

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta adalah Universitas hasil penggabungan antara STIKES Achmad Yani dan STIMIK Kartika Yani dan disahkan berdasarkan surat Menristekdikti Nomor 166/KPP/I/2018 tanggal 2 Februari 2018, tentang penggabungan Stikes dan Stimik Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada tanggal 26 Maret 2018. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta salah satunya terdiri dari Fakultas Kesehatan (FKES). Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang dahulu bernama Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) didirikan pada 15 Juni 2006. FKES Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (Unjaya) saat ini menyelenggarakan Program Studi (Prodi): Profesi Ners, Profesi Bidan, Keperawatan (S-1), Kebidanan (S-1 dan D-3), Teknologi Bank Darah (D-3), Rekam Medis dan Informasi Kesehatan (D-3), dan Farmasi (S-1).

Fasilitas pendidikan merupakan sarana dan prasarana yang harus tersedia untuk melancarkan kegiatan pendidikan. FKES Unjani Yogyakarta dibangun secara terpadu diatas lahan seluas 12.000 m² dan dilengkapi dengan ruang kuliah yang representative, labortorium berstandar internasional, dan didukung berbagai fasilitas penunjang pendidikan diantaranya: Laboratorim Keperawatan, Laboratorium Kebidanan, Laboratorium Farmasi, Laboratorium Bank Darah, Laboratorium Komputer, Laboratorium CBT, Asrama Mahasiswa, Masjid, Area Olahraga, Hotspot Area, dan RS.DKT dr. Soedjono Magelang sebagai home based praktik klinik.

Pada Program Studi (S-1) Keperawatan perkuliahan yang dilakukan mahasiswa dalam satu semester ini memakan waktu 16 minggu dengan jadwal Senin sampai Jumat mulai pukul 08:00-16:00 dan ujian dilaksanakan

pada minggu terakhir sesuai dengan jadwal SKS MK yang sudah terpenuhi dengan metode ujian *Computer Based Test* (CBT) dan *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE), mata kuliah yang menggunakan OSCE adalah mata kuliah yang memiliki kegiatan praktikum. Syarat kelulusan adalah apabila nilai yang diperoleh memenuhi standar kelulusan yang sudah ditetapkan apabila mahasiswa tidak lulus mahasiswa dapat mengulang MK dengan mengikuti semester panjang, dengan waktu di semester gasal ataupun genap (Buku Panduan Akademik dan Kemahasiswaan, 2020/2021)

2. Analisis Hasil Penelitian

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan total responden berjumlah 104 responden dengan karakteristik sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Semester	Jumlah	Persentase (%)
2	39	37,5
4	28	26,9
6	21	20,2
8	16	15,4
Total	104	100

Berdasarkan tabel diatas, peneliti melibatkan 104 mahasiswi, dari mahasiswi tersebut didominasi oleh mahasiswi semester 2 berjumlah 39 mahasiswi dengan presentase 37,5%.

Tabel 4.2 Nilai Mean Usia Responden

Kategori	Usia	Mean	Min	SD
Usia mahasiswi	18 – 23 tahun	20,2404	18	1,23
Usia pertama haid	8 – 16 tahun	13,0769	8	1,57

Responden dalam penelitian ini memiliki rentang usia dari 18-23 tahun dengan jumlah 104 mahasiswi yang berarti rata-rata usia mahasiswi yang menjadi responden berusia 20 tahun. Mahasiswi pertama kali mengalami menstruasi rata-rata berusia 13 tahun.

b. Stres Akademik

Berdasarkan data yang telah diperoleh menunjukkan hasil stres akademik pada mahasiswi keperawatan sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Stres Akademik

Stres Akademik	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	7	6,7
Sedang	78	75,0
Tinggi	19	18,3
Total	104	100

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan mayoritas responden memiliki tingkat stres sedang berjumlah 78 mahasiswi dengan presentase 75%.

