PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
STIKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Skripsi, Juli 2022

MAYA ANJELIA

Hubungan Kualitas Tidur dengan Amenorrhea pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19 di SMK N 3 Pekanbaru

XII + 52 Halaman + 11 Tabel + 1 Skema + 15 Lampiran

ABSTRAK

Sejak kasus Covid-19 melanda pertama kali di Indonesia pada awal bulan Maret 2020, dampak secara langsung maupun tidak langsung dari pandemi tersebut dapat mengakibatkan permasalahan kesehatan pada remaja. Kondisi kesehatan yang menurun diakibatkan begadang mengerjakan tugas yang banyak. Begadang mengerjakan tugas yang banyak dapat menyebabkan gangguan tidur pada remaja dan juga dapat memperburuk gejala pada mereka yang telah mengalami masalah tidur. Gangguan pada tidur dikaitkan dengan adanya gangguan pada hormon. Kualitas tidur yang buruk dapat menghambat produksi melatonin yang akan memengaruhi sintesis dari hormon estrogen. Akibatnya terjadi gangguan dari fungsi hormon melatonin tersebut siklus menstruasi dapat mengalami abnormalitas. Jenis-jenis siklus menstruasi tidak teratur pada remaja perempuan usia 10-19 tahun yaitu amenorea primer, amenorea sekunder, oligomenorea, polimenorea, hipomenorea, menoragi, metropati dan perdarahan tidak teratur. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan amenorrhea pada remaja saat pandemi covid-19. Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional Analytic* yang dilakukan pada siswa kelas 10 di SMK N 3 Pekanbaru dengan *Sample Cross-Sectional* sebanyak 179 orang. Instrument penelitian yang digunakan untuk kualitas tidur menggunakan Kuesioner Kualitas Tidur (KKT) sedangkan amenorrhea menggunakan Kuesioner Amenorrhea. Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuhnya mempunyai kualitas tidur yang buruk sebanyak 104 responden (58,1%), sedangkan hampir seluruhnya responden yang tidak terjadinya amenorrhea sebanyak 138 responden (77,1%). Berdasarkan analisa dengan menggunakan uji *Chi-square* didapatkan *P-value* 0,002 < α (0,05) sehingga terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan amenorrhea pada remaja di masa pandemi covid-19. Peneliti ini merekomendasikan untuk melakukan tindakan preventif untuk mencegah terjadinya amenorrhea pada remaja.

Kata Kunci **:** Kualitas Tidur, Sikus Menstruasi, Amenorrhea, Remaja.
Referensi **:** 71 Referensi (2013-2022)

NURSING PROGRAM
STIKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Thesis, Juli 2022

MAYA ANJELIA

The Relationship of Sleep Quality with Amenorrhea in Adolescents During The Covid-19 Pandemic at SMK N 3 Pekanbaru

XII + 52 Pages + 11 Tables + 1 Schematic + 15 Attachments

ABSTRACT

Since the Covid-19 case hit Indonesia for the first time in early March 2020, the direct or indirect impact of the pandemic could result in health problems for adolescents. The Deteriorating health conditions are caused by staying up late doing a lot of tasks. Staying up late doing multiple tasks can cause sleep disturbances in teens and can also cause symptoms in those who have trouble sleeping. Sleep disturbances are associated with hormonal disturbances. Poor sleep quality can inhibit the production of melatonin which will affect the synthesis of the hormone estrogen. As a result, there is a disruption of the function of the hormone melatonin, the menstrual cycle can experience abnormalities. The types of irregular menstrual cycles in adolescent girls aged 10-19 years are primary amenorrhea, secondary amenorrhea, oligomenorrhea, polymenorrhea, hypomenorrhea, menorrhagia, metropathy and irregular bleeding. The purpose of this study was determine the relationship quality sleep with amenorrhea in adolescents during covid-19 pandemic. Quantitative research with study desgin *Cross Sectional Analytic* at the students 10th grade at SMK N 3 Pekanbaru with *Sample Cross Sectional* as many as 179 people. The research instrument used for Kuesioner Kualitas Tidur (KKT) while the amenorrhea used Kuesioner Amenorrhea. The results of the study show more from half have bad quality sleep as many as 104 respondents (58.1 %) , while almost all of the respondents who did not have amenorrhea as many as 138 respondents (77.1%). Based on result with used *Chi-square* obtained *P-value* 0.002 < (0.05) so there is a relationship quality sleep with amenorrhea in adolescents during the Covid-19 pandemic. This Researcher recommend for to do action preventive for prevent occurrence of amenorrhea in adolescents.

Kata Kunci **:** *Sleep Quality, Menstrual Cycle, Amenorrhea, Adolescents*
Referensi **:** 71 *Reference* (2013-2022)