

# HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

Bunga Ratna Dila<sup>1</sup>, Ngatoiati Rohmani<sup>2</sup>

[Bungadila51@gmail.com](mailto:Bungadila51@gmail.com)

## INTISARI

**Latar Belakang:** Stres dapat mengganggu kerja sistem endokrin, sehingga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur dan rasa sakit saat menstruasi. Gangguan siklus menstruasi dapat dihindari dengan mencari waktu untuk bersantai, tidur yang cukup, dan mengurangi gangguan stres.

**Tujuan Penelitian:** Studi ini bertujuan mengetahui hubungan stres akademik dengan gangguan siklus menstruasi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan studi korelasional dan menggunakan pendekatan *cross-sectional*, pengambilan sampel menggunakan Teknik Proportionate Stratified Random Sampling yaitu sebanyak 104 responden. Instrumen yang digunakan untuk mengambil sampel adalah kuesioner. Responden diminta mengisi dua buah kuesioner yaitu kuesioner stres akademik dan kuesioner siklus menstruasi. Hasil penelitian menggunakan uji *rank spearman*.

**Hasil Penelitian:** Tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan semester 2,4,6,8 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berada pada kategori sedang dengan jumlah mahasiswa sebanyak 78 (75%) dari total 104 mahasiswa yang menjadi responden. Siklus menstruasi yang dialami oleh mahasiswa keperawatan dari semester 2,4,6,8 lebih banyak pada siklus menstruasi normal dibandingkan dengan siklus menstruasi tidak normal.

**Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan antara tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan hasil  $0,867 > 0,05$ .

**Kata Kunci:** Menstruasi, Stress, Gangguan

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan S-1, Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Keperawatan S-1, Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

# THE RELATIONSHIP OF ACADEMIC STRESS LEVEL WITH MENSTRUAL CYCLE DISORDERS OF NURSING STUDENTS AT UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

Bunga Ratna Dila<sup>1</sup>, Ngatoiati Rohmani<sup>2</sup>

[Bungadila51@gmail.com](mailto:Bungadila51@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** Stress can disrupt the work of the endocrine system, which can cause irregular menstruation and pain during menstruation. Menstrual cycle disorders can be avoided by finding time to relax, get enough sleep, and reduce stress.

**Research Objective:** This study aims to determine the correlation between academic stress and menstrual cycle disorders at Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta.

**Research Method:** The study used a quantitative method with a correlational study and a cross-sectional approach, taking sample using the proportionate stratified random sampling technique with a total of 104 respondents. The instrument used to gain the sample was a questionnaire. The respondents were asked to fill out two questionnaires namely Academic Stress Scale and menstrual cycle scale. The data were analysed using the rank spearman test.

**Research Results:** The level of academic stress in semester 2, 4, 6, 8 nursing students at Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta was in the medium category with the number of female students as many as 78 (75%) of 104 female students who were respondents. Experienced of mahasiswi semesters 2, 4, 6, 8 is normal menstrual cycles than abnormal menstrual cycles.

**Conclusion:** There is no correlation between the level of academic stress and the menstrual cycle in nursing students at Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta with a result of  $0.867 > 0.05$ .

**Keywords:** Menstruation, Stress, Disordess

---

<sup>1</sup> Student of Nursing Study Program, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer in Undergraduate Nursing Study Program, Faculty of Health, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta