

ISSN 2356-265X
E ISSN 3032-257X

JURNAL KEPERAWATAN

Volume 16. No. 2. Desember 2024

**Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik
Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir**

Rinasih, Tri Prabowo, Jennifa

**Efektifitas Kombinasi Posisi Semi Fowler Dengan Lateral Kanan
Terhadap Hemodinamik Pasien Penyakit Jantung Koroner**

Faisal Sangadji

**Penerapan Edukasi Teknik Menyusui Pada Ibu Post Partum
Dengan Masalah Keperawatan Menyusui Tidak Efektif**

*Tri Aulia Suryani, RR. Viantika Kusumasari, Fitri Dian Kurniati,
Anna Nur Hikmawati, Muskhhab Eko Riyadi*

**Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa
Tingkat Akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu**

Idayati

**Gambaran Kunjungan Pasien Stroke di Wilayah Puskesmas
Kabupaten Pekalongan**

Ifallah Sekar Arum Januwilogo, Susri Utami

**Jurnal
Keperawatan**

Volume 16

Nomer 02

Desember 2024

**ISSN : 2356-265X
E ISSN : 3032-257X**

**Diterbitkan oleh Pusat PPM
Akademi Keperawatan “YKY” Yogyakarta**

**SUSUNAN PENGELOLA
JURNAL KEPERAWATAN
AKPER “YKY” YOGYAKARTA**

Penasihat:

Ketua STIKES YKY Yogyakarta

Penanggungjawab:

Wakil Ketua I STIKES YKY Yogyakarta

Ketua Tim Jurnal:

Rini Puspita Dewi, SKM., MPH.

Sekretaris:

Evi Setyaningrum, S.IP.

IT Support:

Rahmaddika Saputra, S.Kom.

Tim Reviewer:

1. Agus Sarwo., S.Kep.Ns., M.Kes. (Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)
2. Dr. Atik Badiah, S.Pd., S.Kep., M.Kep. (Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)
3. Dr. Sri Handayani, S.Kep.,Ns., M.Kep. (STIKES Yogyakarta)
4. Widuri, S.Kep.,Ns., M.Kep. (STIKES Guna Bangsa Yogyakarta)
5. Dr. Maria Paskanita Widjanarti, SKM., M.Sc. (Universitas Negeri Surakarta)
6. Azham Umar Abidin, SKM., MPH., Ph.D (Cand) (Universitas Islam Indonesia)
7. dr. Luthfi Saiful Arif, M.Pd.Ked. (Universitas Indonesia)

Tim Editor :

Editor in Chief:

Nunung Rachmawati, S.Kep.Ns., M.Kep. (STIKES YKY YOGYAKARTA)

Anggota:

1. Andri Nugraha, S.Kep.,Ns., M.Kep., CHt. (STIKES KARSAHUSADAGARUT)
2. Dewi Murdiyanti P.P., M.Kep.,Ns., Sp. Kep.M.B. (STIKES YKY YOGYAKARTA)
3. Furaida Khasanah, S. Kep.,Ns., M.Kep. (POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA)
4. Ni Made Nopita Wati, S.Kep.,Ns., M.Kep (STIKES WIRAMEDIKABALI)
5. Ahmad Afif Mauludi, SKM., M.K.K.K. (STIKES YKY YOGYAKARTA)
6. Dewi Kusumaningtyas, S.Kep.,Ns., M.Kep. (STIKES YKY YOGYAKARTA)

Jurnal Keperawatan mempublikasikan artikel hasil karya ilmiah dalam bidang keperawatan yang meliputi sub bidang keperawatan dasar, keperawatan dewasa, keperawatan anak, keperawatan maternitas, keperawatan gerontik, keperawatan jiwa, keperawatan komunitas, manajemen keperawatan dan pendidikan keperawatan. Jenis artikel yang diterima redaksi adalah hasil penelitian dan ulasan tentang iptek keperawatan (tinjauan kepustakaan dan lembar metodologi).

