

## Article

### Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Menstruasi Pada Remaja Putri

Rila Rindi Antina<sup>1</sup>, Selvia Nurul Qomar<sup>2</sup>, Nurun Nikmah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Kebidanan, STIKES Ngudia Husada Madura, Bangkalan, Indonesia

#### SUBMISSION TRACK

Received: June 12, 2024

Final Revision: June 27, 2024

Available Online: June 29, 2024

#### KEYWORDS

Tingkat Stress, Gangguan Menstruasi, Remaja Putri

#### CORRESPONDENCE

Phone: 081331116785

E-mail: rila.rindi@gmail.com

#### A B S T R A C T

Gangguan siklus, perubahan jumlah dan perdarahan di luar siklus menstruasi merupakan jenis gangguan dalam fase menstruasi. Di MA Nurul Hidayah kecamatan Bangkalan pada bulan Maret 2023 terdapat 45 siswa (52%) yang mengalami gangguan menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh tingkat stress terhadap gangguan menstruasi.

Desain analitik dengan pendekatan *cross sectional* digunakan dalam penelitian ini. Variabel independen yaitu tingkat stress sementara variabel dependen adalah gangguan menstruasi. Populasi siswi MA Nurul Hidayah sejumlah 210 siswi dengan sampel sebanyak 190 siswi. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling*. Instrumen berupa kuesioner. Data hasil penelitian diolah dan dianalisis dengan uji *Lambda*.

Gangguan menstruasi dialami oleh remaja dengan tingkat stress berat dan sangat berat (100%). Dari hasil analisis uji *lambda*  $p$  value :  $0,003 < \alpha$  artinya ada hubungan antara tingkat stress dengan gangguan menstruasi pada remaja putri.

Remaja diharapkan dapat mengupayakan mekanisme *coping stress* dengan baik dan benar untuk mencegah terjadinya gangguan menstruasi.

## I. INTRODUCTION

Menstruasi merupakan proses alamiah yang biasa dialami oleh wanita dalam siklus reproduksinya. Dalam fase menstruasi terjadi pelepasan lapisan dinding dalam rahim yang kemudian darah mengalir melewati vagina. Proses luruhnya dinding rahim ini normalnya terjadi setiap bulan secara berulang sehingga membentuk suatu siklus yang disebut siklus menstruasi (Meilan & Fillona, 2018). Menstruasi pada wanita normalnya terjadi secara berulang setiap 21- 35 hari (siklus menstruasi) sedangkan

menstruasi berlangsung normalnya selama 3-7 hari dan pengeluaran darah menstruasi maksimal 80 ml dengan 2-6 kali/hari ganti pembalut (Harzif et al., 2018). Dalam fisiologi menstruasi terlibat beberapa komponen tubuh yang berkerja secara kompleks diantaranya organ reproduksi, sistem persyarafan dan sistem hormonal. Terjadinya gangguan sistem hormonal akan mempengaruhi dalam proses terjadinya menstruasi karena sistem hormonal mempunyai pengaruh yang sangat penting dalam mengatur siklus menstruasi. Gangguan

dalam sistem hormonal akan terjadinya gangguan siklus menstruasi. Beberapa jenis gangguan siklus menstruasi yang mungkin dialami oleh wanita antara lain *amenore*, *oligomenore*, dan *polimenore*, sedangkan jenis gangguan dalam bentuk jumlah darah menstruasi antara lain *hipomenore* dan *hipermenore*. Bentuk dan jenis gangguan menstruasi yang lainnya adalah perdarahan di luar siklus menstruasi seperti *spotting* dan *metrorrhagia*. Selain gangguan diatas ada beberapa bentuk atau jenis gangguan menstruasi yang lain seperti *dismenore*, nyeri payudara, ketegangan menstruasi dan mastodinia, (Baadiyah, 2021). Menurut badan kesehatan dunia (WHO) 1,2 miliar atau 18% Remaja yang mengalami gangguan siklus menstruasi pada tahun 2010 (Novita, 2018). Di Indonesia sebanyak 10 juta perempuan dengan usia 10-19 tahun, sekitar (13,7%) mengalami masalah siklus menstruasi (Istramilda, 2021). Di Provinsi Jawa Timur kejadian gangguan siklus menstruasi pada usia remaja sebesar 13,1 % (Mahitala, 2018). Berdasarkan data yang di peroleh dari studi pendahuluan di MA Nurul Hidayah kecamatan Bangkalan pada bulan Maret 2023 terdapat 45 siswa (52%) yang mengalami gangguan menstruasi. Banyak hal yang bisa mempengaruhi gangguan siklus menstruasi salah satunya adalah kecemasan (Prihadianto, 2021). Kecemasan merupakan suatu kondisi emosional seseorang, kecemasan merupakan salah satu gejala khas yang ditimbulkan dari stress yang dialami. Kecemasan pada perempuan disebabkan oleh terjadinya fluktuasi hormonal yang berbeda-beda selama fase menstruasi, fluktuasi hormonal tertinggi terjadi terutama pada fase luteal atau fase premenstruasi sindrom, perubahan fluktuasi kadar hormonal diakibatkan oleh pengaruh neuromodulator sehingga menyebabkan terjadinya kecemasan yang dialami oleh wanita (Hefanda, 2019). Terjadi

