

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil Penelitian**

#### **1. Gambaran Umum Lokasi Kegiatan**

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta terletak di Jalan Brawijaya, Ring Road Barat, Gamping, Ambarketawang, Sleman, Yogyakarta. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, merupakan penggabungan dari Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan Stimik Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang diresmikan pada tanggal 13 februari 2018, sesuai dengan keputusan Menristekdikti No. 166/KPT/I/2018 yang diselenggarakan oleh Yayasan Kartika Eka Paksi. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki 3 Fakultas, yaitu Fakultas Kesehatan, Fakultas Teknik dan Informasi, dan Fakultas Ekonomi dan Sosial. Pada Fakultas Kesehatan memiliki 8 program studi, yaitu Prodi Keperawatan (S-1), Prodi Kebidanan (D-3), Prodi Kebidanan (S-1), Prodi Perekam dan Informasi Kesehatan (D-3), Prodi Farmasi (S-1), Prodi Teknologi Bank Darah (D-3), Pendidikan Profesi Ners, dan Pendidikan Profesi Kebidanan.

Program studi Keperawatan (S-1) yang berada di Fakultas Kesehatan, merupakan prodi yang paling banyak diminati mahasiswa baik dari Yogyakarta maupun dari luar daerah. Program studi Keperawatan (S-1) menggunakan metode pembelajaran dengan sistem Blok, dimana mengharuskan mahasiswa untuk aktif dalam proses pembelajaran. Selain itu, mahasiswa juga perlu dukungan sosial baik dari keluarga, teman, ataupun orang-orang yang berada disekitar supaya dapat mememotivasi supaya mahasiswa tidak mudah stres saat melakukan proses pembelajaran.

Proses pembelajaran yang berada di Program studi Keperawatan (S-1) pada tingkat akhir yaitu dilakukan selama 16 minggu. Dalam waktu 16 minggu terdapat tiga Blok, dimana mahasiswa dituntut untuk mampu melakukan penelitian sebagai tugas akhir, melakukan praktik lahan untuk

melatih *skill* kompetensi keperawatan, dan juga diharuskan untuk mempelajari kembali materi kuliah Bahasa Inggris. Proses pembelajaran yang padat mengharuskan mahasiswa tingkat akhir dapat manajemen waktu dengan baik, supaya dapat membagi waktu antara tugas perkuliahan, skripsi dan juga waktu untuk bertemu dengan pembimbing skripsi. Apabila mahasiswa kurang mampu manajemen waktu dengan baik, mahasiswa akan mengalami stres seperti kurang fokus, mudah lelah, mengalami ketegangan, kecemasan, mudah marah, suka menunda-nunda, dan perubahan produktivitas menurun. Beberapa hal tersebut merupakan tanda-tanda mahasiswa yang mengalami stres.

## 2. Analisis Hasil Penelitian

### a. Analisis Univariat

#### 1) Karakteristik Responden

Pada penelitian ini peneliti menyajikan data dengan menggunakan data kategorik. Berikut penyajian data karakteristik berdasarkan umur dan IMT (Indeks Massa Tubuh) pada mahasiswi keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta terdapat pada Tabel 4.1.

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan IMT Mahasiswi Keperawatan Tingkat Akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta 2021**

Kategori	Frekuesnsi (n)	Persentase (%)
<b>Umur</b>		
18-21 tahun	15	20,8
>21 tahun	57	79,2
<b>IMT</b>		
Normal	49	68,1
Kurus	9	12,5
<i>Overweight</i>	6	8,3
Obesitas	8	11,1
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan tingkat akhir sebagian besar berumur >21 tahun yaitu 22-24 tahun sebanyak (79,2%), untuk hasil IMT (Indeks Massa Tubuh) sebagian besar normal yaitu dengan hasil 18,00-22,9 sebanyak (68,1%).

## 2) Tingkat Stres

Tabel 4.2 berikut menjelaskan tentang tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

**Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta 2021**

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	6	8,3
Ringan	30	41,7
Sedang	30	41,7
Berat	4	5,6
Sangat Berat	2	2,8
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer, 2021

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir sebagian besar yaitu stres ringan sebanyak (41,7%) dan stres sedang sebanyak (41,7%).