Naskah atau manuskrip yang dikirim ke Jurnal Keperawatan adalah karya asli dan belum pernah dipublikasi sebelumnya. Naskah yang telah diterbitkan menjadi hak milik redaksi dan naskah tidak boleh diterbitkan lagi dalam bentuk apapun tanpa persetujuan dari redaksi. Naskah yang pernah diterbitkan sebelumnya tidak akan dipertimbangkan oleh redaksi.

Naskah harus ditulis dalam bahasa Indonesia, dengan judul dan abstrak dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris dengan format seperti yang tertuang dalam panduan ini. Penulis harus mengikuti panduan di bawah ini untuk mempersiapkan naskah yang akan dikirim ke redaksi. Semua naskah yang masuk akan disunting oleh dua mitra bestari.

Format Manuskripsi:

1. Manuskrip ditulis tidak melebihi 2500-3000 kata, jenis huruf Times New Roman dalam ukuran 11 pt dengan 1,25 spasi, ukuran kertas A4, batas tulisan pada margin kiri 4 cm, kanan 3 cm, atas 3 cm, bawah 3 cm
2. Nomor halaman ditulis pada pojok kanan bawah
3. Panjang artikel minimal 8 halaman dan maksimal 15 halaman
4. Setiap halaman diberi nomor secara berurutan dimulai dari halaman judul sampai halaman terakhir.
5. Naskah diketik dan disimpan dalam format RTF (RichText Format) atau Doc

