

# Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswi Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia = The Association between Physical Activity Levels and Menstrual Disorders in Preclinical Students, Faculty of Medicine, University of Indonesia

Dwinanda Tsania Lailaturrahmah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20523334&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Latar belakang: Gangguan menstruasi memiliki prevalensi yang tinggi pada perempuan yang telah mengalami menstruasi, termasuk mahasiswi kedokteran. Gangguan ini menjadi alasan utama perempuan berobat ke klinik obstetri dan ginekologi. Gangguan menstruasi dapat menjadi indikator adanya gangguan kesehatan reproduksi atau pun gangguan kesehatan secara umum. Gangguan ini juga dapat menimbulkan dampak negatif bagi psikologi, sosial, emosional, dan finansial baik secara langsung maupun tidak langsung perempuan yang menderitanya. Meskipun masih menjadi perdebatan, aktivitas fisik yang terlalu rendah atau terlalu tinggi diketahui merupakan salah satu faktor yang menyebabkan gangguan menstruasi. Saat ini penelitian mengenai hubungan tingkat aktivitas fisik dan gangguan menstruasi lebih banyak diselenggarakan di kalangan atlet. Baru sedikit penelitian yang meneliti hubungan ini di populasi perempuan secara umum. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti hubungan tingkat aktivitas fisik dengan gangguan menstruasi pada mahasiswi preklinik FKUI.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan gangguan menstruasi.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi potong lintang analitik dan metode consecutive sampling dengan melibatkan 160 subjek penelitian dari Mahasiswi Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Subjek penelitian diminta untuk mengisi kuesioner penelitian terstruktur yang terdiri atas enam bagian pertanyaan yaitu bagian skrining dan persetujuan menjadi responden, data demografi, status gizi, tingkat aktivitas fisik, tingkat stress, dan riwayat menstruasi yang telah diuji validasi dan reliabilitas secara daring. Beda proporsi gangguan menstruasi dengan aktivitas fisik dianalisis menggunakan uji Chi-square dengan program SPSS 24.0.

Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa kategori tingkat aktivitas fisik yang paling banyak ditemukan adalah rendah (49,4%) dan sedang (45,0%). Angka kejadian gangguan menstruasi secara umum adalah 92,5% dengan jenis gangguan yang paling banyak ditemukan adalah dismenore sedang dan berat (71,88%) dan hipermenore (48,12%). Uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan proporsi gangguan menstruasi yang signifikan ( $p = 0,669$ ) antar kategori aktivitas fisik.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat aktivitas fisik dengan gangguan menstruasi pada Mahasiswi Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia ( $p = 0,669$ ).

.....Introduction: Menstrual disorders have a high prevalence in women who have experienced menstruation, including medical students. This disorder is the main reason women seek treatment at obstetrics and gynecology clinics. Menstrual disorders can be an indicator of reproductive health problems or general health problems. This disorder can also have a negative impact on psychological, social, emotional, and financial, both directly and indirectly for women who suffer from it. Although it is still being debated, physical activity that is too low or too high is known to be one of the factors that cause menstrual disorders.

Currently, research on the relationship between levels of physical activity and menstrual disorders is mostly conducted among athletes. Few studies have examined this relationship in the general female population. Therefore, the researcher wanted to examine the relationship between the level of physical activity and menstrual disorders in preclinical students of FKUI.

**Objective :** This study aims to determine the association between the level of physical activity and menstrual disorders.

**Method:** This study used an analytical cross-sectional study design and consecutive sampling method involving 160 research subjects from Preclinical Students of the Faculty of Medicine, University of Indonesia. Research subjects were asked to fill in a structured research questionnaire consisting of six types of questions, namely the screening and informed consent section, socio-demographic information, nutritional status, level of physical activity, stress level, and menstrual history that had been tested for validation and reliability online. Differences in the proportion of menstrual disorders with physical activity were analyzed using the Chi-square test with the SPSS 24.0 program.

**Result:** The results demonstrated that the categories of physical activity levels that are most found are low (49.4%) and moderate (45.0%). The incidence of menstrual disorders in general is 92.5% with the most common types of disorders found are moderate and severe dysmenorrhea (71.88%) and hypermenorrhea (48.12%). Based on statistical tests, there is no significant difference in the proportion of menstrual disorders ( $p = 0.669$ ) between categories of physical activity.

**Conclusion:** There is no significant association between the level of physical activity with menstrual disorders in Preclinical Students of the Faculty of Medicine, University of Indonesia ( $p = 0.669$ ).