Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi

KARAKTERISTIK DURASI MENSTRUASI PADA KASUS OLIGOMENORHEA MAHASISWA STIK BUDI KEMULIAAN TAHUN 2021

Characteristics Of Menstrual Duration In Cases Of Oligomenohea of Budi Kemuliaan's Institue Of Health Students In 2021

***Dara Maretha Firzaman*[1], *Hasan Salim Alatas* [2], Ernawati[3]**
[1]*Diploma Tiga Kebidanan, STIK Budi Kemuliaan, Jakarta, Indonesia*
[2]*Spesialis Obstetri dan Genekologi, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia*
[3]*Strata Dua Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, Jakarta, Indonesia*
email:[1]*darafirzaman03@gmail.com,* [2]*hasansalim.alatas@yahoo.com*, [3]*luna_ernawati@yahoo.com*

I N F O A R T I K E L

Sejarah artikel:
Menerima 8 Januar1 2022
Revisi 9 Januari 2022
Diterima 10 Januari 2022
Online

Kata kunci:
Oligomenorhea
Durasi Menstruasi

ABSTRAK

Latar Belakang : Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10 – 24 tahun dan belum menikah. (WHO, 2014). Menurut WHO (2008) prevalensi *oligomenorhea* pada wanita sekitar 45%. Menurut Siegberg tahun 2011 di Indonesia kelainan siklus menstruasi *oligomenorhea* menyerang 16,7% remaja (Agnia, 2016).

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengertahui karakteristik durasi lamanya waktu menstruasi pada kasus oligomenorhea mahasiswa STIK Budi Kemuliaan pada Tahun 2021.

Metode Penelitian : Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif deskriptif, dengan disain (rancangan) *cross-sectional study* (potong lintang).

Sampel Penelitian : Hasil dari 114 responden, sampel dipilih secara total sampling menggunakan data primer yaitu menggunakan kuesioner sebagai pedoman wawancara atau *google – form* dan disebarkan melalui WhatsApp kepada responden.

Hasil penelitian : Pada periode bulan September sampai Oktober 2021 di STIK Budi Kemuliaan dengan 114 responden, usia responden sebagian besar kelompok 20 sampai 21 tahun sebanyak 53%, pola makan responden sebagian besar kelompok renndah sebanyak 32%, aktivitas dan kebiasaan responden sebagian besar kelompok ringan sebanyak 38%, program studi responden sebagian besar kelompok strata satu sebanyak 67,5%, BMI responen sebagian besar kelompok normal sebanyak 71%, usia pertama kali menstruasi responden sebagian besar kelompok 10 sampai 14 tahun sebanyak 85%, sosial ekonomi responden sebagian besar kelompok lebih dari 500 ribu sampai 1 juta sebanyak 44%, tingkat stress responden sebagian besar kelompok rendah dan sedang sebanyak 30%, sebagian besar responden sebanyak 90% tidak memiliki riwayat DM orang tua, tingkat pengetahuan responden sebagian besar kelompok rendah sebanyak 37%, durasi menstruasi responden sebagian besar 3 – 7 hari sebanyak 75%, dan kasus *oligomenorea* sebagian besar kelompok bukan *oligomenorhea* sebanyak 93%.

Keywords:
Oligomenorhea
Menstruation Duration

ABSTRACT

Background: *The Population and Family Planning Agency (BKKBN) has a teenage age range of 10-24 years and is unmarried. (WHO, 2014). According to WHO (2008) the prevalence of oligomenorrhea in women is around 45%. According to Siegberg in 2011 in Indonesia, oligomenorrhea menstrual cycle disorders attack 16.7% of adolescents (Agnia, 2016).*

Research Objectives: *This study aims to determine the characteristics of the duration of menstruation in cases of oligomenorrhea of Budi Kemuliaan STIK students in 2021.*

Research Methods: *This type of research is descriptive quantitative research, with a cross-sectional study design.*

