

DETERMINAN KEJADIAN GANGGUAN MENSTRUASI PADA TENAGA KERJA PEREMPUAN DI RUMAH SAKIT X KOTA JAKARTA TAHUN 2025

Amrita Cahyani Rahayu

Abstrak

Gangguan menstruasi merupakan masalah kesehatan reproduksi yang umum dialami pekerja perempuan serta berpotensi menurunkan kesejahteraan dan produktivitas kerja, khususnya di lingkungan kerja rumah sakit dengan tuntutan fisik dan psikologis tinggi. Penelitian ini bertujuan menganalisis determinan kejadian gangguan menstruasi pada tenaga kerja perempuan di RS X Kota Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Sebanyak 87 tenaga kerja perempuan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian dilaksanakan pada periode Oktober 2025 hingga Januari 2026. Data stres kerja, kelelahan kerja, aktivitas fisik, dan gangguan menstruasi dikumpulkan melalui angket yang diisi oleh responden, sedangkan suhu lingkungan kerja diukur menggunakan *thermohygrometer*. Analisis data hingga tahap multivariat menggunakan regresi logistik berganda pada stres kerja (aPOR= 3,579; 95% CI: 0,8740—14,655), aktivitas fisik (aPOR= 5,811; 95% CI: 1,040—32,454), serta suhu lingkungan kerja (aPOR= 0,744; 95% CI: 0,266—2,083). Hasil penelitian menunjukkan 56 dari 87 responden (66,4%) mengalami gangguan menstruasi. Aktivitas fisik menjadi faktor dominan terhadap kejadian gangguan menstruasi. Diperlukan pemetaan intensitas aktivitas fisik pada setiap unit kerja dan penerapan *microbreaks* sebagai strategi pengelolaan aktivitas fisik tinggi bagi tenaga kerja perempuan.

Kata Kunci: Faktor Fisiologis, Faktor Pekerjaan, Faktor Psikologis, Gangguan Menstruasi, Pekerja Perempuan

DETERMINANTS OF MENSTRUAL DISORDERS AMONG FEMALE WORKERS AT HOSPITAL X JAKARTA IN 2025

Amrita Cahyani Rahayu

Abstract

Menstrual disorders are a common reproductive health problem among female workers and may adversely affect well-being and work productivity, particularly in hospital settings characterized by high physical and psychological demands. This study aimed to analyze the determinants of menstrual disorders among female workers at Hospital X in Jakarta. A cross-sectional design was employed, involving 87 female workers who met the inclusion and exclusion criteria. The study was conducted from October 2025 to January 2026. Data on work-related stress, work fatigue, physical activity, and menstrual disorders were collected using self-administered questionnaires, while workplace temperature was measured using a thermohygrometer. Multivariate data analysis was performed using multiple logistic regression for work-related stress (aPOR = 3.579; 95% CI: 0.8740—14.655), physical activity (aPOR = 5.811; 95% CI: 1.040—32.454), and workplace temperature (aPOR = 0.744; 95% CI: 0.266—2.083). The results showed that 56 of 87 respondents (66.4%) experienced menstrual disorders. Physical activity emerged as the dominant factor associated with menstrual disorders. Mapping physical activity intensity across work units and implementing microbreaks are recommended as strategies to manage high physical activity among female workers.

Keywords: Physiological Factors, Occupational Factors, Psychological Factors, Menstrual Disorders, Female Workers