PEDOMAN PENULISAN ARTIKEL BAGI PENULIS JURNAL KEPERAWATAN

- **Judul.**
 - ✓ Berisi judul artikel dan tidak menggunakan singkatan,
 - ✓ Judul tidak boleh lebih dari 14 kata
 - ✓ Judul ditulis dengan huruf besar pada awal kalimat
 - ✓ Nama latin dan istilah yang bukan bahasa Indonesia ditulis dengan huruf miring.
- **Data Penulis.**
 - ✓ Nama lengkap penulis (tanpa singkatan dan tanpa gelar), lembaga dan alamat lembaga penulis (termasuk kode pos).
 - ✓ Untuk korespondensi penulis lengkapi dengan nomor telepon dan alamat *e-mail*.
- **Abstrak.**
 - ✓ Abstrak ditulis dalam bahasa Indonesia
 - ✓ Jumlah kata tidak melebihi 200 kata, tidak ada rujukan
 - ✓ Dengan kalimat pendahuluan yang jelas terdiri atas dua atau tiga kalimat yang menjelaskan latar belakang penelitian.
 - ✓ Selanjutnya diikuti dengan uraian mengenai masalah atau tujuan riset dan metode.
 - ✓ Hasil yang ditulis adalah hasil penelitian yang diperoleh untuk menjawab masalah penelitian secara langsung.
 - ✓ Tuliskan satu atau dua kalimat untuk mendiskusikan hasil dan kesimpulan.
 - ✓ Penyunting mempunyai hak untuk menyunting abstrak dengan alasan untuk kejelasan naskah.
- **Kata Kunci.**
 - ✓ Kata kunci berisi maksimal 5 kata yang penting atau mewakili isi artikel.
 - ✓ Dapat digunakan sebagai kata penelusuran (*searching words*)
- **Pendahuluan.**
 - ✓ Tulislah latar belakang penelitian dan jelaskan penelitian terkait yang pernah dilakukan.
 - ✓ Nyatakan satu kalimat pertanyaan (masalah penelitian) yang perlu untuk menjawab seluruh kegiatan penelitian yang dilakukan penulis.
- **Metode.**
 - ✓ Pada bagian ini penulis perlu menjelaskan secara rinci agar penyunting dapat menjawab beberapa pertanyaan berikut : (i) apakah penelitian ini eksperimental atau eksplorasi, (ii) apakah metode diuraikan dengan cukup rinci sehingga penelitian dapat direplikasi, (iii) jika penelitian anda menggunakan metode penelitian sebelumnya, uraikanlah metode tersebut secara ringkas. Jika anda membuat modifikasi, uraikanlah bagian yang anda modifikasi, (iv) tuliskan jumlah sampel dan berikan penghargaan dari mana anda memperoleh sampel tersebut, (v) uraikan mengenai etika pengambilan data dan *informed consent* bila menggunakan data atau sumber dari manusia
- **Hasil**
 - ✓ Nyatakan hasil yang diperoleh berdasarkan metode yang digunakan
 - ✓ Jangan menuliskan rujukan pada bagian hasil
 - ✓ Semua data yang diberikan pada bagian hasil harus ditampilkan dalam bentuk tabel atau grafik
 - ✓ Judul tabel diletakkan di atas tabel, sedangkan judul gambar diletakkan di bagian bawah gambar
 - ✓ Tabel diberi nomor urut sesuai urutan penampilan, begitu pula gambar.
- **Pembahasan**
 - ✓ Buatlah uraian pembahasan dari hasil riset dengan cara membandingkan data yang diperoleh saat ini dengan data yang diperoleh pada penelitian sebelumnya
 - ✓ Berikan penekanan pada kesamaan, perbedaan ataupun keunikan dari hasil yang anda peroleh. Jelaskan mengapa hasil riset anda seperti itu
 - ✓ Akhiri pembahasan dengan menggunakan riset yang akan datang yang perlu dilakukan berkaitan dengan topik tersebut.
- **Simpulan dan Saran**
 - ✓ Simpulan dan saran ditarik dari hasil dan bahasan dengan mengacu pada tujuan penelitian
- **Ucapan Terima Kasih (bila perlu).**
 - ✓ Dapat dituliskan nama instansi atau perorangan yang berperan dalam pelaksanaan penelitian
- **Rujukan.**
 - ✓ Rujukan hanya memuat artikel yang telah dipublikasi dan dipilih yang paling relevan dengan masalah naskah.
 - ✓ Cara penulisan rujukan mengikuti gaya pengutipan “nama-nama” (*APA Style*).
 - ✓ Semua rujukan yang tertulis dalam daftar rujukan harus dirujuk di dalam naskah.
 - ✓ Penulis harus dirujuk di dalam kurung menggunakan format : (Potter & Perry, 2006) atau Potter & Perry (2006).
 - ✓ Gunakan nama penulis pertama “*et al*”, bila terdapat lebih dari enam penulis

JURNAL KEPERAWATAN

Volume 16, No. 2, Desember 2024

Daftar Isi

Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir <i>Rinasih, Tri Prabowo, Jennifa</i>	51
Efektifitas Kombinasi Posisi Semi Fowler Dengan Lateral Kanan Terhadap Hemodinamik Pasien Penyakit Jantung Koroner <i>Faisal Sangadji</i>	57
Penerapan Edukasi Teknik Menyusui Pada Ibu Post Partum Dengan Masalah Keperawatan Menyusui Tidak Efektif <i>Tri Aulia Suryani, RR. Viantika Kusumasari, Fitri Dian Kurniati, Anna Nur Hikmawati, Muskhhab Eko Riyadi</i>	67
Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu <i>Idayati</i>	73
Gambaran Kunjungan Pasien Stroke di Wilayah Puskesmas Kabupaten Pekalongan <i>Ifallah Sekar Arum Januwilogo, Susri Utami</i>	82

Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Idayati¹

¹Universitas Muhammadiyah Pringsewu
email: idayati17.bangsawan@umpri.ac.id

ABSTRAK

Secara alamiah setiap remaja putri akan mengalami perubahan hormonal bulanan yang memicu terjadinya siklus reproduksi. Menstruasi yang terjadi setiap bulan akhirnya membentuk siklus menstruasi. Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi. Siklus menstruasi yang tidak teratur dipengaruhi banyak hal, salah satunya adalah faktor stres, yang merupakan fenomena universal yang setiap orang bisa mengalaminya yang berdampak pada fisik, sosial, emosi, intelektual, dan spiritual. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024. Metode penelitian yaitu analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan sebanyak 51 responden yang dipilih dengan teknik nonprobability sampling yaitu total sampling. Hasil penelitian berdasarkan hasil Chi-Square diperoleh *p-value* sebesar 0,011. Hal ini menunjukkan bahwa $P\text{ Value } (0,011) < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat Hubungan stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024. Disarankan kepada institusi kampus universitas muhammadiyah pringsewu khususnya staff pengajar dan mahasiswa agar lebih memperhatikan manajemen stress, sehingga dapat memberikan informasi baru dan wawasan baru.

Kata kunci : Stres, Siklus Menstruasi, Remaja

ABSTRACT

*Every adolescent girl will naturally experience monthly hormonal changes that trigger the reproductive cycle. Menstruation that occurs every month eventually forms the menstrual cycle. The menstrual cycle is ideally regular every month with a span of between 21-35 days each menstrual period. Irregular menstrual cycles are influenced by many things, one of which is the stress factor, which is a universal phenomenon that everyone can experience that has an impact on physical, social, emotional, intellectual, and spiritual. For the relationship of stress with the menstrual cycle in final year S1 nursing students at the University of Muhammadiyah Pringsewu in 2024. Research method is correlation analysis with cross sectional approach. The sample used was 51 respondents selected with a nonprobability sampling technique, namely total sampling. Research results: based on Chi-Square results, a *p-value* of 0.011 was obtained. This shows that $P\text{ Value } (0.011) < \alpha\text{ value } (0.05)$.*

The conclusion in this study is that there is a relationship between stress and menstrual cycles in final year S1 nursing students at the University of Muhammadiyah Pringsewu in 2024. It is recommended to the campus institutions of Muhammadiyah Pringsewu University, especially teaching staff and students, to pay more attention to stress management, so as to provide new information and new insights.

Keywords: Stress, Menstrual Cycle, Youth

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah transisi dari kanak-kanak menjadi dewasa, yang mencakup semua perubahan yang terjadi dalam persiapan menuju masa dewasa. Menurut WHO batasan usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun (WHO dalam Saerang

et al., 2014). Setiap remaja mengalami perubahan fisik maupun psikis, perubahan ini meliputi semua perkembangannya yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Salah satunya adalah perkembangan fungsi organ reproduksi. Masa remaja merupakan suatu periode pematangan

organ reproduksi manusia dan sering disebut pubertas (Fadillah et al., 2022).

Secara alamiah setiap remaja putri akan mengalami perubahan hormonal bulanan yang memicu terjadinya siklus reproduksi. Hormon estrogen dan progesteron akan mempengaruhi terjadinya perubahan fisiologis pada ovarium dari uterus perempuan sebagai persiapan untuk terjadinya pembuahan sel telur. Namun apabila pembuahan tidak terjadi dengan sendirinya akan berlangsung menjadi menstruasi (Angrainy et al., 2020)

Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium (Manggul & Syamsudin, 2016). Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi. Pada dasarnya setiap wanita mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi, biasanya siklus menstruasi dapat maju dan mundur dalam waktu beberapa hari. Siklus haid menjadi tidak teratur bila terjadi ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron (Emi Yulita, 2019). Siklus menstruasi normal secara fisiologis menggambarkan organ reproduksi cenderung sehat dan tidak bermasalah. Siklus menstruasi sangat penting dalam reproduksi wanita karena akan mempengaruhi suatu rangkaian perubahan dalam sistem reproduksi wanita, tetapi banyak wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi sehingga akan berdampak pada kesehatan. (Anggraeni et al., 2022)

