

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Jenderal Achmad Yani terletak di jalan Ring Road Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta. Berdiri pada tanggal 15 Juni 2006 berdasarkan SK Mendiknas No 84/D/O/2006 dan rekomendasi Departemen Kesehatan No HK 03.2.4.1.02054 untuk Program Studi Strata 1 Ilmu Keperawatan dan HK 03.2.4.1.02053 untuk Program Studi DIII Kebidanan. Surat Keputusan Akreditasi Program Sarjana di Perguruan Tinggi tanggal 14 Maret 2009. Pada tahun 2013 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Jenderal Achmad Yani menyelenggarakan Program Studi Perakam Medis dan Informasi Kesehatan (D3) dengan izin penyelenggaraan dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI No : 171/E/O/2013.

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Achmad Yani Yogyakarta memiliki 3 Program Studi yaitu Prodi Ilmu Keperawatan (S1)/Ners, Prodi Kebidanan (D3), Prodi Perakam Medis dan Informasi Kesehatan (D3). Pada tahun ajaran 2014/2015 jumlah mahasiswa/i Prodi Ilmu Keperawatan (S1) adalah 107 mahasiswa (65 perempuan, 42 laki-laki) dan terdiri dari dua kelas, sedangkan jumlah mahasiswi Prodi Kebidanan (D3) adalah 178 mahasiswi dan terdiri dari empat kelas.

2. Karakteristik Responden

Hasil penelitian terhadap karakteristik responden mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta tahun 2014/2015 disajikan pada tabel 4.1 berikut:

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Umur dan Tempat Tinggal Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2014/2015

Karakteristik responden	Frekuensi	Prosentase (%)
Umur:		
< 19 tahun	59	76,6
20-21 tahun	17	22,1
> 21 tahun	1	1,3
Tempat tinggal:		
Rumah sendiri	13	16,9
Kos	49	63,6
Asrama	15	19,5
Jumlah	77	100

Sumber : Data primer, 2015

Tabel 4.1 menunjukkan sebagian besar mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berumur < 19 tahun sebanyak 59 orang (76,6%). Sebagian besar responden tinggal di tempat kos sebanyak 49 orang (63,6%).

3. Tingkat Stres

Hasil penelitian terhadap tingkat stres mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta disajikan pada tabel 4.2 berikut:

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2014/2015

Tingkat stres	Frekuensi	Prosentase (%)
Normal	24	31,2
Ringan	5	6,5
Sedang	30	39,0
Berat	14	18,2
Sangat berat	4	5,2
Jumlah	77	100

Sumber: Data Primer, 2015

Tabel 4.2 menunjukkan tingkat stres mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sebagian besar adalah sedang sebanyak 30 orang (39%).

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Umur dengan Tingkat Stres Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2014/2015

Umur	Tingkat stress										Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat berat			
	f	%	F	%	F	%	F	%	f	%	f	%
< 19 tahun	12	15,6	4	5,2	26	33,8	13	16,9	4	5,2	59	76,6
20-21 tahun	12	15,6	0	0	4	5,2	1	1,3	0	0	17	22,1
> 21 tahun	0	0	1	1,3	0	0	0	0	0	0	1	1,3
Total	24	31,2	5	6,5	30	39,0	14	18,2	4	5,2	77	100

Sumber: Data Primer, 2015

Tabel 4.3 menunjukkan mahasiswi yang mengalami stress normal berada pada kelompok umur 20-21 tahun yaitu 12 orang (15,6%), mahasiswi yang mengalami stress ringan berada pada kelompok umur <19 tahun yaitu 4 orang (5,2%), mahasiswi yang mengalami stress sedang sebagian besar berada pada kelompok umur <19 tahun yaitu 26 orang (33,8%), mahasiswi yang mengalami stress berat dan sangat berat sebagian besar berada pada kelompok umur < 19 tahun yaitu sebanyak 13 orang (16.9%) dan 4 orang (5,2%).

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Tempat Tinggal dengan Tingkat Stres Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2014/2015

Tempat tinggal	Tingkat stress										Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat berat			
	f	%	F	%	F	%	F	%	f	%	f	%
Rumah sendiri	2	2,6	0	0	1	1,3	7	9,1	3	3,9	13	16,9
Kos	15	19,5	3	3,9	25	32,5	5	6,5	1	1,3	49	63,6
Asrama	7	9,1	2	2,6	4	5,2	2	2,6	0	0	15	19,5
Total	24	31,2	5	6,5	30	39,0	14	18,2	4	5,2	77	100

Sumber: Data Primer, 2015

Tabel 4.4 menunjukkan mahasiswi yang mengalami stress normal sebagian besar tinggal diasrama yaitu 7 orang (9,1%), mahasiswi yang

mengalami stress sedang sebagian besar tinggal dikos yaitu 25 orang (32,5%), mahasiswi yang mengalami stress berat dan sangat berat sebagian besar bertempat tinggal di rumah sendiri yaitu sebanyak 7 orang (9,1%) dan 3 orang (3,9%).

4. Siklus Menstruasi

Hasil penelitian terhadap siklus menstruasi mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta disajikan pada tabel 4.5 berikut:

Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2014/2015

Siklus menstruasi	Frekuensi	Prosentase (%)
Teratur	38	49,4
Tidak teratur	39	50,6
Jumlah	77	100

Sumber: Data Primer, 2015

Tabel 4.5 menunjukkan mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki siklus menstruasi yang teratur dan tidak teratur jumlahnya hampir sama yaitu 38 orang (49,4%) dan 39 orang (50,6%).

Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Umur dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2014/2015

Umur	Siklus menstruasi				Total	
	Teratur		Tidak teratur			
	F	%	f	%	F	%
< 19 tahun	23	29,9	36	46,8	59	76,6
20-21 tahun	14	18,2	3	3,9	17	22,1
> 21 tahun	1	1,3	0	0	1	1,3
Total	38	49,4	39	50,6	77	100

Sumber: Data Primer, 2015

Tabel 4.6 menunjukkan mahasiswi yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebagian besar berumur < 19 tahun sebanyak 36 orang (46,8%), sedangkan yang memiliki siklus menstruasi teratur sebagian besar berumur 20-21 tahun sebanyak 14 orang (18,2%).

5. Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi

Tabulasi silang dan hasil uji *Kendall's tau* hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswa semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta disajikan pada tabel 4.7 berikut:

Tabel 4.7. Tabulasi Silang dan Hasil Uji *Kendall's tau* Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswa Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2014/2015

Tingkat Stress	Siklus menstruasi				Total		T	p-value
	Teratur		Tidak teratur					
	F	%	F	%	f	%		
Normal	23	29,9	1	1,3	24	31,2	0,566	0,000
Stres ringan	4	5,2	1	1,3	5	6,5		
Stres sedang	7	9,1	23	29,9	30	39,0		
Stres berat	3	3,9	11	14,3	14	18,2		
Stres sangat berat	1	1,3	3	3,9	4	5,2		
Total	38	49,4	39	50,6	77	100		

Sumber: Data Primer, 2015.

Tabel 4.7 menunjukkan mahasiswa dengan tingkat stres normal sebagian besar mengalami siklus menstruasi yang teratur sebanyak 23 orang (29,9%). Mahasiswa dengan tingkat stres ringan sebagian besar mengalami siklus menstruasi teratur sebanyak 4 orang (5,2%). Mahasiswa dengan tingkat stres sedang sebagian besar mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 23 orang (29,9%). Mahasiswa dengan tingkat stres berat sebagian besar mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 11 orang (14,3%). Mahasiswa dengan tingkat stres sangat berat sebagian besar mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 3 orang (3,9%).

Hasil perhitungan statistik menggunakan uji *Kendall's tau* seperti disajikan pada tabel 4.7, diperoleh nilai p ($0,000$) $< 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswa semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Nilai koefisien korelasi (τ) sebesar 0,566 menunjukkan keeratan hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi adalah sedang.

B. Pembahasan

1. Tingkat Stres

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat stres mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sebagian besar adalah kategori sedang 30 (39,0%) Tabel 4.2. Hasil penelitian ini sejalan dengan Ayu & Wahyu (2013) yang menunjukkan 57,2% mahasiswi tingkat IV STIKES RS Baptis Kediri mengalami tingkat stres kategori sedang.

Menurut Priyoto (2014) stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Stres sedang lebih panjang dari stres ringan yaitu dalam hitungan jam hingga hari.

