



INTISARI

Latar Belakang: Siklus menstruasi merupakan indikator kesehatan reproduksi perempuan yang dipengaruhi oleh faktor psikologis, status gizi, dan kualitas tidur. Mahasiswa profesi keperawatan memiliki beban akademik dan klinik yang tinggi sehingga berisiko mengalami stres, gangguan tidur, dan perubahan indeks massa tubuh yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi.

Tujuan: Mengetahui hubungan depresi, kecemasan, stres, indeks massa tubuh (IMT), dan kualitas tidur dengan siklus menstruasi pada mahasiswa profesi keperawatan FK-KMK UGM.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* ini dilaksanakan pada November 2025 dengan melibatkan 89 mahasiswa profesi keperawatan yang diambil menggunakan *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan valid dan reliabel yang meliputi *Menstrual Cycle Questionnaire (MCQ)*, *Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21)*, *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, serta indeks massa tubuh (IMT) dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan *Linear-by-Linear association (LbyL)*.

Hasil: Mayoritas responden (76,4%) mengalami siklus menstruasi teratur. Sebagian besar responden memiliki tingkat depresi normal (69,7%), kecemasan normal (64%), stres normal (86,5%), dan indeks massa tubuh (IMT) normal (55,1%). Namun 57,3% responden memiliki kualitas tidur buruk. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara depresi dengan siklus menstruasi ($p=0,02$). Sedangkan kecemasan ($p=0,18$), stres ($p = 0,21$), IMT ($p = 0,57$), dan kualitas tidur ($p = 0,32$) tidak mempunyai hubungan dengan siklus menstruasi.

Kesimpulan: Depresi berhubungan dengan siklus menstruasi mahasiswa profesi keperawatan. Sedangkan kecemasan, stres, indeks massa tubuh, dan kualitas tidur tidak berhubungan dengan siklus menstruasi mahasiswa profesi keperawatan. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali lebih jauh faktor-faktor lain terkait siklus menstruasi pada mahasiswa profesi keperawatan.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, Kualitas Tidur, Mahasiswa Profesi Keperawatan, Siklus Menstruasi, Depresi, Kecemasan, Stres



ABSTRACT

Background: The menstrual cycle is an important indicator of female reproductive health and is influenced by psychological factors, nutritional status, and sleep quality. Clinical nursing students face high academic and clinical demands, which increase the risk of stress, sleep disturbances, and changes in body mass index that may affect menstrual cycle.

Objective: To determine the relationship between depression, anxiety, stress, body mass index, and sleep quality with menstrual cycle regularity among clinical nursing students FK-KMK UGM.

Method: This quantitative study employed a cross-sectional design. This study has done in November 2025 and involved 89 clinical nursing students selected using total sampling. Data were collected using valid and reliable instruments including the Menstrual Cycle Questionnaire (MCQ), Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), and body mass index (BMI) by body weight and body height measurements. Data were analyzed by Chi-Square and Linear-by-Linear test.

Results: A total of 76,4% of respondents experienced regular menstrual cycles. Most respondents reported normal range of depression (69,7%), anxiety (64%), stress (86,5%), and body mass index (BMI) (55,1%). However, 57,3% reported poor sleep quality. Statistical analysis showed significant correlation between depression and menstrual cycle ($p=0,02$). However, the anxiety ($p=0,18$), stress ($p = 0,21$), BMI ($p = 0,57$), and sleep quality ($p = 0,32$) had no significant correlations with menstrual cycle.

Conclusion: There is a correlation between depression and menstrual cycle among clinical nursing students. However the anxiety, stress, body mass index (BMI), and sleep quality had no correlation with menstrual cycle among clinical nursing students. The next researcher can contribute to other factors related to menstrual cycle among clinical nursing students.

Keywords: Body Mass Index, Menstrual Cycle, Clinical Nursing Students, Sleep Quality, Depression, Anxiety, Stress