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) prevalensi gangguan Seorang mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan studinya sesegera mungkin. Umumnya di masa akhir studinya, mahasiswa diberikan tugas akhir yang sering disebut dengan skripsi. Tidak sedikit mahasiswa yang mengalami stres pada proses penyelesaian tingkat akhir. Peristiwa yang dianggap sebagai pemicu stress terjadi jika sudah diluar kendali,

tidak dapat diprediksi dan menantang batas-batas kemampuan manusia sehingga menimbulkan konflik dalam diri seseorang. Apabila konflik tersebut tidak dapat ditangani maka akan menimbulkan ketidaknyamanan dalam diri individu dan memicu timbulnya stress (Emi Yulita, 2019).

Stres digunakan secara bergantian untuk menjelaskan berbagai stimulus dengan insentias berlebihan yang tidak disukai berupa respon fisiologis, perilaku dan subjektif terhadap stresor, konteks yang menjebakani pertemuan antara individu dengan stimulus yang membuat stres, pada usia subur stress sangat mempengaruhi pada keseimbangan hormonal, sehingga sering mengganggu siklus menstruasi. stres melibatkan system *neuroendokrinologi* sebagai sistem yang besar peranannya dalam reproduksi wanita (Angrainy et al., 2020). Stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol yang merupakan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormone kortisol telah diatur oleh kelenjar pituitar dan hipotalamus otak, hipotalamus memulai kerjanya, hormone FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dikeluarkan oleh hipofisis, dan menstimulasi ovarium sehingga menghasilkan estrogen. Ketidakteraturan siklus menstruasi dipengaruhi oleh produksi estrogen dan progesterone akibat gangguan hormone FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Lutenizing Hormon*) (Prawirohardjo, 2011)

Dari prasurvey yang peneliti lakukan pada mahasiswi tingkat akhir dengan mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan Universitas Aisyah Pringsewu peneliti melakukan wawancara terhadap 10 mahasiswi didapatkan 6 mahasiswi merasa kesulitan saat mengerjakan skripsi, merasa terbebani dan gugup karena harus menyelesaikan skripsi tepat waktu, memiliki gangguan kesehatan, mengalami perubahan suasana hati saat mengerjakan skripsi. Sementara

7 mahasiswi mengatakan siklus haid tidak normal dan 3 mahasiswi mengatakan normal

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian analitik korelasi. Penelitian ini menggunakan rancangan survey yaitu untuk menganalisis hubungan stres dengan siklus Menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024. Desain penelitian ini menggunakan metode observasional dengan desain yaitu cross sectional (potong lintang). Penelitian *Cross Sectional* merupakan penelitian silang dengan variabel sebab atau resiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian yang diukur dan dikumpulkan secara simultan, sesaat atau satu kali saja dalam satu kali waktu atau dalam waktu yang bersamaan (Nursalam, 2016) Adapun variabel independen dalam penelitian ini adalah stres pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024. Adapun yang menjadi variabel dependen dalam penelitian ini adalah siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024 Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu yang berjumlah 51 responden. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan sebanyak 51 responden. Metode sampling dalam penelitian

ini menggunakan nonprobability sampling yaitu total sampling sebanyak 51 responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret tahun 2024 di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Pada bulan Mei dilaksanakan dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk Google form. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Ilmu Keperawatan.

1) Analisa Univariat

Analisis dilakukan pada setiap variabel dari hasil penelitian, baik variabel independen maupun dependen. Hasil dari variabel ini ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

a) Karakteristik responden

Responden dalam penelitian ini berada di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024 yang berjumlah 51 responden. Adapun hasil karakteristik berdasarkan usia, stres dan siklus menstruasi sebagai berikut :

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Usia Berdasarkan Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024

Karakteristik	Frekuensi	Persentase %
Umur		
21 tahun	13	23.5
22 tahun	32	62.7
23 tahun	7	13.7
Total	51	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 51 responden, sebagian besar responden dengan

kategori usia 22 tahun sebanyak 32 responden (62.7%).