Research Sample: *The results of 114 respondents, the sample was selected by total sampling using primary data, namely using a questionnaire as an interview guide or google – form and distributed via WhatsApp to respondents.* ***The results of the study:*** *In the period from September to October 2021 at Budi Kemuliaan STIK with 114 respondents, the age of most of the respondents in the 20 to 21 years group was 53%, the eating patterns of most of the respondents were in the low group as much as 32%, the activities and habits of the respondents were mostly mild groups. as much as 38%, the majority of respondents' study programs in the undergraduate group as much as 67.5%, the BMI of the respondents mostly in the normal group as much as 71%, the age at first menstruation of the respondents mostly in the group of 10 to 14 years as much as 85%, the socio-economic of the respondents in most groups more than 500 thousand to 1 million as much as 44%, the stress level of most respondents in the low and moderate group is 30%, most of the respondents as much as 90% do not have a history of parental DM, the level of knowledge of most respondents in the low group is 37%, the duration of menstruation respondents mostly 3-7 days as much as 75%, and most cases of oligomenorrhea non-oligomenorhea group as much as 93%.*

1. PENDAHULUAN [Times New Roman 12 bold]

Menurut *World Health Organization* (WHO) kesehatan reproduksi adalah keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, yang tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan, yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. (Kusmiran, 2013).

Menurut WHO tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 – 19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 – 18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10 – 24 tahun dan belum menikah. (WHO, 2014)

Menstruasi merupakan siklus bulanan yang normal pada wanita. Siklus menstruasi biasanya dimulai pada wanita muda umur 12-15 tahun (menarche) yang terus berlanjut sampai umur 40-50 tahun (menopouse) tergantung pada berbagai faktor. Siklus menstruasi bervariasi pada tiap perempuan. Panjang siklus menstruasi dihitung dari hari pertama menstruasi yang kemudian dihitung sampai dengan hari perdarahan menstruasi bulan berikutnya dimulai. Pada umumnya siklus menstruasi berlangsung selama 28 hari, Siklus normal berlangsung 21 – 35 hari. (Kusmiran, 2016).

Remaja putri pada masa awal mentruasi sering mengalami menstruasi datang tidak teratur tiap bulannya. Menstruasi yang tidak teratur disebut juga *oligomenorhea. Oligomenorhea* merupakan suatu keadaan dimana siklus menstruasi memanjang lebih dari 35 hari sedangkah jumlah perdarahan tetap sama. Wanita yang mengalami *oligomenorhea* akan mengalami menstruasi lebih jarang dari pada biasanya, sehingga mengalami haid 4 – 9 kali dalam setahun (Wolfenden, 2010).

Menurut WHO (2008) prevalensi *oligomenorhea* pada wanita sekitar 45%. Menurut Siegberg tahun 2011 di Indonesia kelainan siklus menstruasi *oligomenorhea* menyerang 16,7% remaja (Agnia, 2016). Oligomenorhea terjadi pada 3 – 5 tahun pertama sertelah haid pertama ataupun beberapa tahun kemudian menjelang menopause. Oligomenorhea yang terjadi pada masa itu merupakan variasi normal yang terjadi karena kurang baiknya koordinasi hipotalamus, hipofisis dan ovarium sehingga timbul gangguan ketidakseimbangan hormone dalam tubuh (Ernawati, 2017).

Gangguan hormonal, status gizi, tinggi rendahnya IMT (Indeks Massa Tubuh), dan tingkat stress adalah faktor-faktor yang mengakibatkan timbulnya gangguan siklus menstruasi (Gharravi, 2009). Terdapat hubungan antara IMT dengan siklus

menstruasi. Penurunan IMT berakibat pada peningkatan durasi siklus menstruasi (Sinha et al., 2011). Seseorang dengan status gizi *overweight* berisiko mengalami *anovulatory chronic* (Karyadi, 2007). Wanita dengan kondisi ini, cenderung memiliki sel – sel lemak yang lebih banyak sehingga produksi hormon estrogen juga menjadi berlebih. (Karyadi, 2007)

Pada umumnya volume perdarahan *oligomenorhea* lebih sedikit dari volume perdarahan menstruasi biasanya begitu juga dengan durasi yang cenderung lebih memendek. Gangguan jenis ini berakibat ketidaksuburan dalam jangka panjang karena sel telur jarang diproduksi sehingga tidak terjadi pembuahan. (Sarwono, 2010)

Kasus Oligomenorhea memiliki variasi durasi lamanya menstruasi. Rata-rata durasi lamanya menstruasi berdasarkan referensi SHO adalah 3-7 hari. Namun penelitian tentang durasi lamanya menstruasi pada kasus oligomenorhea sangat sedikit. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian tentang durasi lamanya menstruasi pada kasus oligomenorhea.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif deskriptif, dengan disain (rancangan) *cross-sectional study* (potong lintang). Penelitian kuantitatif nampak dalam data yang diperoleh berupa angka dengan analisis menggunakan uji statistika, disebut penelitian observasional karena tidak dilakukan intervensi atau perlakuan pada responden saat penelitian. Penelitian analitik bertujuan untuk mengevaluasi faktor – faktor yang berhubungan dengan durasi menstruasi pada kasus oligomenorhea

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode pengambilan sampel yaitu sampel jenuh. Dalam metode ini, ssampel yang diambil adalah seluruh populasi penelitian. Metode sampel jenuh disebut juga dengan metode sensus, dimana seluruh populasi dicacah sebagai responden penelitian.