perubahan fisik dan psikologis selama seseorang mengalami kecemasan, dan kecemasan dapat dialami oleh siapapun termasuk remaja, kecemasan dapat terjadi sepanjang siklus kehidupan manusia. Proses belum matangnya perkembangan psikoseksual dan emosi seseorang menjadi penyebab terjadi dan munculnya tanda-tanda perubahan psikologi pada seseorang. Perubahan kejiwaan ini menjadi tanda bahwa tubuh belum mampu beradaptasi atau menyesuaikan terhadap perubahan emosional dan psikoseksual tersebut (Parahats, 2019). Terjadinya kecemasan pada wanita dapat menyebabkan terjadinya gangguan menstruasi karena kecemasan merupakan salah satu factor pemicu secara factor psikologis. Gejala atau tanda seseorang yang mengalami kecemasan antara lain merasa gelisah, kesulitan tidur atau bahkan mengalami gangguan tidur, merasa khawatir berlebihan terhadap sesuatu hal yang belum pasti terjadi, sering buang air kecil, mudah letih, sulit berkonsentrasi, selalu was-was dan bersikap tegang, pucat, mual, meriang atau sakit anggota tubuh, serta sesak nafas (Winarni, 2021). Terjadinya stress atau kecemasan akan meningkatkan *release hormone* kortisol sehingga mengakibatkan atau mempengaruhi terjadinya gangguan siklus menstruasi. Semakin tinggi kecenderungan wanita mengalami stress maka semakin tinggi pula wanita tersebut akan mengalami gangguan menstruasi (Rowland, *et al.* 2021). Pada saat orang sedang stress maka terjadi pelepasan hormone kortisol menjadi semakin tinggi atau berlebihan, kadar hormone kortisol tersebut merupakan indikator, patokan atau tolak ukur untuk mengukur tingkat atau derajat stres. Mekanisme pengeluaran hormone kortisol di dalam tubuh seseorang dikendalikan oleh oleh kelenjar pituitary, dimana kerja kelenjar pituitary tersebut dikendalikan oleh hipotalamus yang terletak dalam otak. Hipotalamus akan

menstimulasi pituitary untuk mengeluarkan hormone FSH atau dikenal dengan nama *Follicle Stimulating Hormone*, hormone FSH tersebut akan memberikan stimulasi terhadap ovarium sehingga hormon estrogen mulai di produksi oleh ovarium. Produksi hormone estrogen dan progesterone oleh ovarium dikendalikan oleh stimulasi FSH dan LH sehingga jika release hormone FSH (Follicle Stimulating Hormone) dan LH atau Lutenizing mengalami gangguan maka jumlah atau kadar hormone estrogen dan progesterone juga akan mengalami gangguan sehingga terjadilah gangguan siklus menstruasi yang ditandai dengan ketidakteraturan siklus menstruasi (Prawirohardjo 2022).

Selain stress terdapat beberapa faktor lain yang menjadi penyebab atau pemicu terjadinya ketidakteraturan atau gangguan siklus pada menstruasi yaitu aktivitas fisik. Aktivitas fisik seseorang dapat mempengaruhi siklus menstruasi seseorang. Aktivitas fisik merupakan rangkaian gerakan tubuh yang membentuk kegiatan manusia sebagai hasil koordinasi otot dan rangka tubuh manusia. Saat seseorang melakukan suatu aktivitas fisik maka tubuh akan memerlukan suatu energi. Beberapa aktivitas fisik yang sering dilakukan seseorang pada saat sedang bermain, bepergian ke suatu tempat, pergi bekerja, dan terlibat dalam kegiatan lainnya seperti rekreasi. Aktivitas fisik seseorang yang terlalu *extrem* atau berlebihan dan dilakukan terus menerus dalam jangka waktu tertentu atau bahkan setiap hari akan mempengaruhi bahkan dapat memberikan dampak kurang baik bagi kesehatan. Aktivitas fisik yang dilakukan terlalu berat akan menimbulkan kelelahan fisik serta mental seseorang. Seseorang dengan kelelahan fisik dan mental akan mempengaruhi siklus menstruasi nya. Lelah fisik dan mental akan mengganggu kestabilan emosi seseorang (Winarni, 2021). Beberapa factor lain yang mempunyai pengaruh