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Stress berdasarkan Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024

Stres	Frekuensi	Persentase %
Tidak stres	22	43.1
Stres	29	56.9
Total	51	100

Berdasarkan table 2 diketahui dari 51 responden diperoleh bahwa yang mengalami stres berjumlah 29 responden (56.9%) dan yang mengalami tidak stres berjumlah 22 responden (43.1%).

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Siklus menstruasi berdasarkan Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024

Siklus menstruasi	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	21	41.2
Tidak normal	30	58.8
Total	51	100

Berdasarkan table 3 diketahui dari 51 responden diperoleh bahwa yang mengalami siklus menstruasi tidak normal berjumlah 30 responden (58.8%) dan yang mengalami siklus menstruasi normal berjumlah 21 responden (41.2%).

Tabel 4

Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024

Stress	Siklus Menstruasi				Total		P-Value
	Normal		Tidak Normal		N	%	
	N	%	N	%			
Tidak Stres	14	27.5%	8	15.7%	22	43.1%	0.011
Stress	7	13.7%	22	43.1%	29	56.9%	
Total	21	41.2%	30	58.8%	51	100%	

2) Analisa Bivariat

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa ada 14 (27.5%) responden yang tidak stres dengan siklus menstruasi normal, sedangkan 22 responden (43.1%) mengalami stres dengan siklus menstruasi tidak normal. Hasil uji statistic didapatkan p-value $0.011 < 0.05$, maka dapat dinyatakan terdapat hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu tahun 2024.

PEMBAHASAN

Bagian pembahasan akan membahas mengenai hasil penelitian yang telah dilaksanakan dengan membandingkan teori atau pendapat dan penelitian sebelumnya. Hasil penelitian ini mengenai Hubungan Antara Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024.

1) Analisa Univariat

a) Karakteristik Responden Distribusi Frekuensi Usia

Berdasarkan hasil dapat diketahui dari 51 mahasiswi tingkat akhir S1 ilmu keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu masa mayoritas berusia 22 tahun sebanyak 32 responden (62.7%).

Masa remaja adalah transisi dari kanak-kanak menjadi dewasa, yang mencakup semua

perubahan yang terjadi dalam persiapan menuju masa dewasa. Menurut WHO batasan usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun (WHO dalam Saerang 2014)

Menurut penelitian (Yudita et al., 2017) diketahui hasil karakteristik responden menurut usia mayoritas berusia mayoritas berusia 20-22 tahun. Usia berkaitan dengan toleransi seseorang terhadap stres. Pada usia remaja seringkali rawan terhadap stres dan emosinya sangat kuat, namun dari tahap remaja awal ke remaja akhir terjadinya perbaikan pada perilaku emosionalnya dan lebih mampu mengontrol stres sehingga bisa mencegah terjadinya stres yang lebih berkelanjutan.

Hal ini sesuai dengan teori (Sa'id, 2015, 54), Pada usia remaja seringkali rawan terhadap stres perubahan psikologis remaja mengalami perubahan emosi yang tidak stabil sehingga dapat mempengaruhi remaja dalam menghadapi dan memecahkan masalah yang sedang dialami. Keadaan emosi yang selalu berubah-ubah akan menyebabkan remaja sulit memahami diri sendiri dan akan mendapatkan jalan yang buntu. Apabila masalah tidak ditangani secara benar, maka akan menimbulkan stres pada remaja.