3. DISKUSI

Tabel.1 Distribusi Responden berdasarkan Usia, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Usia	f	%
1	17 – 19 Tahun	35	31%
2	20 – 21 Tahun	60	53%
3	22 – 24 Tahun	19	17%
Total		114	100%

Berdasarkan tabel 5.2.1 dapat dilihat bahwa responden sebagian besar berusia 20 sampai 21 tahun sebesar 53%, dan sedangkan yang paling kecil berusia 22 samapai 24 tahun sebesar 17%.

Tabel.2 Distribusi Responden berdasarkan Pola Makan, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Pola Makan	f	%
1	Rendah	37	32%
2	Cukup	21	18%
3	Baik	31	27%
4	Tinggi	25	22%
	Total	114	100%

Berdasarkan tabel.2 dapat dilihat bahwa sebagian besar pola makan responden dengan kategori rendah sebanyak 32%, sedangkan yang paling kecil dengan kategori cukup sebanyak 18%

Tabel.3 Distribusi Responden berdasarkan Aktivitas, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Aktivitas	f	%
1	Ringan	43	38%
2	Cukup	30	26%
3	Sedang	18	16%
4	Berat	23	20%
	Total	114	100%

Berdasarkan table. 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar aktivitas responden kelompok ringan sebesar 38%, sedangkan yang paling kecil kelompok sedang sebesar 16%.

Tabel.4 Distribusi Responden berdasarkan Program Studi, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Program Studi	f	%
1	S1 Kebidanan	77	67.5%
2	D3 Kebidanan	37	32.5%
	Total	114	100%

Berdasarkan tabel.4 dapat dilihat bahwa program studi kebidanan strata satu sebanyak 67,5%, dan program studi diploma tiga sebanyak 25%

Tabel.5 Distribusi Responden berdasarkan BMI, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori BMI	f	%
1	Kurus	11	10%
2	Normal	81	71%
3	Gemuk	6	5%
4	Obesitas	16	14%
	Total	114	100 %

Berdasarkan tabel.5 dapat dilihat bahwa sebagian besar BMI responden kelompok normal sebanyak 71%, sedangakan yang paling kecil kelompok gemuk sebanyak 5%.

Tabel.6 Distribusi Responden berdasarkan Usia Pertama kali Mesntruasi, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori	f	%
1	10 – 14	97	85%
2	> 14	17	15%
3	Total	114	100%

Berdasarkan tabel.6 dapat dilihat bahwa sebagaian besar usia pertama kali menstruasi responden kelompok 10 sampai 14 tahun sebanyak 85%, sedangkan yang paling kecil kelompok lebih dari 14 tahun sebanyak 15%

Tabel 5.2.7 Distribusi Responden berdasarkan Sosial Ekonomi, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Uang Saku	f	%
1	20 ribu - 300 ribu	33	35%
2	> 300 ribu - 500 ribu	16	17%
3	> 500 ribu - 1 juta	42	44%
4	> 1 juta	4	4%
TOTAL		95	100%

Berdasarkan tabel.7 dapat dilihat bahwa sebagian besar sosial ekonomi responden dengan kelompok lebih dari 500 ribu sampai 1 juta sebanyak 44%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok lebih dari 1 juta sebanyak 4%.

Tabel.8 Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Stress, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Tingkat Stress	f	%
1	Rendah	34	30%
2	Cukup	23	20%
3	Sedang	34	30%
4	Tinggi	23	20%
	Total	114	100%

Berdasarkan tabel.8 dapat dilihat sebagian besar tingkat stress responden dengan kelompok rendah dan sedang sebanyak 30%, dan yang paling kecil dengan kelompok tinggi dan cukup sebanayk 20%.