Tabel 4.4 Tabulasi Silang Tingkat Stres Berdasarkan Semester

Karakteristik Responden	Tingkat Stres							
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Semester								
2	3	7,7 %	28	71,8 %	8	20,5 %	39	100%
4	0	0 %	24	85,7 %	4	14,3 %	28	100%
6	1	4,7%	15	71,4 %	5	23,9 %	21	100%
8	3	18,7 %	11	68,7 %	2	12,5 %	16	100%
Total	7	6,7%	78	75%	19	18,3%	104	100%

Berdasarkan tabel tabulasi silang diatas, tingkat stres tinggi paling banyak dialami oleh mahasiswi di semester 2 dengan jumlah 8 mahasiswi (20,5%) sedangkan paling sedikit dialami oleh mahasiswi di semester 8 dengan jumlah 2 mahasiswi (12,5%).

c. Siklus Menstruasi

Berdasarkan data yang telah diperoleh menunjukkan siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan sebagai berikut:

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi

Siklus	Jumlah	Persentase (%)
21-35 hari (Normal)	78	75
< 21 hari (Polimenorea)	17	16,3
> 35 hari (Oligomenorea)	8	7,6
Tidak menstruasi (Amenorea)	1	0,9
Total	104	100

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan mayoritas responden dengan siklus menstruasi normal sebanyak 78 responden dengan presentase 75%.

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Gangguan Siklus Menstruasi

Siklus	Jumlah	Persentase (%)
Normal	78	75
Tidak normal	26	25
Total	104	100

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan responden dengan siklus menstruasi normal sebanyak 78 responden dengan presentase 75%, sedangkan responden dengan siklus menstruasi tidak normal sebanyak 26 responden dengan presentase 25%.

d. Analisa Bivariat

Tabel 4.7 Korelasi Spearman Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi

Stres Akademik	Kategori Siklus Menstruasi				P Value
	Normal		Tidak Normal		
	F	%	F	%	
Rendah	6	5,8	1	1	0,867
Sedang	57	54,8	21	20,2	
Tinggi	15	14,4	4	3,8	
Total	78	100	26	100	

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan responden dengan tingkat stres akademik rendah memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 6 responden (5,8%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 1 responden (1%), responden dengan tingkat stres akademik sedang yang memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 57 responden (54,8%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 21 responden (20,2%), diikuti dengan responden dengan tingkat stres akademik tinggi yang memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 15 responden (14,4%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 4 responden (3,8%).

Berdasarkan hasil uji spearman, didapatkan hasil *P Value* yang menunjukkan nilai $p = 0.867$ yang berarti *P Value* $>0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan pada tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi mahasiswi program studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Pembahasan Penelitian

1. Tingkat Stres Akademik

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan tingkat stres akademik yang dialami oleh mahasiswi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta paling banyak berada pada kategori sedang dengan jumlah 78 mahasiswi dengan presentase sebesar 75%. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Martini, Putri dan Caritas (2021) dimana responden yang mengalami stres akademik dominan pada kategori sedang yaitu berjumlah 18 responden dari 44 responden dengan presentase 40,9%.

Stres disebabkan karena pikiran-pikiran yang membebani individu. Pikiran tersebut muncul ketika individu tidak mampu menyelesaikan masalah atau tuntutan sehingga memunculkan reaksi negatif salah satunya stres (Harjuna & Magistarina, 2021). Mahasiswa bisa dikatakan sebagai sekelompok orang yang berpotensi mengalami stres terutama stres

akademik, kondisi ini disebabkan karena mahasiswa merasa berada di situasi yang monoton, padatnya tuntutan tugas dan belajar mandiri, ekspektasi yang tinggi, mahasiswa kurang mampu beradaptasi (Widodo & Sholichah, 2021).

Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Syarifah (2021) menyatakan bahwa metode dosen dalam mengajar perkuliahan juga memberikan pengaruh yang signifikan pada tingkat stres mahasiswa. Terkadang metode yang diterapkan dapat menjadi tuntutan bagi mahasiswa untuk menguasai materi dan memperoleh berbagai keterampilan dalam jangka waktu yang terbatas. Penjelasan tersebut didukung dengan pernyataan Barseli, Ifdil dan Nikmarijal (2017) yang menyatakan akar penyebab stres akademik adalah stresor akademik, yang mencakup unsur-unsur pemicu stres yang melekat dalam proses pembelajaran. Hal ini mencakup harapan untuk mendapatkan nilai bagus, sesi belajar yang berkepanjangan, tugas yang banyak, nilai atau kemajuan akademis yang kurang memuaskan, dan kekhawatiran terkait dengan ujian yang akan datang.

Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 104. Menurut penelitian Reddy, Menon dan Anjana (2018) terdapat beberapa faktor yang mendasari meningkatnya stres akademik salah satunya adalah gender. Hal tersebut disebabkan oleh aktivitas aksis HPA (*Hypothalamic Pituitary Adrenal*) yang memainkan peran penting dalam mengatur hormon kortisol dan sistem saraf simpatis yang berkaitan dengan denyut jantung dan tekanan darah. Pada individu dewasa berjenis kelamin perempuan menunjukkan HPA dan respons otonom yang lebih rendah dibanding laki-laki dewasa sehingga memengaruhi kemampuan perempuan dalam mengatasi stres. Selain itu, hormon seks pada perempuan mengurangi respon HPA dan simpatoadrenal yang juga mengakibatkan perempuan lebih rentan mengalami stres (Nasrani & Purnawati, 2022).

Usia responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 18-23 tahun. Pada rentang usia tersebut masuk dalam masa transisi atau adaptasi untuk menjadi individu dewasa dan memungkinkan individu untuk mengalami stres (Hafifah & Widiani, 2017). Hasil tabulasi silang responden berdasarkan usia dengan tingkat stres dalam penelitian ini juga menunjukkan semakin dewasa usia tingkat stres yang dialami semakin rendah. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Fitriyani, Septianingrum dan Budury (2020) yang menunjukkan tingkat usia yang semakin tinggi maka tingkat stres akademik cenderung semakin rendah, karena semakin dewasa usia maka pengalaman individu dalam menghadapi stres semakin meningkat sehingga cara individu dalam mengatasi stres lebih bervariasi.

Hasil tabulasi silang responden berdasarkan semester dengan tingkat stres menunjukkan jumlah responden yang berada pada semester 2 lebih banyak mengalami stres akademik. Wahyudi, Bebasari dan Nazriati (2017) memaparkan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa semester awal lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa semester akhir. Hal tersebut disebabkan karena mahasiswa semester awal merasakan kesenjangan antara harapan mereka dengan kenyataan yang terjadi. Selain itu juga, mahasiswa semester awal juga menghadapi mata kuliah baru yang harus mereka kuasai dan diaplikasikan diberbagai kondisi termasuk dikelas, laboratorium, dan klinik (Aris, Sarfika & Erwina, 2018)

Berdasarkan data yang telah peneliti peroleh dan analisis menunjukkan mahasiswi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta mengalami stres pada tingkat sedang yang mana pada rentang usia responden menunjukkan semakin dewasa usia mereka maka tingkat stres yang dialami cenderung semakin rendah dan mahasiswa pada semester awal lebih mudah mengalami stres. Sejalan dengan pendapat Gaol (2016) yang mengatakan bahwa stres akademik disebabkan karena sejumlah tuntutan akademik yang harus dihadapi oleh mahasiswi seperti tugas, ujian, dan sebagainya selama masih menempuh pendidikan.

2. Siklus Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti diperoleh hasil dari 104 responden terdapat 78 responden (75%) mengalami siklus menstruasi normal dan 26 responden (25%) mengalami siklus menstruasi tidak normal. 26 responden yang mengalami siklus menstruasi tidak normal terdiri dari 17 responden (16,3%) mengalami siklus *Polimenorea*, 8 responden (7,6%) mengalami *oligomenorea*, 1 responden (0,9%) mengalami *amenorea*.