## 3) Siklus Menstruasi

Tabel 4.3 berikut menjelaskan tentang siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

**Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Mahasiswi Keperawatan Tingkat Akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta 2021**

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	21	29,2
Polimenorea	8	11,1
Oligomenorea	43	59,7
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer, 2021

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir sebagian besar yaitu oligomenorea sebanyak (59,7%).

b. Analisis Bivariat

Tabel 4.4 berikut ini akan menjelaskan tentang hasil analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen (tingkat stres) dengan variabel independen (siklus menstruasi) pada mahasiswi keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

**Tabel 4. 4 Tabulasi Silang dan Uji Statistik Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Keperawatan Tingkat Akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, April-Juni 2021**

Tingkat Stres	Siklus Menstruasi								<i>p-value</i>	<i>r-hitung</i>
	Polimenorea		Normal		Oligomenorea		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Normal	1	1,4	3	4,2	2	2,8	6	8,3	0,114	0,283
Ringan	2	2,8	12	16,7	16	22,2	30	41,7		
Sedang	4	5,6	6	8,3	20	27,8	30	41,7		
Berat	1	1,4	0	0,0	3	4,2	4	5,6		
Sangat Berat	0	0,0	0	0,0	2	2,8	2	2,8		

Sumber : Data Primer, 2021

Hasil uji statistik pada Tabel 4.4 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara stres dengan siklus menstruasi diperoleh nilai korelasi sebesar 0,283 dengan nilai *p-value* sebesar 0,114.

Pada penelitian ini hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki nilai korelasi *gamma* sebesar 0,283 yang menunjukkan bahwa korelasi positif, artinya termasuk ke dalam kategori kekuatan korelasi rendah. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini tidak ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi.

## B. Pembahasan

### 1. Tingkat Stres

Tingkat stres pada sebagian besar responden mengalami masalah stres ringan dan stres sedang, yaitu stres ringan sebanyak 30 responden (41,7%) dan stres sedang sebanyak 30 responden (41,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardayani dkk., (2018) menunjukkan bahwa pada mahasiswa sebagian besar mengalami stres ringan sebesar (72,2%), penelitian ini menyatakan penyebab dari masalah stres ringan pada mahasiswa yaitu karena adanya beban tugas perkuliahan yang banyak sehingga sering kali membuat mahasiswa tertekan karena tugas-tugas yang dapat menimbulkan stres, jadwal perkuliahan tidak tentu, dan kemampuan dosen untuk menanggapi keluhan mahasiswa yang masih kurang juga dapat menimbulkan stres pada mahasiswa.

Penelitian Sandhi (2014) juga didapatkan hasil pada mahasiswa Kebidanan sebagian besar mengalami stres ringan sebesar (32,6%). Menurut penelitian Ambarwati dkk., (2017) mengenai gambaran tingkat stres mahasiswa, pada penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa pada mahasiswa tingkat akhir mengalami masalah stres sedang sebesar (29,7%). Hal tersebut terjadi karena adanya faktor pendukung dari internal yaitu mahasiswa kurang mampu mengatasi masalah dengan baik, untuk faktor eksternal terjadi karena kurangnya kemampuan untuk beradaptasi dengan

masalah yang ada di lingkungan sekitar, dan juga disebabkan karena masalah perkuliahan yang semakin berat yang menyebabkan mahasiswa sulit untuk mengatasi masalah dengan baik. Menurut Wisniastuti dkk., (2018) mendapatkan hasil penelitian tingkat stres pada mahasiswa semester akhir sebagian besar mengalami stres sedang sebesar (28,3%), hal tersebut terjadi karena beban tugas yang terlalu banyak, ketidakmampuan manajemen waktu dengan tepat sehingga menyebabkan stres.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Fidora dan Okrira, (2019) yang mendapatkan hasil tingkat stres pada remaja didapatkan sebagian besar mengalami stres berat sebesar (38%). Pada penelitian Fidora dan Okrira, (2019) karakteristik umur responden berbeda dengan penelitian ini, sehingga hasilnya berbeda, hal ini disebabkan karena pada kondisi remaja masih berada pada fase pencarian jati diri sehingga mudah mengalami stres karena coping remaja yang masih belum matang ketika menghadapi masalah. Penelitian Sari, (2016) yang dilakukan pada mahasiswa kebidanan semester akhir didapatkan hasil tingkat stres berat sebesar (40%), hal ini terjadi karena adanya jadwal perkuliahan yang terlalu padat, adanya tugas akhir, dan tugas praktik lahan yang membuat mahasiswa menjadi tertekan dan kesulitan untuk menyelesaikan tugas-tugas tersebut sehingga menimbulkan stres berat.

