

ABSTRAK

KECEMASAN MENJELANG MENSTRUASI PADA MAHASISWA YANG MEMPUNYAI PENGALAMAN DISMENORE DI PRODI DIII KEPERAWATAN SUTOMO POLTEKKES KEMENKES SURABAYA

Oleh: Folexy Malada

Kecemasan adalah perasaan was-was, khawatir, takut yang tidak jelas atau tidak nyaman seakan-akan terjadi sesuatu yang mengancam. Kecemasan merupakan salah satu faktor psikologis yang diduga dapat memicu terjadinya dismenore selain faktor fisiologi, semakin tinggi tingkat kecemasan maka kejadian dismenore pada remaja putri semakin meningkat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kecemasan menjelang menstruasi pada Mahasiswa yang mempunyai pengalaman dismenore di Prodi DIII Keperawatan Sutomo Poltekkes Kemenkes Surabaya. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Sutomo yang mempunyai pengalaman dismenore sebanyak 155 mahasiswa, dengan sampel 60 orang. Teknik pengambilan sampel adalah dengan menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner melalui Google Formulir. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa karakteristik Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutomo Poltekkes Kemenkes Surabaya dengan kategori umur hampir setengahnya berumur 20 tahun dan pada kategori *menarche* hampir setengahnya berumur 12 tahun. Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Sutomo Poltekkes Kemenkes Surabaya sebagian besar mengalami kecemasan sedang dan tidak ada satupun yang tidak cemas. Diharapkan mahasiswa untuk mencari informasi seputar mekanisme coping kecemasan yang tepat untuk mengurangi rasa cemas yang dialami, sehingga kecemasan dapat menurun dan teratasi. Dan penting nya mencari informasi bagi mahasiswi tentang penanganan dismenore, jika saat menstruasi mengalami dismenore, mahasiswi dapat mengatasinya secara mandiri . selain itu, diharapkan mahasiswi selalu memperhatikan dosen ketika sedang proses belajar mengajar dan lebih banyak membaca untuk menambah wawasan selain dari apa yang sudah disampaikan oleh dosen.

Kata kunci: Kecemasan, Menstruasi, Mahasiswa, Dismenore

ABSTRACT

ANXIETY BEFORE MENSTRUATION IN STUDENTS WHO HAVE DYSMENORRHEA EXPERIENCE IN THE SUTOMO DIPLOMA III PROGRAM POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH SURABAYA

By: Folexy Malada

Anxiety is a feeling of uneasiness, worry, fear that is not clear or uncomfortable as if something threatening is happening. Anxiety is one of the psychological factors that are thought to trigger the occurrence of dysmenorrhea in addition to physiological factors, the higher the level of anxiety, the incidence of dysmenorrhea in adolescent girls is increasing. The purpose of this study was to determine anxiety before menstruation in students who have experienced dysmenorrhea in Nursing DIII Prodi Sutomo Poltekkes, Ministry of Health Surabaya. The type of research used is descriptive research. The population in this study was Sutomo's DIII Sutomo Nursing Study Program students who had experience of dysmenorrhea as many as 155 students, with a sample of 60 people. The sampling technique is using the Simple Random Sampling technique. Data was collected through a questionnaire via Google Forms. The results of this study found that the characteristics of the DIII Nursing Study Program students at the Sutomo Campus, Poltekkes, the Ministry of Health, Surabaya, in the age category, almost half were 20 years old and in the *menarche* category, almost half were 12 years old. Most of the students of the DIII Sutomo Nursing Study Program, experienced moderate anxiety and none of them were not anxious. Students are expected to seek information about appropriate anxiety coping mechanisms to reduce the anxiety they experience, so that anxiety can be decreased and resolved. And it is important to find information for female students about handling dysmenorrhea, if during menstruation they experience dysmenorrhea, female students can handle it independently. In addition, students are expected to always pay attention to the lecturers when they are in the teaching and learning process and read more to add insight apart from what has been conveyed by the lecturer.

Keyword: Anxiety, Menstruation, College Student, Dysmenorrhea