terhadap siklus menstruasi selain aktivitas fisik dan stress adalah factor kualitas tidur. Pengaruh kualitas tidur terhadap siklus menstruasi melalui mekanisme yang berkaitan dengan metabolisme hormon kortisol di dalam tubuh. Mekanisme pengaturan sintesis hormone di dalam tubuh sangat dipengaruhi oleh kualitas tidur. Kualitas tidur yang baik dengan kriteria lama tidur yang cukup yaitu lama tidur  $\geq 6$  jam setiap harinya akan mempengaruhi turunnya kadar hormone kortisol. Penurunan kadar kortisol tersebut dapat berdampak pada berkurangnya nyeri menstruasi. Jika di bandingkan antara kelompok wanita dengan gangguan tidur dan tidak dengan gangguan tidur, maka prevalensi gangguan menstruasi lebih banyak dialami oleh wanita dengan gangguan tidur (Xing, 2020). Selain faktor diatas, status gizi juga bisa mempengaruhi terjadinya gangguan siklus menstruasi. Status gizi pada remaja putri diperlukan untuk membantu pertumbuhan remaja baik pertumbuhan fisik maupun perkembangannya, termasuk mekanisme pengaturan siklus menstruasi. Fungsi reproduksi remaja putri sangat dipengaruhi oleh asupan nutrisi, jika remaja dengan statusstatus gizi berlebih atau obesitas dapat mengakibatkan gangguan menstruasi karena fungsi reproduksinya terganggu (Hasanah, 2019). Gangguan siklus menstruasi pada status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) melalui pengaturan siklus menstruasi. Remaja dengan obesitas akan mengalami *anovulatory chronic* atau tidak terjadinya ovulasi secara kronis yang ditandai dengan siklus menstruasi yang tidak teratur. Sel – sel lemak dalam tubuh sebagai bahan sintesis hormone estrogen sehingga orang dengan obesitas akan terjadi peningkatan produksi estrogen yang berlebihan (Aryani, 2019). Pada kasus wanita dengan gangguan menstruasi yang tidak tertangani dan berkelanjutan akan berdampak pada terganggunya

kesuburan (infertilitas), proses pematangan sel telur di dalam ovarium terhambat sehingga menyebabkan wanita kesulitan untuk hamil, bahkan jika fertilisasi akan terjadi gangguan perkembangan janin sehingga sangat rentan terjadi abortus atau keguguran (Hasanah, 2019).

Beberapa hal yang dapat diupayakan untuk mencegah terjadinya gangguan siklus menstruasi yaitu dengan melakukan manajemen stress yang benar misalnya istirahat yang cukup serta menyediakan waktu khusus untuk refreshing atau waktu bersantai di sela kegiatan rutin dan pekerjaan (Kusmiran, 2022). Selain itu, cara mengatasi gangguan siklus menstruasi adalah dengan konsumsi nutrisi yang tepat untuk menstabilkan keadaan fisiologis tubuh yang terganggu. Adapun upaya untuk mengatasi kecemasan terhadap gangguan siklus menstruasi melalui *support system*, seseorang dengan gangguan siklus menstruasi sangat membutuhkan dukungan, support dan motivasi dari lingkungan dan keluarga. Kecemasan akan berkurang jika berada dalam lingkungan yang tenang dan kondusif sehingga perlu diupayakan kondisi lingkungan tetap nyaman (Mawarni, 2021). Aktivitas fisik sangat mempengaruhi kesehatan seseorang, selain itu aktivitas fisik juga mempengaruhi kebugaran dan produktivitas dalam bekerja. Kelelahan fisik bisa mempengaruhi siklus menstruasi sehingga untuk mencegah gangguan siklus menstruasi dapat terjadi bisa diupayakan dengan melakukan aktivitas fisik dengan skala ringan sampai dengan sedang seperti bersepeda, naik turun tangga, berolahraga ringan, berjalan dengan kecepatan sedang, berlari, membaca, menulis, menonton televisi, berjalan cepat dan menari. Masalah reproduksi seperti menstruasi, kehamilan dan menopause sangat erat kaitannya dengan aktivitas fisik pada wanita. Wanita dengan aktivitas fisik yang

baik dengan Gerakan tubuh terstruktur seperti kegiatan olahraga terbukti dapat mengurangi gejala selama periode menstruasi (Mawarni, 2021; Amelya, 2022). Belum banyaknya penelitian yang menyajikan data tentang gangguan menstruasi secara spesifik terutama penelitian yang bisa menyajikan angka prevalensi gangguan menstruasi secara spesifik. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat menyediakan data prevalensi tentang gangguan menstruasi secara umum dan secara lebih spesifik berkaitan dengan tingkat kecemasan atau stress yang dialami wanita. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menyajikan data yang bermanfaat untuk penelitian selanjutnya.