Berdasarkan uraian penjelasan penelitian di atas, menurut peneliti secara garis besar faktor penyebab masalah stres ringan dan stres sedang pada penelitian ini disebabkan karena beban perkuliahan yang terlalu banyak, proses pembelajaran daring, adanya tugas penyusunan skripsi, kurangnya kemampuan untuk manajemen waktu, ketidakmampuan untuk mengatasi masalah dengan baik, dan juga kurangnya kemampuan untuk beradaptasi dengan kondisi pandemi Covid-19 sehingga dapat menimbulkan stres pada mahasiswa apabila tidak diselesaikan dengan coping yang baik. Mahasiswa berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebanyak (27%) pada stres ringan dan stres sedang sering mengalami masalah seperti sulit mengontrol emosi,

mudah tersinggung, mudah kesal, mudah marah, cenderung bereaksi berlebihan terhadap sesuatu, sulit istirahat, mengalami tegang, dan mudah gelisah.

Secara teoritis, stres merupakan ketidakmampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah baik masalah fisik, mental, emosional dan bahkan spiritual. Tingkatan stres yang sering dialami pada seseorang yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat (Priyoto, 2014). Pada tingkatan stres tersebut merupakan tahapan dari tanda-tanda stres yang terjadi pada seseorang yang sering tidak disadari, hal itu dapat disebabkan karena adanya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal disebabkan karena adanya masalah kesehatan seperti penyakit yang sedang diderita, ketidakmampuan mengatasi masalah dengan tepat, dan kurangnya kemampuan manajemen waktu (Wisniastuti dkk, 2018). Faktor eksternal disebabkan karena adanya masalah dari luar seperti adanya masalah keluarga, teman maupun dosen, masalah *financial*, beban perkuliahan, proses pembelajaran dan juga karena adanya beban dari pekerjaan (Ardayani dkk., 2018).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat akhir adalah adanya tuntutan mengerjakan tugas, tuntutan untuk mengerjakan skripsi dan juga tuntutan untuk tetap berperan aktif dalam setiap kegiatan perkuliahan (Hatmanti, 2018). Menurut Priyoto (2014) menyatakan dampak yang ditimbulkan oleh stres yaitu nyeri kepala, kesulitan untuk tidur dengan nyenyak, adanya masalah pencernaan, tidak nafsu makan, produksi keringat berlebih, konsentrasi menurun, mudah lupa, mudah tersinggung, emosional, dan mudah merasa sedih. Tingkat stres juga dapat menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi yang akan menstimulus hipotalamus untuk melepaskan hormon CRH yang bekerja antagonis dengan GnRH sehingga kadar GnRH menurun yang dapat menyebabkan terganggunya siklus menstruasi (Listiana dkk., 2019).

Karakteristik umur responden pada penelitian ini menunjukkan responden memiliki umur paling banyak 22-24 tahun sebanyak 57 responden (79,2%). Umur pada seseorang memiliki peranan yang berkaitan dengan toleransi seseorang terhadap stres yang dialami. Menurut Nasrani dan Purnawati, (2016) menyatakan bahwa pada usia dewasa seseorang akan mudah dalam mengatasi stres dibandingkan dengan usia remaja maupun usia lanjut. Pada seseorang yang memasuki masa dewasa akan lebih rasional dan toleran ketika menghadapi masalah yang ada sehingga mampu mengendalikan stres. Berdasarkan data, pada mahasiswa tingkat akhir sebagian besar memasuki masa dewasa awal yaitu umur 21-24 tahun. Mahasiswa tingkat akhir yang memasuki masa dewasa awal akan mengalami masa dimana seluruh potensi sebagai manusia berada dalam puncaknya untuk mengoptimalkan potensi yang dimiliki dalam setiap individu, dimana pada kondisi ini mahasiswa akan mengalami masalah pada emosional, sosial, adanya perubahan dalam nilai-nilai dan penyesuaian diri terhadap adaptasi dengan pola hidup yang baru seperti kondisi pandemi Covid-19 saat ini, sehingga sering menimbulkan tekanan pada seseorang yang dapat mengakibatkan stres karena tuntutan dari eksternal (Gamayanti dkk., 2018).

