

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT ANSIETAS DENGAN SIKLUS  
MENSTRUASI PADA WUS DI LEMBAGA PERMASYARAKATAN KOTA  
PADANGSIDIMPUAN**

**Izmi Fadhilah Nasution<sup>1</sup>, Dina Rahmi Solihad Nasution<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>,  
Mutia Sari Lubis<sup>4</sup>, Rosmala Dewi<sup>5</sup>, Zubaidah Nasution<sup>6</sup>**  
Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidempuan  
([nasutionizmi@gmail.com](mailto:nasutionizmi@gmail.com))

**ABSTRAK**

Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya, dengan rentang normal 21-35 hari. Salah satu faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi adalah ansietas. Tujuan nya adalah Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada WUS di lembaga permasyarakatan Kota Padangsidempuan. Metode pada Penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua tahanan wanita usia subur. Analisa statistic yang digunakan dalam penelitian ini adalah Chi-Square. Penelitian ini dimulai pada bulan November 2023 sampai Desember 2023 Hasil analisis univariat menunjukkan tingkat permasyarakatan mengalami kecemasan ringan sebesar 4 responden (25%), yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 8 responden (50%) dan mengalami kecemasan berat sebanyak 4 responden (25%). Hasil uji chi-square menunjukkan p-value= 0,032. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan tingkat ansietas dengan gangguan siklus menstruasi pada WUS di lembaga permasyarakatan Kota Padangsidempuan.

*Kata kunci : tingkat kecemasan, siklus menstruasi*

**ABSTRACT**

*The menstrual cycle is the time from the first day of menstruation until the next menstrual period arrives, with a normal range of 21-35 days. One of the factors that influences the menstrual cycle is anxiety. To determine the relationship between anxiety levels and the menstrual cycle in WUS in community institutions in Padangsidempuan City. This research uses descriptive analytics with a cross sectional approach. The population in this study were all female prisoners of reproductive age. Statistical analysis using Chi-Square. This research began in November 2023 until December 2023. The results of the univariate analysis showed that the level of society experienced mild anxiety by 4 respondents (25%), who experienced moderate anxiety as many as 8 respondents (50%) and experienced severe anxiety as many as 4 respondents (25%). The chi-square test results show p-value= 0.032. It can be concluded that there is a significant relationship between the level of anxiety and menstrual cycle disorders in WUS in community institutions in Padangsidempuan City.*

**Key words:** anxiety level, menstrual cycle

## 1. PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan pendarahan yang terjadi akibat luruhnya dinding sebelah dalam rahim (endometrium) yang banyak mengandung pembuluh darah. Lapisan endometrium dipersiapkan untuk menerima implantasi embrio. Jika tidak terjadi implantasi embrio, maka lapisan ini akan meluruh, sehingga darah keluar melalui servik dan vagina. Pendarahan ini terjadi secara periodik dengan jarak waktu antara menstruasi yang satu dengan menstruasi berikutnya dikenal dengan istilah siklus menstruasi (Yonkers KA, 2019). Siklus menstruasi ialah menstruasi yang berulang setiap bulan dan merupakan suatu proses kompleks mencakup reproduktif dan endokrin yang berangakai secara menyeluruh dan saling mempengaruhi (Sherwood, 2016).

Ansietas atau dalam bahasa inggrisnya "anxiety" berasal dari bahasa latin "angustus" yang berarti kaku, dan "ango, ancy" yang berarti mencekik. Ansietas adalah perasaan ketakutan yang menyeluruh, tidak menyenangkan, bersifat samar-samar, seringkali disertai gejala otonomik seperti nyeri kepala, jantung berdebar, gangguan lambung ringan, maupun berkeringat. Ansietas juga merupakan respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal normal jika diiringidengan kemampuan untuk beradaptasi, terjadi ketika terdapat adanya perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menentukan identitas jati diri dan arti dari sebuah kehidupan (Sadock Kaplan, 2016).

Menurut (Mary C Townsend, 2015) Tingkat kecemasan ada 3 : 1. Kecemasan Ringan (Mild Anxiety) Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan Sedang (Moderate Anxiety) Ketika

tingkat kecemasan meningkat, luas bidang persepsi berkurang. Kecemasan Berat (Severe Anxiety) Persepsi individu yang parah, konsentrasi berpusat pada satu detail tertentu saja atau pada banyak detail asing.

Tingkat kecemasan tersebut memungkinkan proses siklus menstruasi tidak berjalan dengan normal, yang dapat menyebabkan hormon yang berperan dalam siklus menstruasi akan terganggu, hormon tersebut adalah FSH, LH, estrogen dan progesteron. Jika terjadi gangguan pada hormon FSH dan LH tidak akan menyebabkan terbentuknya sel telur, jika demikian maka hormon estrogen dan progesteron juga tidak akan terbentuk sebagaimana mestinya, sehingga siklus menstruasi juga akan terganggu. Tingkat progesteron memiliki pengaruh terhadap psikologis wanita dan siklus menstruasi (Reynolds et al., 2018).