## II. METHODS

Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel penelitian meliputi variabel independen yaitu pengetahuan, aktivitas fisik, kecemasan, kualitas tidur, sementara variabel dependen adalah gangguan menstruasi.

Populasi pada penelitian ini adalah siswi MA Nurul Hidayah sejumlah 140 dengan sampel sebanyak 100 siswa. Teknik sampling menggunakan probability sampling yaitu simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan mengurus perizinan untuk proses pengumpulan data di MA Nurul Hidayah, Data diperoleh dengan mengisi instrument berupa kuesioner. Pada hari pelaksanaan, peneliti memberikan penjelasan singkat mengenai tujuan dan prosedur penelitian, meminta persetujuan responden, serta melakukan pengumpulan data yang dibutuhkan. Pengolahan data dilakukan dengan langkah *editing, coding, scoring, dan tabulating*. Selanjutnya data dianalisis secara *univariate* dengan distribusi frekuensi, analisis *bivariate* dengan lambda.

III. RESULT

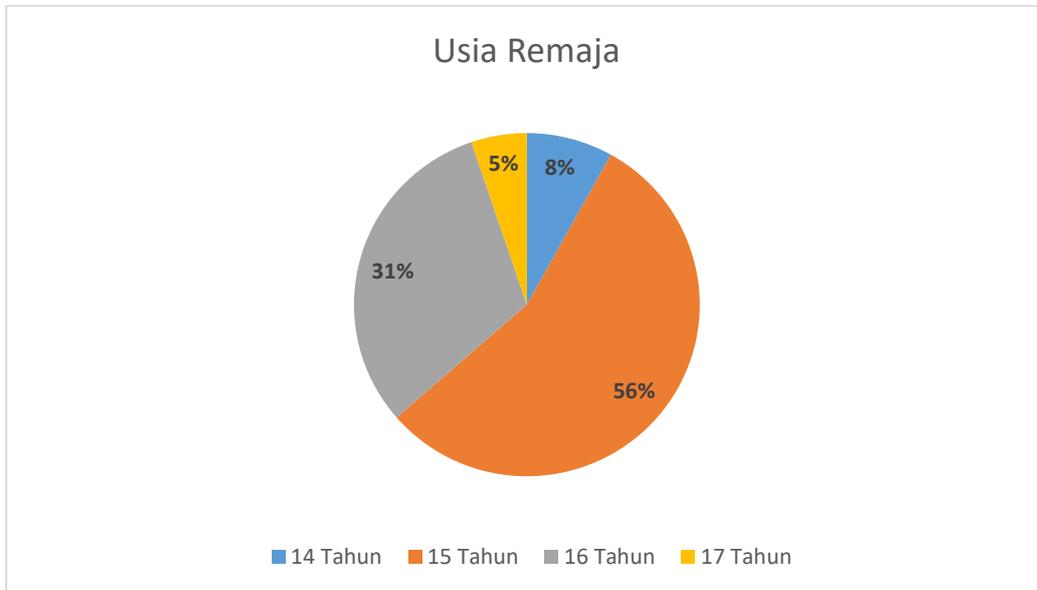
**Table 1. Tabel Tabulasi Silang Tingkat Stress dengan Gangguan Menstruasi**

Stress		Gangguan Menstruasi	
		Gangguan (%)	Normal (%)
Normal		0	14 (100)
Ringan		4 (28,6)	10 (71,4)
Sedang		38 (80,9)	9 (19,1)
Berat		18(100)	0
Sangat Berat		7(100)	0
Total		67	33