Peneliti beropini bahwa mayoritas responden berusia 22 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa pada usia remaja terjadi perubahan-perubahan psikologis seperti emosi yang tidak stabil sehingga dapat mempengaruhi remaja dalam menghadapi dan memecahkan masalah yang sedang dialami.

b) Distribusi Frekuensi Stress

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui dari 51 responden Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024. mayoritas yang mengalami stres berjumlah 29 responden (56.9%) dan yang mengalami tidak stres berjumlah 22 responden (43.1%). Hasil penelitian ini menunjukan bahwa sebagian besar dari mahasiswi tingkat akhir S1

keperawatan Di Universitas Muhammadiyah rata-rata mengalami stres.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Handayani, (2021) mengenai “Hubungan Stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi kebidanan institut kesehatan mitra bunda tahun 2021” didapatkan bahwa hasil penelitian yang dilakukan terhadap 42 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan katagori stres yaitu sebanyak 33 responden (78,58%).

Secara teoritis, stres sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional dan spiritual manusia tersebut. Tingkat stres adalah tahapan gejala-gejala stres yang ada pada diri seseorang yang seringkali tidak disadari. Hal ini bisa disebabkan karena faktor internal dan eksternal.

Stres meningkatkan resiko dari mahasiswi untuk mengalami berbagai gangguan mental dan penyakit fisik. Stres yang dialami mahasiswi yang sedang mengerjakan tugas akhir umumnya bersifat negatif, sebab stres tersebut menimbulkan kerugian pada diri mahasiswi. Hal ini tentunya dapat menyebabkan terjadinya perubahan perilaku pada mahasiswi seperti penurunan energi cenderung mengekspresikan pandangan pada orang lain, perasaan marah, kecewa, frustrasi, bingung, putus asa, serta melemahkan tanggung jawab. Selain itu mahasiswi tentu harus dapat melakukan manajemen waktu yang efektif mengingat mahasiswi sendiri mengalami stres akibat berbagai tuntutan dan semakin meningkat pada saat usia semakin bertambah dikarenakan tanggung jawab dan peran dari mahasiswi tersebut semakin banyak.

c) Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui dari 51 responden Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah

Pringsewu Tahun 2024 mayoritas yang mengalami siklus menstruasi tidak normal berjumlah 30 responden (58.8%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Luh made wisniatuti et al., (2018) mengenai “hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa semester VIII di stikes wira medika bali stress tahun 2018” didapatkan bahwa hasil penelitian yang dilakukan terhadap 53 responden menunjukkan sebanyak 38 orang (71,7%) mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur dan 15 orang (28,3%) mengalami siklus menstruasi teratur. Siklus menstruasi yang tidak normal ini dapat dipengaruhi oleh faktor stress, faktor hormonal, tubuh yang terlalu gemuk atau kurus, terganggunya fungsi kelenjar gondok, kongesti ovarium, kelainan sistemik, aktifitas fisik dan obat-obatan.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menekankan bahwa, terjadinya ketidakteraturan siklus menstruasi disebabkan karena adanya faktor stres, faktor hormonal yang terjadi pada mahasiswa dimana hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya perubahan iskemik dalam tubuh, yang dapat mempengaruhi hormon FSH, LH, estrogen dan progesteron pada tubuh yang mengakibatkan gangguan pada siklus menstruasi yang dimiliki oleh mahasiswa Ada mahasiswa yang memiliki siklus polimenorea (siklus menstruasi yang memendek), siklus oligomenorea (siklus menstruasi yang memanjang), bahkan ada mahasiswa yang memiliki siklus amenorea (tidak terjadinya siklus menstruasi). (Nurlaila, 2018)

Dengan demikian dibutuhkan penyesuaian pola hidup sehat baik secara fisik maupun mental pada mahasiswa dalam menjaga siklus menstruasi yang normal, yaitu dengan menghindari faktor risiko dari ketidakteraturan siklus menstruasi tersebut diantaranya yaitu menghindari stres yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi.

2) Analisa Bivariat

Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024

Hasil penelitian yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu oleh peneliti mengenai hubungan stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir S1 ilmu keperawatan dari 51 mahasiswa diketahui bahwa ada 14 (27.5%) responden yang tidak stres dengan siklus menstruasi normal, sedangkan 22 responden (43.1%) mengalami stres dengan siklus menstruasi tidak normal.