Berdasarkan karakteristik IMT responden pada mahasiswi keperawatan tingkat akhir sebagian besar normal yaitu sebanyak 49 responden (68,1%). Menurut penelitian yang dilakukan Purwanti dkk., (2017) mendapatkan hasil bahwa responden yang mengalami masalah pada stres ringan dan stres sedang tidak mengalami perubahan yang signifikan terhadap perubahan IMT. Hal tersebut terjadi karena respon stres pada setiap orang berbeda, beberapa orang ketika stres dapat menyebabkan penurunan berat badan dan juga bahkan meningkatkan berat badan. Ketika seseorang mengalami stres atau kondisi emosi yang kurang stabil, dapat menimbulkan peningkatan nafsu makan sehingga dapat menyebabkan *overweight* atau obesitas. Pada penelitian ini responden yang mengalami masalah tingkat stres



sedang dan ringan tidak memiliki masalah pada IMT atau sebagian besar IMT normal. Hal tersebut didukung oleh penelitian Mulyani dan Ladyani, (2018) mengatakan pada mahasiswa tingkat akhir memiliki faktor lain yang memengaruhi masalah status gizi pada seseorang, dimana bukan hanya disebabkan karena stres melainkan pada usia mahasiswa tingkat akhir cenderung akan memperhatikan kondisi tubuh sehingga memperhatikan makanan yang dikonsumsi.

## 2. Siklus Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 72 responden, didapatkan sebagian besar mahasiswi mengalami siklus menstruasi oligomenorea sebanyak 43 responden (59,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mulyani dan Ladyani, (2018) yang dilakukan kepada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Lampung didapatkan hasil sebagian besar mengalami masalah siklus menstruasi oligomenorea sebanyak (24,1%). Penelitian ini didukung oleh penelitian Sawitri dkk., (2020) pada mahasiswa Kedokteran Udayana sebagian besar mengalami masalah siklus menstruasi oligomenorea sebanyak (58,3%). Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Fidora dan Okrira, (2019) mendapatkan hasil bahwa pada remaja yang mengalami masalah siklus menstruasi oligomenorea sebanyak (31,7%).

Penelitian yang dilakukan Sandhi (2014) didapatkan hasil pada mahasiswa Kebidanan didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami gangguan siklus menstruasi oligomenorea sebanyak (41,9%). Pada penelitian tersebut mendapatkan hasil yang sama dengan penelitian ini, hal disebabkan karena karakteristik responden dan coping stres saat proses pembelajaran pada responden sehingga membuat hasil penelitiannya menjadi sama. Berdasarkan hasil dari penelitian di atas secara garis besar mengatakan bahwa penyebab dari masalah siklus menstruasi oligomenorea disebabkan stres yang terjadi karena beban dalam proses pembelajaran dan tugas yang