Uji Lambda : 0,003  
 $\alpha$ : 0,05

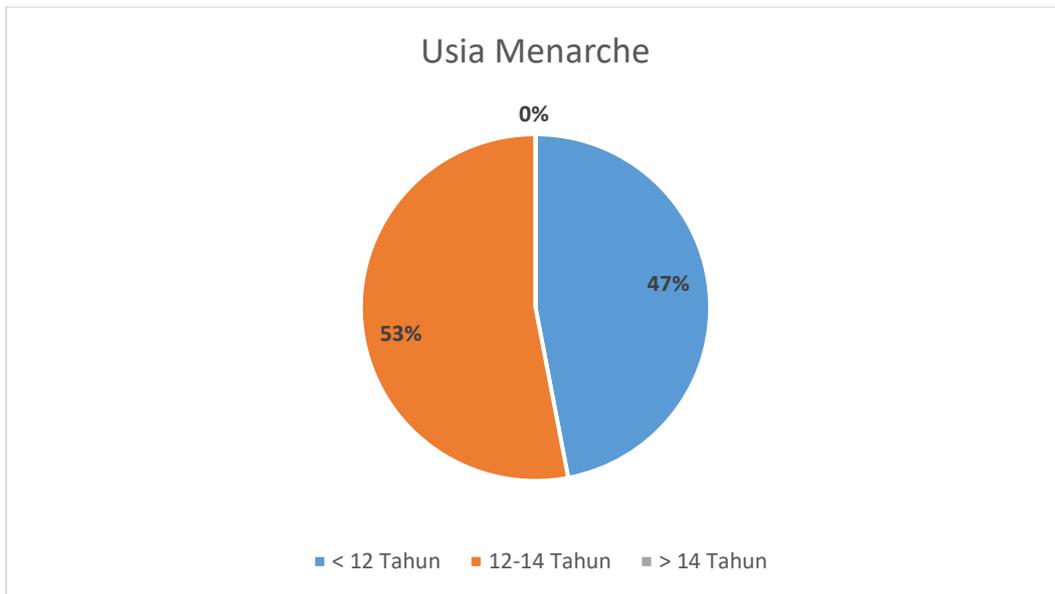
Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa responden siswa-siswi MA AL Hidayah dengan tingkat stress normal

100% tidak mengalami gangguan menstruasi (normal), sedangkan siswa dengan tingkat stress ringan 71,4% tidak mengalami gangguan menstruasi (normal), kemudian siswa dengan tingkat stress sedang 80,9% mengalami gangguan menstruasi, siswa dengan tingkat stress berat dan sangat berat 100% mengalami gangguan menstruasi. Dari hasil analisis uji statistic menggunakan uji lambda diperoleh hasil p value :  $0,003 < \alpha$  sehingga  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan antara tingkat stress dengan gangguan menstruasi pada remaja putri di MA AL Hidayah Bangkalan.



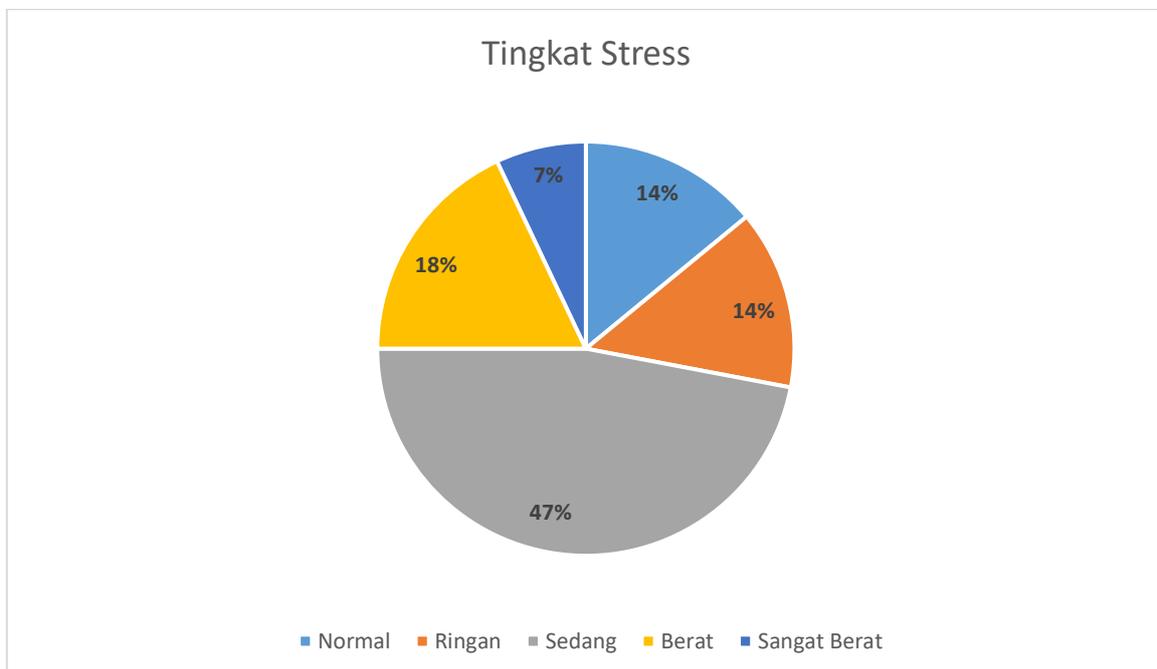
**Fig 1: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Remaja**

Dari grafik di atas dapat disimpulkan bahwa 56% responden siswa-siswi MA AL Hidayah berusia 15 tahun.