Pada penelitian ini jumlah responden yang mengalami siklus menstruasi normal lebih banyak daripada yang mengalami siklus menstruasi tidak normal. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saroh (2021) dimana dari 83 responden, 73 responden (88%) memiliki siklus menstruasi normal. Wanita normal sering memiliki siklus yang berlangsung selama 21–35 hari dan periode menstruasi yang berlangsung selama 3–7 hari.

Menstruasi merupakan proses alami dalam perkembangan seorang perempuan yang ditandai dengan pendarahan dari uterus dan dianggap sebagai tahap normal dan penting dari siklus reproduksi wanita (Silaban, Lumbanraja & Sibero, 2021). Nurlaily dan Nindya (Sabila, Fujiana & Budiharto, 2023) menyatakan bahwa umumnya perempuan mengalami menstruasi pertama pada usia 12 tahun. Hal tersebut sesuai dengan hasil distribusi frekuensi responden berdasarkan usia pertama menstruasi, mayoritas mahasiswa pertama kali menstruasi pada usia 12 tahun yang mana terdapat 31 mahasiswa (29,8%). Usia pertama menstruasi memiliki keterkaitan dengan siklus ovulasi sehingga pada siklus menstruasi dapat menunjukkan siklus menstruasi yang teratur dan tidak teratur, ada yang lebih panjang durasinya dan lebih singkat (Rasdiana & Mariana, 2018).

Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 18-23 tahun, dimana rentang usia tersebut termasuk dalam masa reproduksi. Hasil tabulasi silang antara usia responden dengan siklus normal menstruasi menunjukkan bahwa

responden pada usia 20 tahun memiliki siklus menstruasi normal paling banyak yaitu sebanyak 27 mahasiswa (26%). Menurut Wiknjosastro (Yudita, Yanis & Iryani, 2017) masa reproduksi dapat dialami oleh perempuan pada rentang usia 20-40 tahun. Secara umum, ketika perempuan berada pada masa reproduksi maka siklus menstruasi akan normal dan tidak banyak mengalami perubahan (Yudita, Yanis & Iryani, 2017).

Penelitian serupa dilakukan oleh Maulana dan Tanjung (2021) terhadap 75 mahasiswi kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara yang menunjukkan hasil sebanyak 54 mahasiswi (72%) mengalami siklus menstruasi normal dan hanya 21 mahasiswa (28%) yang mengalami siklus menstruasi tidak normal. Siklus menstruasi yang normal merupakan hasil interaksi antara hipotalamus, kelenjar pituitari, dan ovarium. Interaksi ini memicu perubahan pada jaringan sasaran dan saluran reproduksi, ovarium sangat berperan penting dalam proses ini, karena berperan dalam mengatur siklus dan durasi menstruasi (Anggraeni, Fauziah & Gustina (2022).

Berdasarkan data yang telah peneliti peroleh dan analisis menunjukkan mahasiswi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta mayoritas memiliki siklus menstruasi normal. Menstruasi memainkan peran penting dalam kesehatan reproduksi wanita secara keseluruhan, tidak hanya menyentuh bidang fisik tetapi juga mencakup kesejahteraan mental, spiritual, dan sosial. Oleh karena itu, penting bagi seorang wanita untuk memiliki pemahaman komprehensif tentang pola dan jarak siklus menstruasinya, sehingga memudahkan pengenalan dini jika ada kelainan (Deviliawati, 2020).

3. Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Responden yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 104 mahasiswi

keperawatan dengan rentan usia 18-23 tahun dan berasal dari semester 2, 4, 6 dan 8.

Hasil penelitian yang telah diperoleh dari 104 responden tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi mahasiswi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, hal tersebut ditunjukkan dari hasil *p-value* $0,867 > 0,05$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Deviliawati (2020) yang menunjukkan perolehan nilai signifikansi antara tingkat stres dengan siklus menstruasi responden sebesar *p-value* sebesar $0,312 > 0,05$ menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara stres dengan siklus menstruasi.

