

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN GANGGUAN MENSTRUASI WANITA PASANGAN USIA SUBUR DI  
DESA TEMANGGUNG KECAMATAN KALIANGKRIK KABUPATEN MAGELANG TAHUN 2015

ANINDITA MAHITALA – 25010111130203

(2015 - Skripsi)

Gangguan menstruasi yang berkelanjutan menimbulkan terjadinya gangguan sistem reproduksi yang dapat dihubungkan dengan peningkatan risiko berbagai penyakit seperti kanker rahim, kanker payudara, dan infertilitas. Pasangan Usia Subur yang belum memiliki anak di Desa Temanggung mengalami gangguan menstruasi sebanyak 7 dari 10 orang dengan faktor paling berkontribusi adalah aktivitas fisik. Tujuan penelitian ini menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan gangguan menstruasi wanita Pasangan Usia Subur. Jenis penelitian yang digunakan yaitu *explanatory research* dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi penelitian ini adalah wanita Pasangan Usia Subur yang belum memiliki anak sejumlah 71 orang dan sampel yang dipilih secara simple random sampling sejumlah 51 orang. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat (deskriptif dan analitik). Hasil analisis univariat menunjukkan persentase aktivitas fisik berat responden (72,5 %) dan persentase gangguan menstruasi wanita Pasangan Usia Subur (60,8 %). Hasil analisis bivariat deskriptif menunjukkan bahwa persentase aktivitas fisik berat responden (64,7 %), dan persentase kejadian gangguan menstruasi wanita Pasangan Usia Subur (60,8 %). Hasil uji statistik Chi square dengan pendekatan koreksi Yate dengan  $\alpha = 5\%$  didapatkan ada hubungan antara aktivitas fisik dengan gangguan menstruasi wanita Pasangan Usia Subur (pvalue = 0,008). Saran yang diberikan berupa pemberian penyuluhan dan pengukuran aktivitas fisik bagi wanita Pasangan Usia Subur dari petugas kesehatan Puskesmas Kaliangkrik serta wanita Pasangan Usia Subur untuk mengurangi aktivitas berat dan menjaga pola istirahat yang cukup

**Kata Kunci:** gangguan menstruasi, aktivitas fisik, wanita Pasangan Usia Subur