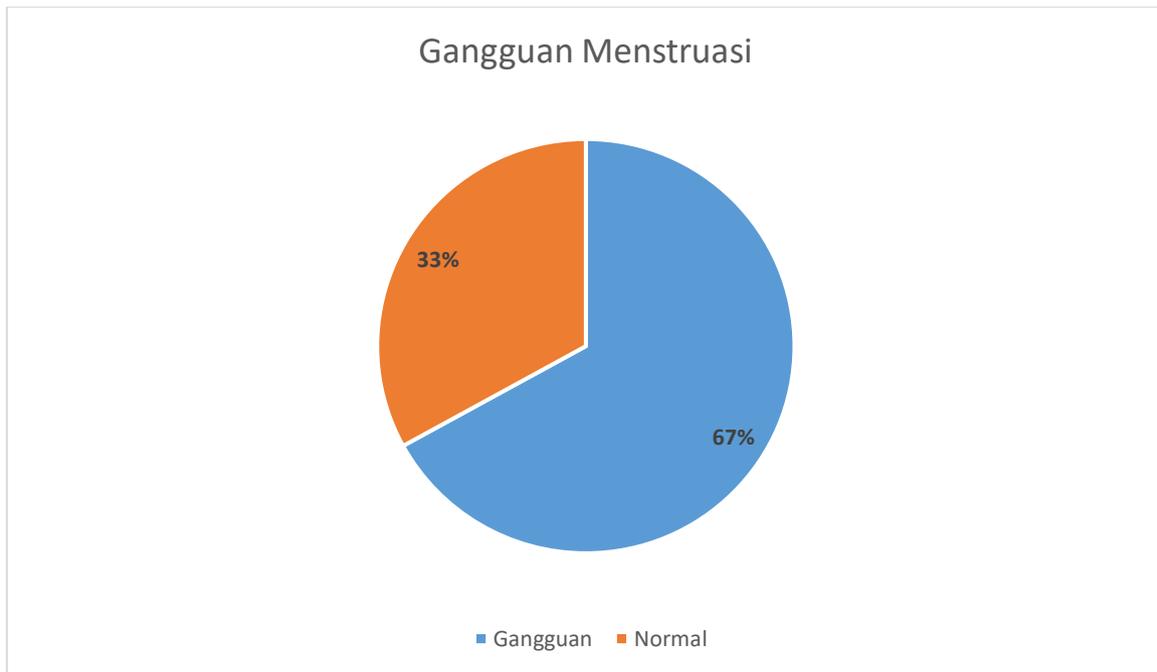
**Fig 2: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Menarche**

Dari grafik di atas dapat disimpulkan bahwa 53% responden siswa-siswi MA AL Hidayah menarche pada usia 12-14 tahun.



**Fig 3: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stress**

Dari grafik di atas dapat disimpulkan bahwa 47% responden siswa-siswi MA AL Hidayah dengan tingkat stress sedang.



**Fig 4: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gangguan Menstruasi**

Dari grafik di atas dapat disimpulkan bahwa 67% responden siswa-siswi MA AL Hidayah mengalami gangguan menstruasi.

#### IV. DISCUSSION

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa siswa-siswi MA AL Hidayah dengan tingkat stress normal 100% tidak mengalami gangguan menstruasi (normal), sedangkan siswa dengan tingkat stress ringan 71,4% tidak mengalami gangguan menstruasi (normal), kemudian siswa dengan tingkat stress sedang 80,9% mengalami gangguan menstruasi, siswa dengan tingkat stress berat dan sangat berat 100% mengalami gangguan menstruasi. Dari hasil penelitian dilanjutkan dengan analisis uji statistic dengan menggunakan uji lambda, hasil p value :  $0,003 < \alpha$  artinya ada hubungan antara tingkat stress dengan gangguan menstruasi pada remaja putri. Remaja putri mengalami stress sering menjadi marah karena hal-hal sepele, mudah merasa kesal, mudah tersinggung, sulit untuk beristirahat, sering merasa gelisah, merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas. Stress berpengaruh