Tabel.9 Distribusi Responden berdasarkan Riwayat DM Orang Tua, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Riwayat DM Orang Tua	f	%
1	Iya	11	10%
2	Tdak	103	90%
	Total	114	100%

Berdasarkan tabel.9 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden tidak memiliki riwayat DM orang tua sebanyak 90%, sedangkan sebanyak 10% responden memiliki riwayat DM orang tua.

Tabel.10 Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Pengetahuan,
Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Tingkat Pengetahuan	f	%
1	Rendah	42	37%
2	Cukup	30	26%
3	Baik	35	31%
4	Tinggi	7	6%
	Total	114	100 %

Berdasarkan tabel.10 dapat dilihat bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan responden dengan kelompok rendah sebanyak 37%, sedangkan yang paling rendah dengan kelompok tinggi sebanyak 6%

Tabel.11 Distribusi Responden menurut Durasi Menstruasi, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori	f	%
1	0 - 3 (Cukup)	6	5%
2	3 - 7 (Baik)	85	75%
3	> 7 (Sedang)	23	20%
	Total	114	100 %

Berdasarkan tabel.11 dapat dilihat bahwa sebagian besar durasi menstruasi responden dengan kelompok 3 sampai 7 hari atau kategori baik sebanyak 75%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok 0 sampai 3 hari atau kategori cukup sebanyak 5%.

Tabel.12 Distribusi Responden berdasarkan Kasus Oligomenorhea, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Durasi Menstruasi	f	%
1	Tidak Teratur	2	2%
2	Bukan Oligomenorhea	106	93 %
3	Oligomenorhea	6	5%
Total		114	100 %

Berdasarkan tabel.12 dapat dilihat bahwa sebagian besar kasus oligomenorhea dengan kelompok bukan *oligomenorhea* sebanyak 83%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok tidak teratur sebanyak 2%.

Kasus Oligomenorhea Mahasiswa STIK Budi

Tabel.1 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Usia, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Usia	f	%
1	17 – 19 Tahun	1	17%
2	20 – 21 Tahun	3	50%
3	22 – 24 Tahun	2	33%
Total		6	100 %

Berdasarkan tabel.1 dapat dilihat bahwa sebagian besar usia responden dengan kelompok 20 sampai 21 tahun sebanyak 50%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok 17 samapai 19 tahun sebanyak 17%

Tabel.2 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Pola Makan, Mahasisawa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Pola Makan	f	%
1	Rendah	1	17%
2	Cukup	2	33%
3	Baik	2	33%
4	Tinggi	1	17%
Total		6	100 %

Berdasarkan tabel.2 dapat dilihat bawah sebagaian besar pola makan responden dengan kelompok cukup dan baik sebanyak 33%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok tinggi dan rendah sebanyak 17%

Tabel 5.3 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Aktivitas, Mahasiswa STIK Budi KemuliaanTahun 2021

No	Kategori Aktivitas	f	%
1	Ringan	5	83%
2	Berat	1	17%
Total		6	100%

Berdasarkan tabel.3 dapat dilihat sebagian besar aktivitas responden dengan kelompok ringan sebanyak 83%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok berat sebanyak 17%.

Tabel.4 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Program Studi, Mahasiswa Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Program Studi	f	%
1	S1 Kebidanan	3	50%
2	D3 Kebidanan	3	50%
Total		6	100%

Bedasarkan tabel.4 dapat dilihat bahwa program studi strata satu sebanyak 50% dan dengan program studi diploma tiga sebanyak 50%

Tabel.5 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan BMI, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori BMI	f	%
1	Normal	4	67%
2	Gemuk	1	17%
3	Obesitas	1	17%
Total		6	100%

Berdasarkan tabel.5 dapat dilihat bawah sebagian besar BMI responden dengan kelompok normal sebanyak 67%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok gemuk dan obesitas sebanyak 17%

Tabel 5.6 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Usia Pertama kali Menstruasi, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori	f	%
1	10 – 14 Tahun	5	83%
2	> 14 Tahun	1	17%
Total		6	100%

Berdasarkan tabel.6 dapat dilihat bahwa sebagian besar usia pertama kali menstruasi responden dengan kelompok 10 sampai 14

tahun sebanyak 83%, sedangkan kelompok lebih dari 14 tahun sebanyak 17%

Tabel 5.7 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Sosial Ekonomi, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Uang Saku	f	%
1	20 ribu - 300 ribu	1	17%
2	> 300 ribu - 500 ribu	4	67%
Total		5	83%