terlalu banyak, adanya masalah sosial, kondisi tubuh yang terlalu gemuk ataupun kurus, dan status gizi pada seseorang yang dapat memengaruhi siklus menstruasi oligomenorea.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Angrainy dkk., (2020) mendapatkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja putri di SMA N 5 Pekanbaru didapatkan mayoritas responden mengalami siklus menstruasi polimenorea sebanyak (41,2%), hal tersebut terjadi karena pada usia remaja akan sering mengalami masa perubahan hormonal yang kurang stabil sehingga menyebabkan perpendekan siklus menstruasi. Penelitian Aini dkk, (2017) menyatakan bahwa pada mahasiswa Kedokteran Universitas Andalas sebagian besar mengalami siklus menstruasi normal sebanyak (92,0%), hal ini terjadi karena responden pada penelitian tersebut masih memasuki masa reproduksi sehingga secara garis besar akan mengalami siklus menstruasi yang teratur. Pada penelitian Sari (2016) mendapatkan hasil pada penelitian yang dilakukan pada mahasiswi Kebidanan didapatkan sebagian mengalami gangguan siklus menstruasi polimenorea sebanyak (41,3%), penelitian ini menyatakan bahwa penyebab dari siklus polimenorea yaitu disebabkan karena produksi sel telur, hormon yang tidak stabil, adanya stres, dan kondisi tubuh yang kegemukan atau terlalu kurus.

Berdasarkan uraian penjelasan penelitian diatas, menurut peneliti sebagian besar responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi oligomenorea dapat disebabkan karena adanya faktor lain seperti kegemukan ataupun kurus yang mempengaruhi hormon dalam tubuh wanita sehingga dapat menyebabkan oligomenorea. Menurut (Mulyani dan Ladyani, 2018) lemak yang ada dalam tubuh seseorang dapat mempengaruhi siklus menstruasi melalui peranan hormon. Lemak merupakan jaringan yang mampu mengaromatisasi androgen menjadi estrogen sehingga semakin banyak ataupun semakin sedikit lemak maka dapat mempengaruhi pembentukan estrogen didalam tubuh. Perempuan yang terlalu kurus atau

hanya memiliki sedikit lemak dalam tubuhnya akan berdampak pada kekurangan hormon estrogen yang dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi seperti oligomenorea dan amenorea. Seseorang yang mengalami obesitas, dapat mempengaruhi siklus menstruasi karena ketidakseimbangan hormon dalam tubuh. Peningkatan produksi hormon estrogen terjadi pada wanita obesitas, sehingga apabila terjadi terus menerus akan meningkatkan produksi androgen yang akan mempengaruhi folikel-folikel, sehingga dapat mengakibatkan gangguan siklus menstruasi.

Siklus menstruasi merupakan jarak antara tanggal pertama mulai menstruasi sampai mulainya menstruasi berikutnya. Pada siklus menstruasi normal terjadi selama 21-35 hari. Siklus menstruasi dikatakan abnormal atau patologis apabila kurang dari 21 hari atau lebih dari 35 hari (Sari dkk., 2020). Gangguan siklus menstruasi yang sering terjadi pada wanita yaitu oligomenorea dan polimenorea. Pada siklus menstruasi oligomenorea, hal ini sering terjadi pada sindroma ovarium polikistik yang disebabkan karena adanya peningkatan hormon androgen yang dapat menyebabkan gangguan ovulasi sehingga membuat siklus menjadi panjang. Faktor lain yang dapat menyebabkan siklus menstruasi oligomenorea disebabkan karena mengalami ansietas atau kecemasan yang berlebihan, stres, adanya penyakit reproduksi, nutrisi yang buruk, kondisi badan yang obesitas ataupun kekurusan, dan juga karena disebabkan hormon yang tidak stabil yang menyebabkan produksi estrogen dan progesteron menjadi meningkat yang akan menyebabkan siklus menstruasi menjadi terlambat (Wiknjosastro, 2012).

Karakteristik umur responden pada penelitian ini menunjukkan umur paling banyak 22-24 tahun sebanyak 57 responden (79,2%). Pada usia dewasa awal wanita akan memasuki masa reproduksi dimana akan mengalami proses pematangan organ reproduksi sehingga apabila pola hidup tidak dijaga dengan baik maka akan berdampak pada masalah siklus menstruasi. Selain itu pada usia mahasiswa tingkat akhir akan sering

mengalami masalah pada emosional, sosial, sehingga sering menimbulkan tekanan pada seseorang sehingga dapat mengakibatkan stres yang berpengaruh terhadap siklus menstruasi (Gamayanti dkk., 2018).

