

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

Aang Hidayat K¹, Retno Mawarti², Dewi Retno Pamungkas³

Intisari

Latar Belakang : Masa remaja adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia dan sering disebut masa pubertas. Ciri khas kematangan secara reproduksi yang dialami oleh remaja perempuan adalah menstruasi. Menstruasi merupakan proses perdarahan alamiah yang teratur sebagai tanda dari kematangan organ dan fungsi reproduksi wanita. Beberapa hal sering dikaitkan sebagai penyebab ketidakteraturan siklus menstruasi, salah satunya adalah stres. Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari.

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa semester III.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Penelitian ini menggunakan rancangan prospektif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester III PSIK dan D3 Kebidanan STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan sampel yang diambil sebanyak 77 responden dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data yang digunakan adalah *Kendall's Tau* dan *koefisien korelasi* untuk mengetahui keeratan hubungan.

Hasil : Mahasiswa yang memiliki tingkat stres normal dan tidak memiliki perubahan siklus sebanyak 23 orang (29,9%). Sedangkan mahasiswa dengan tingkat stres berat sebagian besar mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 11 orang (14,3%). Uji *Kendall's tau* diperoleh nilai $p(0,000) < 0,05$ dengan nilai koefisien korelasi (τ) sebesar 0,566.

Kesimpulan : Ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswa semester III dengan keeratan hubungan sedang.

Kata Kunci : Remaja, Menstruasi, Stres.

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Stikes Aisyah Yogyakarta

³ Dosen PSIK Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE CORRELATIONS BETWEEN STRESS LEVEL AND MENSTRUAL CYCLE AMONG THE STUDENTS AT JENDERAL ACHMAD YANI SCHOOL OF HEALTH SCIENCE, YOGYAKARTA

Aang Hidayat K¹, Retno Mawarti², Dewi Retno Pamungkas³

Abstract

Background: Adolescence is the period of physical maturation of the reproductive organs and it is often referred to puberty period. The typical physical maturation of the reproductive organs experienced by female adolescent is menstruation. Menstruation is a natural process of monthly bleeding which is a sign of physical maturation of female reproductive organs and functions. Some factors may affect the menstrual cycle; one of them is stress. Stress is the physical and psychological reaction to any kind of demand that cause a tension and disrupt the stability of one's daily life.

Research Objective: To find out the correlations between stress level and menstrual cycle among the third semester students.

Research Methodology: This research is a correlations one with a prospective design. A proportionate stratified random sampling method was used to collect the data from 77 third semester students at the Nursing Science Undergraduate Study Program and the Midwifery Diploma Program of Jenderal Achmad Yani School of Health Science Yogyakarta. The data were collected with questionnaires. The data were then analyzed with the Kendall's Tau and the correlation-coefficient to find out the correlations.

Results: twenty three students (29,9%) had normal stress level and did not experience any change in their menstrual cycle, and 11 students or 14,3% of them had high stress level and experienced irregular menstrual cycles. The Kendall's Tau analysis came with the p-value of $(0,000) < 0,05$ and the correlation coefficient value (τ) of 0,566.

Conclusion: There was a correlation between stress level and menstrual cycle among the third semester female students with moderate correlation.

Key words : Adolescent, Menstruation, Stress

¹ Student of Nursing Science Undergraduate Study Program, Achmad Yani School of Health Science, Yogyakarta

² Lecturer of Aisyiah School of health Science, Yogyakarta

³ Lecturer of Nursing Science Undergraduate Study Program, Achmad Yani School of Health Science, Yogyakarta