Berdasarkan tabel.7 dapat dilihat bahwa sebagian besar sosial ekonomi responden dengan kelompok lebih dari 300 ribu sampai 500 ribu sebanyak 67%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok 20 ribu sampai 300 ribu sebanyak 17%

Tabel.8 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Tingkat Stress, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Tingkat Stress	f	%
1	Rendah	1	17%
2	Cukup	1	17%
3	Sedang	3	50%
4	Tinggi	1	17%
Total		6	100%

Berdasarka tabel.8 dapat dilihat bahawa sebagian besar tingkat stress responden dengan kelompok sedang sebanyak 50%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok tinggim cukup dan rendah sebanyak 17%

Tabel.9 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Riwayat DM Orang Tua, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Riwayat DM Orang Tua	f	%
1	Iya	1	17%
2	Tdak	5	83%
Total		6	100%

Berdasarkan tabel.9 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden tidak memiliki riwayat DM orangtua sebanyak 83%, sedangkan sebanyak 17% responden memiliki riwayat DM orangtua.

Tabel .10 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Tingkat Pengetahuan, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori Tingkat Pengetahuan	f	%
1	Rendah	1	17%
2	Cukup	3	50%
3	Baik	2	33%
Total		6	100%

Berdasarkan tabel .10 dapat dilihat sebagian besar tingkat pengetahuan responden dengan kelompok cukup sebanyak 50%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok rendah sebanyak 17%.

Tabel.11 Distribusi Kasus *Oligomenorhea* berdasarkan Durasi Menstruasi, Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan Tahun 2021

No	Kategori	f	%
1	0 - 3 (Cukup)	4	67%
2	3 - 7 (Baik)	2	33%
Total		6	100%

Berdasarkan tabel.11 dapat dilihat bahwa sebagian besar durasi menstruasi responden kelompok 0 sampai 3 hari atau kategori cukup sebanyak 67%, sedangkan yang paling kecil kelompok 3 sampai 7 hari atau kategori baik sebanyak 33%.

Berdasarkan hasil penelitian dari 114 responden sebagian besar dengan kelompok bukan *oligomenorhea* dengan jumlah 106 mahasiswa atau sebanyak 93%, dan yang paling rendah dengan kategori tidak teratur dengan jumlah 2 mahasiswa atau sebanyak 2%. Sedangkan dari 114 responden yang mengalami *oligomeorhea* sebanyak 6 mahasiswa atau 5%

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vriska Roro Sekar Arum yang menunjukkan 101 responden hanya 32,7% yang mengalami oligomenorea, sisanya tidak mengalami oligomenorea sebanyak 67,8%

a. Usia

Berdasarkan penelitian dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar usia responden dengan kelompok 20 sampai 21 tahun dengan jumlah 3 mahasiswa atau sebanyak 50%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompo 17 sampai 19 tahun dengan jumlah 1 mahasiwa atau sebanyak 17%

Penelitian ini sejalan dengan Indonesia mengalami perkembangan jumlah remaja yang sangat cepat. Jumlah penduduk Indonesia tahun 2013 sebanyak 290 juta jiwa yang 35% diantaranya adalah remaja usia 10-24 tahun (Badan Pusat Statistik Nasional, 2013)

b. Pola Makan

Berdasarkan penelitian dari 6 reponden yang mengalami *oligomenorhea* sebagain besar dengan kelompok cukup dan baik sebanyak 33%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok tinggi dan rendag sebanyak 17%

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zakiah (2014) pada mahasiswa bahwa 100% mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarit Hidayatullah Jakarta memeiliki kebiasaan makan makanan beragam yang tidak sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Jika dilihat berdasarkan masing – masing kelompok makanan. 53,5% memiliki kebiasaan makan – makanan pokok yang kurang dan 44,5% memiliki kebiasaan makan lauk yang kurang , dan 8,1% memiliki kebiaaan makan pauk yang kurang, serta 100% memiliki kebiasaan makan sayur dan buah yang kurang.

c. Aktivitas dan Kebiasaan

Berdasarkan penelitian dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar aktivitas responden dengan kelompok ringan sebanyak 83%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok berat sebanyak 17%

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mahitala, (2015) dimana persentase aktivitas fisik berat responden lebih dari dua per tiga dari jumlah responden secara keseluruhan (64,7 %)

d. Program Studi

Berdasarkan hasil penelitian dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* dapat dilihat bahwa program studi Strata satu sebanyak 50% dan program studi Diploma tiga sebanyak 50%