Berdasarkan karakteristik IMT responden pada mahasiswi keperawatan tingkat akhir sebagian besar normal yaitu sebanyak 49 responden (68,1%). IMT (Indeks Massa Tubuh) dikategorikan normal apabila 18.5-22.9 ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) menurut kriteria Asia Pasifik (Lasabuda dkk., 2015). Pada Penelitian Mulyani dan Ladyani, (2018) mengatakan bahwa perempuan yang memiliki IMT yang tinggi atau rendah dapat menyebabkan gangguan menstruasi, hal ini terjadi karena adanya peningkatan ataupun penurunan hormon estrogen yang memengaruhi produksi folikel-folikel yang mengakibatkan terganggunya siklus menstruasi (Karlinah dan Irianti, 2016).

### **3. Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi**

Siklus menstruasi pada responden didapatkan  $p\text{-value} = 0,114$  dimana  $p > 0,05$  artinya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Deviliawati (2020) yang menunjukkan hasil  $p\text{-value} = 0,312$  dimana  $p > 0,05$  yang artinya tidak ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi. Pada penelitian yang dilakukan oleh Aini dkk., (2017) yang menyatakan tidak ada hubungan bermakna antara stres dengan pola siklus menstruasi pada mahasiswa Kedokteran Andalas. Penelitian Tusa'diyah (2018) menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres akademik dengan oligomenorea pada mahasiswi tahun pertama pendidikan Dokter Universitas Andalas tahun 2017. Pada penelitian tersebut mendapatkan hasil yang sama dengan penelitian ini, hal ini disebabkan karena karakteristik responden dan faktor yang menyebabkan stres saat proses pembelajaran pada responden sehingga membuat hasil penelitiannya menjadi sama.

Menurut hasil penelitian di atas, mengatakan bahwa faktor yang menyebabkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan siklus menstruasi mahasiswi diakibatkan karena responden masuk ke dalam karakteristik dewasa awal terhadap stres yang mana kondisi tersebut berada pada masa reproduksi sehingga sebagian besar wanita akan mengalami siklus menstruasi yang teratur. Pada masa tersebut juga seseorang mampu melakukan mekanisme koping terhadap stres, terdapat faktor yang bersumber dari diri sendiri, lingkungan sekitar, dan juga karena terdapat dari faktor lain (Tusa'diyah, 2018); (Deviliawati, 2020); (Aini dkk., 2017).

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hatmanti (2018), yang menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa usia subur. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ulum (2016) menunjukkan hasil uji statistik bahwa semakin tinggi tingkat stres seseorang maka akan menyebabkan semakin pendeknya siklus menstruasi (polimenorea). Pada penelitian Manurung (2017), yang menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat stres terhadap siklus menstruasi pada remaja. Hal tersebut hasilnya tidak sama dengan penelitian ini disebabkan karena karakteristik dan usia pada responden berbeda, pada kondisi tersebut berada pada masa adaptasi dan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang membuat koping pada setiap responden masih kurang sehingga menyebabkan tingkat stres pada responden tersebut tinggi.

Menurut teori Delvia dan Azhari, (2020) stres adalah reaksi non spesifik yang terjadi pada setiap manusia ketika mendapatkan *stressor* atau tekanan. Respon stres pada setiap individu berbeda-beda tergantung penyelesaiannya. Stres dapat memengaruhi siklus menstruasi pada wanita karena menyebabkan hormon tidak stabil. Stres tersebut dapat terjadi karena adanya beban pekerjaan, dan juga disebabkan karena adanya masalah sehari-hari yang dapat menyebabkan siklus menstruasi terganggu. Stres

menyebabkan gangguan siklus menstruasi karena ketika stres hipotalamus akan melepaskan CRH (*Corticotropin Releasing Hormone*) yang berfungsi untuk merangsang pelepasan ACTH (*Adreno Corticotropin Hormone*). ACTH mensekresi GnRH (*Gonadotrophins Releasing Hormone*) yang memicu hipofisi anterior untuk mengeluarkan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Lutenizing Hormone*) yang menyebabkan produksi hormon estrogen dan progesteron di awal sehingga menyebabkan menstruasi. Sehingga, ketika mengalami stres hipotalamus akan menghambat kinerja dari GnRH sehingga hipofisis anterior dalam pengeluaran FSH dan LH sehingga menyebabkan meningkatkan produksi estrogen dan progesteron di akhir siklus menstruasi yang menyebabkan siklus menstruasi menjadi terlambat atau oligomenorea (Hatmanti, 2018).