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Rancangan penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *cross sectional* yaitu salah satu studi observasional untuk menentukan hubungan antara faktor resiko dan efek (Hardisman, 2021).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua tahanan wanita usia subur di lembaga permasyarakatan kota Padangsidimpuan. Sampel dalam penelitian ini adalah 16 responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total sampling* dengan kelompok pembanding yaitu WUS diluar lapas. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat ansietas dan siklus menstruasi. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis Univariat dan analisis Bivariat.

### 3. HASIL

#### 3.1 Hasil Univariat

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Ringan	4	25%
Sedang	8	50%
Berat	4	25%
Jumlah	16	100 %

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar WUS di lembaga permasyarakatan mengalami kecemasan ringan sebesar 4 responden (25%), yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 8 responden (50%) dan mengalami kecemasan berat sebanyak 4 responden (25%).

#### 3.2 Hasil Bivariat

Siklus Menstruasi	Frekuensi	Persentase
Teratur	6	37,5%
Tidak Teratur	10	62,5%
Jumlah	16	100 %

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar WUS di lembaga permasyarakatan Kota Padangsidimpuan mengalami mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur sebanyak 10 responden (62,5%) dan sebagian kecil mengalami siklus menstruasi yang teratur sebanyak 6 responden (37,5%)..

Berdasarkan hasil statistik dengan uji *Chi-square* Ada hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi. Hal ini tersebut terbukti dari hasil perhitungan *chi-square* dengan  $X^2$  hitung 9,805 dan p value = 0,007 sedangkan  $\alpha=0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima (p-value 0.032 < 0,05).

### 4. PEMBAHASAN

Saryono (2009) mengatakan gejala kecemasan sangat mempengaruhi pola menstruasi pada wanita, karena pesan sepanjang saraf di dalam otak, tulang belakang dan seluruh tubuh. Nevid (2005) mengatakan adanya rangsangan stressor psikososial mengakibatkan jaringan neuron di otak ikut serta dalam memberikan sinyal bahaya. Otak dapat secara konstan mengirim pesan bahwa ada sesuatu yang salah dan memerlukan perhatian segera, hal ini membawa kepada pikiran kecemasan obsesional dan tingkah laku kompulsif representative yang kemudian menginkorporasi bagian-bagian dari system limbic yang memegang peranan dalam respons emosional.

Menurut pendapat Prawirohardjo (2008), gangguan siklus haid disebabkan ketidakseimbangan FSH atau LH sehingga kadar estrogen dan progesterone tidak normal. Biasanya gangguan menstruasi yang sering terjadi adalah siklus menstruasi tidak teratur atau jarang dan perdarahan yang lama atau abnormal, termasuk akibat sampingan yang ditimbulkannya, seperti nyeri perut, pusing, mual atau muntah. Adanya kecemasan dapat mengganggu system metabolisme didalam tubuh, bisa saja karena stress/cemas wanita jadi mudah lelah, berat badan turun drastis, sakit-sakitan, sehingga metabolismenya terganggu. Hal ini sesuai dengan pendapat Sherly (2009) bahwa salah satu penyebab umum pola siklus haid yang tidak teratur atau berhenti sementara adalah ketegangan emosional, karena pusat stress di otak sangat dekat lokasinya dengan pusat pengaturan haid di otak.

## 5. KESIMPULAN

Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan tingkat ansietas dengan gangguan siklus menstruasi pada WUS di lembaga permasyarakatan Kota Padangsidempuan.

Hal ini tersebut terbukti dari hasil perhitungan *chi-square* dengan  $X^2$  hitung 9,805 dan  $p\text{-value} = 0,007$  sedangkan  $\alpha=0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima ( $p\text{-value} 0,007 < 0,05$ ).

## DAFTAR PUSTAKA

- Hardisman. (2021). Tanya Jawab Metode Penelitian Kesehatan (1 ed.). Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Mary C Townsend. (2015). Psychiatric Mental Health Nursing Concepts of Care in Evidence-Based Practice Philadelphia: F.A Davis Company
- Reynolds, T. A., Makhanova, A., Marcinkowska, U. M., Jasienska, G., McNulty, J. K., Eckel, L. A., ... Maner, J. K. (2018). Hormons and Behavior Progesterone and Women 's Anxiety Across The Menstrual Cycle. *Hormons and Behavior*, 102(April), 34–40. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2018.04.008>
- Sadock Kaplan, B. J. J. T. v. P. (2016). Kaplan and sadock's synopsis of psychiatry. Behavioral sciences/clinical psychiatry. 58(1), 78-79
- Sherwood L. Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem. Ed 8. Jakarta: EGC; 2016
- Yonkers KA, Casper R F. Epidemiology and Pathogenesis of Premenstrual Syndrome and Premenstrual Dysphoric Disorder. USA: Wolters Kluwer; 2019