terhadap kejadian menstruasi, tingkat stres yang tinggi maka semakin besar terjadi gangguan menstruasi dengan gejala menstruasi yang tidak teratur kemudian resiko mengalami dismenore juga semakin besar selama periode menstruasi. Ketidakteraturan siklus menstruasi dan terjadinya dismenoreoa pada remaja yang mengalami stress merupakan efek terganggunya mekanisme kerja sistem endokrin. Stress merupakan bentuk reaksi tubuh baik secara fisik maupun psikologis tuntutan tertentu sehingga mengakibatkan gangguan keseimbangan hidup berupa tekanan dan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari (Priyoto, 2014). Dalam setiap periode menstruasi tiap bulan, siklus menstruasi dikatakan teratur jika terjadi dalam kurun waktu 21-35 hari. Jika menstruasi terjadi diluar kurun waktu atau rentang waktu tersebut ( $< 24$  hari dan  $> 35$  hari) maka dikategorikan siklus menstruasi tidak normal. Siklus menstruasi menjadi tidak normal dapat disebabkan oleh berbagai

sebab salah satunya karena stress yang dialami wanita. Stress merupakan suatu kondisi umum yang sering dialami oleh banyak orang termasuk wanita. Stress dapat berpengaruh pada kondisi emosi, sosial, intelektual dan spiritual serta kondisi fisik. Stress banyak dialami oleh mahasiswa dengan perkuliahan yang terlalu padat, kegiatan praktek klinik yang menguras tenaga dan waktu, sehingga menyebabkan kelelahan fisik dan mental sehingga dapat mengakibatkan terjadinya ketidakteraturan siklus menstruasi (Kusyani,2012). Pada saat orang sedang stress maka terjadi pelepasan hormone kortisol menjadi semakin tinggi atau berlebihan, kadar hormone kortisol tersebut merupakan indikator, patokan atau tolak ukur untuk mengukur tingkat atau derajat stres. Mekanisme pengeluaran hormone kortisol di dalam tubuh seseorang dikendalikan oleh kelenjar pituitary, dimana kerja kelenjar pituitary tersebut dikendalikan oleh hipotalamus yang terletak dalam otak. Hipotalamus akan menstimulasi pituitary untuk mengeluarkan hormone FSH atau dikenal dengan nama *Follicle Stimulating Hormone*, hormone FSH tersebut akan memberikan stimulasi terhadap ovarium sehingga hormon estrogen mulai di produksi oleh ovarium. Produksi hormone estrogen dan progesterone oleh ovarium dikendalikan oleh stimulasi FSH dan LH sehingga jika release hormone FSH (Follicle Stimulating Hormone) dan LH atau Lutenizing mengalami gangguan maka jumlah atau kadar hormone estrogen dan progesterone juga akan mengalami gangguan sehingga terjadilah gangguan siklus menstruasi yang ditandai dengan ketidakteraturan siklus menstruasi (Carolin,2011). Kecenderungan terjadi menstruasi yang tidak normal dipengaruhi oleh faktor stress, remaja dengan tingkat stress yang semakin tinggi maka resiko mengalami siklus menstruasi tidak normal juga akan semakin besar.

## V. CONCLUSION

Tingkat stress berpengaruh terhadap gangguan menstruasi. Semakin meningkat stress yang dialami remaja maka resiko mengalami gangguan menstruasi lebih besar. Selanjutnya perlu dilakukan penelitian yang lebih spesifik terkait variabel lain yang mempengaruhi gangguan menstruasi pada remaja seperti kualitas tidur, aktivitas fisik dan yang lainnya.