Hal ini juga sama dengan pembahasan pada 114 responden, hasil penelitian ini sesuai dengan Thakur (2020) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan menjadi faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi.

e. BMI

Berdasarkan hasil penelitian dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar BMI responden dengan kelompok normal sebanyak 67%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok gemuk dan obesitas sebanyak 1%

Hal ini didukung penelitian oleh Shuying tahun 2009 pada 726 wanita di Australia, menemukan sebanyak 26% responden yang obesitas (IMT ≥30), memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur dibandingkan dengan 14% responden dengan IMT dengan rentang 20-24,9 dan wanita dengan IMT < 20 atau >30kg/m2 dua kali lebih beresiko mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur dibandingkan dengan wanita dengan IMT normal.

f. Usia Pertama Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar usia pertama kali menstruasi responden dengan kelompok 10 sampai 14 tahun sebanyak 83%, sedangkan kelompok yang paling kecil lebih dari 14 tahun sebanyak 17%

Hal ini juga sejalan dengan , Aishah (2011) mengungkapkan bahwa remaja yang memiliki IMT yang lebih tinggi cenderung mendapatkan menstruasi pertamanya terlebih dahulu, karena kadar leptin yang disekresikan oleh kelenjara diposa.

g. Sosial Ekonomi

Berdasarkan hasil penelitian sosial ekonomi dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar dengan kelompok lebih dari 300 ribu sampai 500 ribu sebanyak 67%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok 20 ribu samoai 300 ribu sebanyak 17%

Santrock (2007) lebih lanjut menjelaskan bahwa status sosial ekonomi sebagai pengelompokan orang-orang berdasarkan kesamaan karakteristik pekerjaan, pendidikan dan tingkat ekonomi

h. Tingkat Stress

Berdasarkan hasil penelitian tingkat stress pada 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar dengan kelompok sedang sebanyak 50%, sedangkan yang paling kecil dengan kelompok tinggi, cukup dan rendah sebanyak 17%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurlaila, dkk (2015) di Poltekes Kemenkes Kaltim yang menyatakan ada hubungan signifikan antara stress dengan siklus menstruasi, serta responden yang mengalami stress mempunyai peluang atau cenderung mengalami siklis menstruasi yang tidak teratur

i. Riwayat DM Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian Riwayat DM Orang Tua dengan 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar tidak memiliki riwayat DM orang tua sebanyak 83%, sedangkan sebanyak 17% responden memiliki riwayat DM orang tua.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian *International Disease Foundation* (IDF) Pada tahun 2003, menyatakan bahwa prevalensi DM

di dunia adalah 1,9% pada seluruh kelompok umur, yaitu sekitar 194 juta penduduk

j. Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian Tingkat Pengetahuan dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar kelompol cukup sebanyak 50%, sedangkang yang paling kecil dengan kelompok rendah sebanyak 17%.

Hal ini didukung dengan penelitian Tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di Haliwen tentang kesehatan reproduksi adalah baik yaitu sebesar 84,9% (107 orang), cukup 14,3 % (18 orang), dan kurang 0,8% (1 orang)

k. Durasi Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian durasi menstruasi dari 6 responden yang mengalami *oligomenorhea* sebagian besar dengan kelompok 0 – 3 hari sebanyak 67%, sedangkan yang paling kecil 3 sampai 7 hari sebanyak 33%.

Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisarantara 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus peremenstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari (Proverawati, 2009).

Siklus haid yang terjadi diluar keadaan normal atau dengan kata lain tidak berada pada interval pola haid pada rentang waktu kurang dari 21 atau lebih dari 35 hari dengan interval pendarahan uterus normal kurang dari 3 atau lebih dari7 hari disebut siklus menstruasi/haid yang tidak teratur (Berek, 2012)

