39,000 > 7,82$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima

B. BAHASAN

C. Menurut Ramaniah (2003) penyebab kecemasan ada empat faktor utama mempengaruhi perkembangan pola dasar yang menunjukkan reaksi rasa cemas yaitu yang pertama karena lingkungan atau sekitar tempat tinggal dapat mempengaruhi cara berfikir tentang diri sendiri dan orang lain. Kedua emosi yang ditekan yaitu kecemasan bisa terjadi jika tidak mampu menemukan jalan keluar untuk permasalahan dalam personal. Ketiga sebab-sebab fisik yaitu pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Ini biasanya terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja, saat

menstruasi dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan, sedangkan yang ke empat keturunan yaitu sekalipun gangguan emosi ada yang ditemukan dalam keluarga-keluarga tertentu, ini bukan merupakan penyebab penting dari kecemasan. Siswi kelas 12 SMA Masehi sesuai dengan umurnya yaitu rentang 17-18 tahun masih dalam masa remaja yang mungkin dapat mengalami cemas karena faktor ketiga. Kecemasan ini jika dibiarkan akan mempengaruhi pola siklus menstruasi karena menurut Ramaiah (2006) penyebab gangguan menstruasi adalah gangguan emosional dengan adanya kecemasan, stres, depresi dan gangguan emosional, duduk terus-menerus, pola makan, pil kontrasepsi oral, gaya hidup, lingkungan.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan perubahan siklus menstruasi pada anak kelas 12 di SMA Masehi Kudus

B. SARAN

Saran dalam penelitian ini khususnya bagi remaja dapat mengetahui cara mengatasi cemas dan mengetahui sistem reproduksi terkait dengan pola perubahan siklus menstruasi..

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Hartono. 2008. *SPSS 16.0 Analisa Data Statistika dan Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Hawari D. 2001. *Manajemen Stess Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI
- Hidayat A. 2007. *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Joseph. 2010. *Ginekologi dan Obstetri*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Kartono K. 2006. *Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja Dan Wanita Dewasa*. Bandung : Mandar Maju
- Llewellyn J. 2002. *Dasar-Dasar Obstetri Dan Ginekologi*. Jakarta : Hipokrates
- Najmi N. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta : Buku Biru
- Notoatmodjo S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Nugroho T. 2010. *Buku Ajar Ginekologi*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Nursalam. 2003. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Prawirohardjo S. 2008. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
- Ramaiah S. 2003. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta : Pustaka Populer Obor
- Ramaiah S. 2006. *Mengatasi Gangguan Menstruasi*. Jogjakarta : Bookmarks Diglossia Media
- Riwidikdo H. 2009. *Statistik Kesehatan Belajar Mudah Teknik Analisis Data dan Penelitian Kesehatan (Plus aplikasi software SPSS)*. Yogyakarta : Mitra Cendekia
- Siswosudarmo R. 2010. *Obsteri Fisiologi*. Jakarta : Pustaka Cendekia