## REFERENCES

- William H and Parker M D. Menstrual Disorders. Retrieved from “[www.healthywomen.org/condition/menstrual-disorders?amp](http://www.healthywomen.org/condition/menstrual-disorders?amp)” Feb 2019.
- William CS. Medical definition of metrorrhagia. retrieved from [www.medicinenet.com/premenstrual\\_syndrome\\_pictures\\_slideshow/article.htm](http://www.medicinenet.com/premenstrual_syndrome_pictures_slideshow/article.htm) September 2020.
- Ajayi A. Disorders of the menstrual system and remedies. Retrieved from <https://punchng.com/disorders-of-the-menstrual-system-and-remedies1/amp/>February 2019.
- Kullima AA, Ibrahim SM, Isa B et al. Prevalence and associated risk factors for menstrual disorders among undergraduate students in Borno State Nigeria. *J Adv Med Med Res* 2017; 22(6):1-7.
- Farotimi AA, Esike J, Nwozichi UC et al. Knowledge, attitude and health-seeking behaviour towards dysmenorrhea among female students of a private University in Ogun State, Nigeria. *J Clin Basic Reprod Sci.* 2015; 4(1): 36.
- Nazish R and Mona HA. Prevalence of menstrual problems and their association with psychological stress in young female students studying health sciences at Imam Abdulrahman Bin Faisal University, Dammam, Saudi Arabia. *Saudi Med J* 2018; 39 (1): 67-73.
- Karout N, Hawai SM and Altuwajiri S. Prevalence and pattern of menstrual disorder among Lebanese Nursing Students. *E Mediterr Health J.* 2012; 18:4.
- Carolin. 2011. *Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Pendidikan Sarjana Kedokteran. Skripsi* . Tidak dipublikasikan. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Kusmiran, Eny, 2022. *Kesehatan Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Kusyani, Asri. (2012). Hubungan Tingkat Stres dengan Ketidakteraturan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa D3 Kebidanan Tingkat 3 Stikes Bahrul Ulum Tambakberas Jombang.
- Nuhrhah, 2019. Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja di SMK NU Ungaran. Skripsi. Universitas Ngudi Waluyo.

## BIOGRAPHY

**First Author** menempuh pendidikan SD, SMP, SMA di Kabupaten Sumenep, lulus SMA tahun 2007 di SMAN 1 Sumenep, kemudian melanjutkan kuliah jenjang DIII di Akbid Ngudia Husada Madura (sekarang berubah menjadi STIKes Ngudia Husada Madura) lulus tahun 2010 kemudian melanjutkan pendidikan DIV Kebidanan di STIKes Ngudia Husada Madura lulus tahun 2011. Untuk meningkatkan kompetensi melanjutkan kembali pendidikan di Program Magister. Lulus program Magister Administrasi Publik di Untag Surabaya pada tahun 2016 dan Lulus Program Magister Ilmu Kesehatan Reproduksi di Fakultas Kedokteran Uiversitas Airlangga Surabaya pada tahun 2018. Saat Ini menjadi dosen di STIKes Ngudia Husada Madura, aktif dalam pelaksanaan Tri dharma perguruan tinggi, serta mendapatkan hibah penelitian Kemenritekdikti pada pengajuan tahun 2018 dan pendanaan tahun 2019. Saat ini aktif melakukan penelitian dengan topik kesehatan reproduksi, neonatus, bayi dan balita dan sudah melaksanakan publikasi jurnal di beberapa jurnal nasional. Email : [rila.rindi@gmail.com](mailto:rila.rindi@gmail.com)

**Second Author** menempuh pendidikan SD, SMP, SMA di Kabupaten Pamekasan, kemudian melanjutkan kuliah jenjang DIII di Akbid Ngudia Husada Madura (sekarang berubah menjadi STIKes Ngudia Husada Madura) lulus tahun 2011 kemudian melanjutkan pendidikan DIV Kebidanan di STIKes Ngudia Husada Madura lulus tahun 2012. Untuk meningkatkan kompetensi saya melanjutkan kembali pendidikan di Program Magister. Lulus Program Magister Ilmu Biostatistik di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2017. Saat Ini menjadi dosen di STIKes Ngudia Husada Madura, aktif dalam pelaksanaan Tri dharma perguruan tinggi, serta mendapatkan hibah penelitian Kemenritekdikti pada pengajuan tahun 2018 dan pendanaan tahun 2019. Saat ini aktif melakukan penelitian dengan topik kesehatan, kehamilan, neonatus, bayi dan balita dan sudah melaksanakan publikasi jurnal di beberapa jurnal nasional. Email : [selviadp09@gmail.com](mailto:selviadp09@gmail.com)

**Third Author** Lahir di Banyuwangi pada tanggal 12 Februari 1989. Karirnya di bidang kesehatan dimulai sejak lulus dari sekolah bidan tahun 2009. Penulis lulus tahun 2014 pada Program Studi Magister Kesehatan Ibu dan Anak (MKIA) di Universitas Diponegoro Semarang. Saat ini penulis aktif menjadi pengurus IBI Ranting Bangkalan bagian Pendidikan dan Diklat. Minatnya dalam ikut berperan serta meningkatkan kualitas generasi bangsa khususnya perempuan, penulis aktif dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan kegiatan penelitian. Penulis membuka ruang bagi pembaca yang ingin berinteraksi dan berkomunikasi melalui e-mail [nurunnikmah45@gmail.com](mailto:nurunnikmah45@gmail.com)