4. SIMPULAN

1. Pada periode bulan September sampai Oktober 2021 di STIK Budi Kemuliaan dengan 114 responden, usia responden sebagian besar kelompok 20 sampai 21 tahun sebanyak 53%, pola makan responden sebagian besar kelompok renndah sebanyak 32%, aktivitas dan kebiasaan responden sebagian besar kelompok ringan sebanyak 38%, program studi responden sebagian besar kelompok strata satu sebanyak 67,5%, BMI responen sebagian besar kelompok normal sebanyak 71%, usia pertama kali menstruasi responden sebagian besar kelompok 10 sampai 14 tahun sebanyak 85%, sosial ekonomi responden sebagian besar kelompok lebih dari 500 ribu sampai 1 juta sebanyak 44%, tingkat stress responden sebagian besar kelompok rendah dan sedang sebanyak 30%, sebagian besar responden sebanyak 90% tidak memiliki riwayat DM orang tua, tingkat pengetahuan responden sebagian besar kelompok rendah sebanyak 37%, durasi menstruasi responden sebagian besar 3 – 7 hari sebanyak 75%, dan kasus *oligomenorea* sebagian besar kelompok bukan *oligomenorhea* sebanyak 93%.
2. Pada periode sampai Oktober 2021 di STIK Budi Kemuliaan dengan 6 responden yang mengalami *oligomenorhea*, usia responden sebagian besar 20 sampai 21 tahun sebanyak 50%, pola makan responden sebagian besar cukup dan baik sebanyak 33%, aktivitas responden sebagian besar ringan sebantak 83%, prodi D3 dan S1 memiliki persentase yang sama yaitu sebanyak 50%, BMI responden sebagian besar normal sebanyak 67%, usia pertama kali mestruasi responden sebagian besar 10 sampai 14 tahun sebanyak 83%, sosial ekonomi responden sebagian besar lebih dari 300 ribu sampai 500 ribu sebanyak 83%, tingkat stress responden sebagian besar kelompok sedang sebanyak 50%, 83% responden tidak memiliki riwayat DM orang tua, tingkat pengetahuan responden sebagian besar kelompok cukup sebanyak 50%, dan durasi menstruasi responden sebagian besar kelompok 0 – 3 hari sebanyak 67%

3. REFERENSI

Aulia, R., Eti, S. 2020. *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Oligomenorhea di MAN 01 Kota Bogor*. Program Studi Keperawatan Bogor

Manggalaning, A, M.2016. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gangguang Siklus Menstruasi siswi XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Seragen. Vol.3, No.2, Jul 2016.* Akademi Kebidanan YAPPI Sragena

Aziza, D,O., Karin, I, K. 2019. *Suplementasi Vitamin D pada Wanita dengan Polycystic Ovarian Syndrome (PCOS). Vol.10, No.2*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Hudasa

Purwarti, Y., Ari, M. 2020. *Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik dan Kecemasan. 16(2),2020,217-228.* Jurnal Kebidanan dan Keperawatan

Khairiyah, E, L.2016.*Pola Makan Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Kesehatan (FKK) UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2016.*

Yuniarti, Neni. 2012. *Gizi dan Kesehatan AUD "Kebutuhan Gizi Anak".* Makalah

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Padang

Widiyatmoko, A, F., Hadi, H. 2018. *Tingkat Aktifitas Fisik Siswa Kota Semarang*. Universitas PGRI Semarang.

Mahardikawati, V. A. (2008). Aktivitas Fisik, Konsumsi Pangan, Status Gizi, Dan Produktivitas Kerja Wanita Pemetik Teh di PTPN VIII Bandung, Jawa Barat. Jurnal Gizi Dan Pangan, 3(2), 79–85.

Kodyat, B. A. Pedoman Gizi Seimbang, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 § (2014). https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2

WHO. *Global Physical Activity Questionnaire*, Who § (2014). https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60736-3.

Efendy, S. 2017. *Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas berdasarkan Body Fat Percentage di Dusun Tanjung, Deda Banjaroyo, Kalibawang, Kulon Progo, Yogyakarta.*

Annuar, A, B, S. 2017. *Hubungan Komposisi Lemak dengan Gangguan Siklus Menstruasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Hasanuddin.*

Goldman MB, Hatch MC, editors.*Menstruation and menstrual disorders*.Women & Health. California,USA: Acad.Press. 2004. p. 99−113

Laras Sitoayu, Dewi Ayu Pertiwi, Erry Yudhya Mulyani, 2016. *Kecukupan zat gizi makro, status gizi, stress dan siklus menstruasi pada remaja. Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.Vol 13 No 3- Januari 2017 (121-128). Diakses pada 13 desember 2017, http://jurnal.ugm.ac.id/jgki

Liu Y, Gold EB, Lasley BL, Johnson WO. *Factors affecting menstrual cycle characteristics. Am J Epidemiol. 2004;160(2):131−40*