Hasil tabulasi silang menunjukkan responden yang mengalami stress berat dan sangat berat dalam penelitian ini sebagian besar berada pada kelompok umur < 19 tahun yaitu sebanyak 13 orang (16.9%) dan 4 orang (5,2%). Menurut Hawari (2006), tahap perkembangan seseorang baik fisik maupun mental seperti masa remaja, masa dewasa, menopause, dan usia lanjut jika tidak dapat dijalani dengan baik (tidak mampu beradaptasi) maka akan menimbulkan stres pada orang tersebut.

Remaja rentan mengalami stress, karena pada usia ini remaja belum mampu berfikir berat sehingga mereka mudah menjadi stress. Santrock (2007) menyatakan bahwa penyesuaian diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan, salah satunya adalah transisi di lingkungan perkuliahan. Menurut Greenberg dalam Astuti (2006), *stressor* yang ada pada mahasiswi, yaitu: perubahan gaya hidup, nilai, jumlah mata kuliah yang diambil, masalah pertemanan, cinta, rasa malu, dan kecemburuan. Murphy dan Archer dalam Rahayu (2013), menambahkan bahwa persaingan antar mahasiswi yang tinggi merupakan salah satu pemicu stres bagi mahasiswi

Mahasiswa merupakan golongan yang mudah terpapar stres dalam melaksanakan tanggung jawab dan peranan mereka di universitas (Mastura, dkk 2007). Faktor yang menyebabkan mahasiswi mengalami stres seperti

lingkungan akademik, persaingan, hubungan interpersonal, dan cara pemikiran. Umumnya stres pada mahasiswi dialami dalam berbagai keadaan seperti rasa kesunyian, kurang tidur, keresahan, dan kebimbangan yang tinggi (Wright, 1967 dalam Kandasamy, 2010).

Hasil tabulasi silang antara tempat tinggal dengan tingkat stress menunjukkan mahasiswi yang mengalami stress berat dan sangat berat sebagian besar bertempat tinggal di rumah sendiri yaitu sebanyak 7 orang (9,1%) dan 3 orang (3,9%). Menurut Sutjiato (2014) mahasiswa mengalami banyak tekanan yang mungkin di dapat dari orang tua yang terlalu memberikan banyak tekanan, belum juga lingkungan sekitar rumah yang tidak mendukung selama masa perkuliahan. Hal ini didukung oleh penelitian Sabra (2012) dalam Sutjiato (2014) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal dengan orang tua sebagian besar mengalami stress (70,2%).

2. Siklus Menstruasi

Hasil penelitian ini menunjukkan siklus menstruasi mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta hampir sama yaitu teratur 38(49,4%) dan tidak teratur 39(50,6%) tabel 4.5. Hasil penelitian ini sejalan dengan Ayu & Wahyu (2013) yang menunjukkan 57,1% mahasiswi tingkat IV STIKES RS Baptis Kediri mengalami siklus tidak normal. Hasil ini juga didukung oleh penelitian Inggia (2014) yang menyimpulkan mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember mengalami siklus menstruasi tidak normal sebesar 70%.

Menurut Winkjosastro (2009), siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi. Pada wanita normalnya berkisar antara 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-7 hari. Perubahan siklus menstruasi ini dipengaruhi oleh usia, berat badan, tingkat stress, diet, aktivitas fisik, dan paparan lingkungan atau kondisi kerja (Proverawati & Misaroh, 2009).

Dalam penelitian ini mahasiswi yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebagian besar berumur < 19 tahun sebanyak 36 orang (46,8%), sedangkan yang mengalami siklus menstruasi teratur sebagian besar berumur 20-21 tahun sebanyak 14 orang (18,2%). Memasuki masa remaja, ketidakaturan siklus menstruasi biasanya terjadi pada usia 12-13 tahun karena belum maksimalnya pengaturan hormonal. Semakin dewasa biasanya siklus haid menjadi lebih teratur, walaupun tetap saja bisa maju atau mundur karena faktor stres atau kelelahan. Beberapa studi menyatakan bahwa wanita usia reproduksi memiliki masalah dengan menstruasi yang abnormal, seperti sindrom premenstruasi dan menstruasi yang tidak teratur (Caulter, 1991 dalam Desi, 2010). Prevalensi siklus menstruasi yang abnormal berdasarkan evaluasi medis 9-13% wanita usia reproduksi (Caulter, 1991 dalam Desi, 2010). Sebuah penelitian di Jepang menunjukkan bahwa 63% pelajar mahasiswa mengalami menstruasi tidak teratur (Yamamoto *et al*, 2009). Pelajar mahasiswi lebih sering menunjukkan variasi menstruasi yang bermasalah, seperti dismenorea, menoragia, menstruasi tidak teratur (Hillard & Datch, 2005).

3. Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.7 menunjukkan terdapat mahasiswi dengan tingkat stress normal dan ringan namun memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 1(1,3%) dan 1(1,3%), hal ini dapat disebabkan oleh faktor-faktor gangguan indung telur, gangguan makan (seperti *anorexia nervosa*, *bulimia*), obesitas dan olahraga berlebihan (Mushofiyya, 2011).

Penelitian ini juga terdapat responden dengan tingkat stres sedang, berat dan sangat berat namun memiliki siklus menstruasi teratur sebanyak 7 (9,1%), 3 (3,9%) dan 1 (1,3%), hal ini bisa dikarenakan responden tersebut melakukan teknik manajemen stres dengan baik yaitu dengan cara menjaga tubuh dan kesehatan atau upaya mengelola stres dengan baik, misalnya dengan istirahat yang cukup, olahraga teratur, mengatur nutrisi dan diet dengan baik, mengkonsumsi ramuan atau jamu yang dapat memperlancar siklus menstruasi, mengurangi aktivitas yang melelahkan, sehingga

meskipun stres yang dialami tingkat stres berat namun siklus menstruasi tidak terganggu (Ayu & Wahyu, 2013).

Hasil uji *Kendall's tau* menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Keeratan hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi adalah sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan Ayu & Wahyu (2013) yang meneliti tentang Stres dan Mekanisme Koping terhadap Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri.

Stress seringkali membuat siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal ini terjadi karena stress sebagai rangsangan sistem saraf diteruskan ke susunan saraf pusat yaitu *limbic system* melalui transmisi saraf, selanjutnya melalui saraf autonom akan diteruskan ke kelenjar- kelenjar hormonal (endokrin) hingga mengeluarkan *secret* (cairan) *neurohormonal* menuju *hipofhisis* melalui sistem *prontal* guna mengeluarkan *gonadotropin* dalam bentuk FSH (*folicle Stimulazing Hormone*) dan LH (*Leutenizing Hormon*). Produksi kedua hormon tersebut dipengaruhi oleh RH (*Realizing Hormone*) yang disalurkan dari hipotalamus ke hipofisis. Pengeluaran RH sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik estrogen terhadap *hipotalamus* sehingga selanjutnya mempengaruhi proses menstruasi (Prawiroharjo, 2006). Gangguan dari stres menstruasi terdiri dari tiga, yaitu: siklus menstruasi pendek yang disebut dengan *polimenore*, siklus menstruasi panjang atau *oligomenore* dan *amenore* jika menstruasi tidak datang dalam 3 bulan berturut-turut (Isnaeni, 2010).

Keeratan hubungan yang sedang antara tingkat stres dengan siklus menstruasi disebabkan masih banyak faktor lain yang turut mempengaruhi siklus menstruasi seperti berat badan, genetik, aktivitas fisik dan gizi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Inggia (2014) yang menyimpulkan ada hubungan positif (searah) antara tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember, semakin tinggi tingkat stress maka siklus menstruasi menjadi semakin tidak teratur. Siklus menstruasi yang terjadi pada wanita tidak selamanya teratur. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah perubahan hormon akibat stress atau dalam keadaan emosi yang kurang stabil.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Kesulitan Penelitian

- a. Peneliti melakukan penelitian ke responden di beberapa tempat yaitu kampus, kos dan asrama, sehingga memakan waktu yang cukup lama untuk mengumpulkan data.
- b. Pengumpulan data tidak bisa dilakukan serentak karena jadwal menstruasi mahasiswi berbeda-beda.

2. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini hanya meneliti tingkat stres, padahal terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi selain tingkat stres, seperti berat badan, genetik, aktivitas fisik dan gizi.

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YAN
YOGYAKARTA