

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**  
Skripsi, Februari 2021

Annesa Ainun Mardiyah, Nur Faidah<sup>2</sup>, Rusli Malli<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2017/ email [annesaaainun@gmail.com](mailto:annesaaainun@gmail.com)

<sup>2</sup>Pembimbing, <sup>3</sup>Pembimbing

**“PENGARUH AKTIVITAS FISIK TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI ANGGKATAN 2017 PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR.”** (xiii + 58 Halaman + 8 Gambar + 3 Tabel + 4 Lampiran)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Gangguan menstruasi yang berkelanjutan menyebabkan terganggunya sistem reproduksi yang menyebabkan berbagai penyakit. Aktivitas fisik yang berlebih diketahui sebagai salah satu faktor wanita mengalami gangguan siklus menstruasi. Aktivitas fisik berlebih dapat menekan *Gonadotropin Releasing Hormon* (GnRH) yang mempengaruhi pelepasan *Luteinizing Hormon* (LH) dan *Follicle Stimulating Hormon* (FSH), hormon estrogen dan progesteron. Bila berkelanjutan dapat menimbulkan terjadinya gangguan siklus menstruasi. **Tujuan:** Mengidentifikasi pengaruh aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional* dan menggunakan data primer yang diperoleh dari pengisian kuisioner. **Hasil:** Penelitian ini melibatkan 51 responden. Hasil analisa univariat menunjukkan bahwa sebagian besar aktivitas fisik sampel berada pada kategori sedang (84,6%) dan gangguan siklus menstruasi terjadi pada 32,7% sampel. Hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji Chi-square menunjukkan nilai  $p < 0,05$  ( $p=0,000$ ) yang berarti terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada mahasiswi angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

**Kata Kunci:** Aktivitas Fisik, Gangguan Menstruasi