Faktor yang menyebabkan masalah siklus menstruasi yaitu karena berat badan, aktivitas fisik, stres, diet, faktor lingkungan dan situasi kerja, dan adanya gangguan endokrin (Kusmiran, 2014). Faktor lain yang dapat menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur seperti gangguan hormon, stres, obesitas, dan olahraga yang berlebihan (Wisniastuti dkk., 2018). Faktor tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Baadiyah dkk., (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa semester II. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fernanda dkk., (2021), menyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat, protein, lemak, vitamin C dengan gangguan siklus menstruasi pada atlet bulu tangkis putri.

Hasil analisis dari pertanyaan kuesioner DASS 42, pada item pertanyaan stres yang tidak sering di alami oleh mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, yaitu mahasiswa tidak cenderung berlebihan dalam menghadapi situasi tertentu, tidak sering mengalami ketegangan, dan mahasiswa masih mampu memahami hal yang dapat mengganggu kegiatan yang sedang dilakukan. Menurut

Gamayanti dkk., (2018) hal tersebut terjadi karena mahasiswa masuk kedalam dikategorikan tahap perkembangan dewasa awal. Pada tahap ini dapat dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ialah pemantapan pendirian hidup. Mahasiswa yang mulai memasuki masa transisi dewasa awal biasanya akan mulai menguji ide-ide mengenai diri dan dunia sekitarnya secara umum. Perubahan kognitif pada mahasiswa yaitu mulai mampu berpikir kritis dan mulai mau melepaskan diri secara emosional dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa. Sehingga pada usia dewasa awal, mahasiswa tidak cenderung bereaksi berlebihan terhadap sesuatu.

Berdasarkan uraian di atas, menurut peneliti tidak ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta tahun 2021 disebabkan karena pada sebagian besar responden tidak mengalami masalah pada siklus menstruasi, hal tersebut karena responden tidak terlalu berlebihan dalam menghadapi masalah sehingga tidak memicu timbulnya stres.

Berdasarkan hasil tabulasi silang terdapat hasil mahasiswi mengalami tingkat stres sedang namun siklus menstruasi normal sebanyak 6 orang (8,3%). Hal ini dapat terjadi karena respon koping pada setiap responden, adanya dukungan dari lingkungan sekitar, dan juga didukung status gizi dan berat badan yang normal sehingga tidak menyebabkan terganggunya siklus menstruasi (Aini dkk., 2017).

Pada hasil tabulasi silang juga terdapat hasil bahwa pada responden berada pada kategori tingkat stres normal tetapi siklus oligomenorea sebanyak dua orang (2,8%). Hal tersebut dapat terjadi karena oligomenorea dapat disebabkan faktor lain seperti penyakit kronis, penggunaan obat-obatan tertentu, status penyakit, nutrisi yang buruk, olahraga berat, penurunan berat badan yang signifikan, dan adanya gangguan fungsi tiroid dan adrenalin

sehingga dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi oligomenorea (Wiknjosastro, 2012). Oleh karena itu, pada penelitian ini dapat disebabkan terdapat faktor lain selain stres yang dapat memengaruhi siklus menstruasi sehingga dibutuhkan penelitian lebih lanjut.

### C. Keterbatasan Penelitian

#### 1. Kesulitan

Pada penelitian ini menggunakan metode pendekatan *cohort prospective* yaitu pengambilan data berdasarkan kurun waktu tertentu. Sehingga pada saat pengambilan data membutuhkan waktu untuk membagikan kuesioner.

#### 2. Kelemahan

Kelemahan pada penelitian ini hanya meneliti tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir saja, dan tidak dapat mengendalikan dari faktor lain seperti aktivitas fisik, kelainan genetik, dan hormon yang kurang stabil. Selain itu, metode pengambilan data secara *online* juga menyulitkan peneliti untuk pengambilan data karena responden kurang teliti dalam mengisi kuesioner dan juga membutuhkan waktu yang lama.