Hasil kategorisasi pada variabel stres akademik menunjukan sebagian besar responden memiliki tingkat stres akademik dalam kategori sedang yaitu sebesar 78 mahasiswi (75%) mahasiswi yang mengalami stres dapat memberikan dampak pada fisik, emosi dan perilakunya. Menurut Norma, Widianti dan Hartiningsih (2021) dampak pada fisik berupa menurunnya kekebalan tubuh, membuat tubuh lebih rentan terhadap penyakit serta menyebabkan sakit kepala, kelelahan dan ketegangan otot yang meningkat. Dampak emosional berupa perasaan tidak berdaya dan tidak mampu serta menurunnya kepercayaan diri. Dampak perilaku berupa munculnya tindakan tidak menyenangkan dan berbahaya seperti kecanduan alkohol, obat-obatan, merokok dan makan berlebihan yang sering dijadikan alasan untuk menghilangkan stres (Norma, Widianti, & Hartiningsih, 2021).

Stres merupakan hal biasa yang sering dialami oleh individu, tetapi apabila tingkat stres yang dialami berat dan berlangsung lama dapat merusak kesehatan. Mayoritas responden dalam penelitian ini mengalami tingkat stres yang berhubungan langsung dengan kegiatan akademis mereka. Stresor terkait akademik mencakup berbagai faktor dalam lingkungan universitas, seperti sistem ujian, metode penilaian, jadwal, dan kegiatan ekstrakurikuler yang terkait dengan kinerja akademik. Penyebab

stres ini berpotensi berdampak negatif terhadap kinerja siswa dalam ujian (Nainggolan & Sukatendel, 2021).

Secara teori, tingkat stres akademik memiliki keterkaitan dengan siklus menstruasi. Dalam pengaruhnya, stres melibatkan sistem neuroendokrinologi. Ketika seseorang mengalami stres, hal tersebut memicu aktivasi aksis *hipotalamus-hipofisis-adrenal* (HPA). Aktivasi ini, pada gilirannya, dapat menyebabkan pelepasan hormon *Corticotropin releasing hormone* (CRH). Peningkatan kadar CRH selanjutnya dapat menyebabkan peningkatan keberadaan kortisol dalam aliran darah. Peningkatan kadar kortisol ini berpotensi mengganggu pola hormonal normal selama fase pra-ovulasi dari siklus menstruasi, yang pada akhirnya mempengaruhi lonjakan *estradiol* dan *gonadotropin* berpotensi menyebabkan penundaan dalam proses hormonal tersebut (Nainggolan & Sukatendel, 2021).

Berbeda dengan teori tersebut, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada variabel siklus menstruasi, jumlah mahasiswi yang memiliki siklus menstruasi normal lebih banyak daripada mahasiswi dengan siklus menstruasi tidak normal. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil kategorisasi siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dimana sebanyak 78 (75%) mahasiswi berada pada kategori normal dan 26 (25%) mahasiswi berada pada kategori tidak normal.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara tingkat stres akademik dengan gangguan siklus menstruasi. Stres merupakan respon umum manusia terhadap berbagai rangsangan atau tuntutan, dan tidak serta merta berkonotasi negatif. Faktanya, stres dapat menjadi kekuatan pendorong yang menginspirasi individu untuk mengambil tindakan konstruktif atau melakukan upaya yang berharga (Donsu, 2017). Penjelasan tersebut membuktikan bahwa ketidakteraturan siklus menstruasi yang dialami mahasiswi tidak bisa semata-mata disebabkan oleh stres atau sebaliknya, hal tersebut

dipengaruhi oleh faktor-faktor penentu yang lebih menonjol seperti faktor berat badan, aktifitas fisik, dan diet (Islamy & Farida, 2019).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian dari Rahman, Syakura dan Ringtiyas (2022) yang menunjukkan tidak ada hubungan yang linier antara stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura. Penelitian dari Fransiska, Sriniyati dan Romlah (2017) juga menunjukkan tidak adanya hubungan antara stres akademik terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas. Hal ini berarti lebih banyak faktor diluar penelitian yang berhubungan pada variabel siklus menstruasi.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada pengambilan data melalui kuesioner bentuk *google form* karena peneliti tidak secara langsung memperhatikan dan mengawasi responden ketika mengisi kuesioner.