Berdasarkan hasil output uji statistik Chi-Square dengan diperoleh *p-value* sebesar 0,011. Hal ini menunjukkan bahwa $P\text{ Value } (0,011) < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat Hubungan stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2024.

Hal ini sejalan dengan penelitian Handayani, (2021) Hasil analisis ada hubungan signifikan tingkat stress dengan siklus menstruasi Sig. (2- sided) adalah 0,015 yang berarti bahwa nilai ($p < 0,05$). Diperkuat dengan penelitian (Anggraini & Anjani, 2021) Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil signifikan atau angka $p = 0,000$ jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka data H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir dengan siklus menstruasi di STIKes As Syifa Kisaran. Stress menimbulkan ketidakteraturan siklus menstruasi. Stress adalah ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional dan spiritual manusia, yang pada suatu ketika dapat mempengaruhi kesehatan individu tersebut (Indira,

2016). Stres akan memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormon kortisol di atur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, dengan di mulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan hormon FSH (Follicle Stimulating Hormon), dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen. Jika terjadi gangguan pada hormon FSH (Follicle Stimulating Hormon), dan LH (Lutenizing Hormon), maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidak teraturan siklus menstruasi (Kusmiran, 2014). Namun demikian dalam penelitian terdapat responden yang mengalami stres tetapi siklus menstruasi normal sebanyak 7 (13.7%) hal ini disebabkan karena banyak faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi (Handayani, 2021). Faktor lain selain stress dapat berupa faktor hormon, enzim, vaskular, prostaglandin, psikologi, penyakit kronis, gizi buruk, aktivitas fisik, dan konsumsi obat-obatan (Kusmiran, 2014)

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres secara signifikan berpengaruh terhadap gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 ilmu keperawatan. Hasil analisa penelitian bahwa adanya hubungan stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 ilmu keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu. Sehingga semakin tinggi stress mahasiswi akan memiliki resiko tinggi terjadinya gangguan siklus menstruasi. Dampak jika gangguan siklus menstruasi yang tidak ditangani dengan benar akan mengakibatkan gangguan keseharian. Dengan demikian dibutuhkan penyesuaian antara fisik, mental, lingkungan dan manajemen waktu yang tepat dalam kehidupan sehari – hari sehingga mahasiswi mampu mengendalikan tingkat stress yang dialami serta dapat terhindar dari gangguan siklus menstruasi.

3) Keterbatasan penelitian

Peneliti menyadari banyak terdapat kekurangan Dalam penelitian ini, hal ini disebabkan karena adanya beberapa Keterbatasan Penelitian ini, diantaranya sebagai berikut :

- a. Dalam penelitian ini menggunakan google form, peneliti tidak dapat mendampingi responden dalam mengisi kuesioner. Karena pada saat dilakukan penelitian responden tidak berada di Universitas Muhammadiyah Pringsewu.
- b. Waktu penelitian membutuhkan waktu lebih lama karena keterbatasan proses komunikasi seperti respon yang diterima dari responden cukup lama.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang dijelaskan sebelumnya bahwa dari hasil penelitian tentang Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Ilmu Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu, maka dapat disimpulkan:

1. Berdasarkan hasil penelitian pada 51 mahasiswi tingkat akhir S1 ilmu keperawatan didapatkan mayoritas mengalami mengalami stres berjumlah 29 responden (56.9%) dan yang tidak stres berjumlah 22 responden (43.1%).
2. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 51 responden mahasiswi tingkat akhir S1 ilmu keperawatan didapatkan hasil bahwa yang mengalami siklus menstruasi tidak normal berjumlah 30 responden (58.8%) dan yang mengalami siklus menstruasi normal berjumlah 21 responden (41.2%).
3. Berdasarkan hasil output uji statistik Chi Square dengan diperoleh P Value sebesar 0,011. Hal ini menunjukkan bahwa P Value (0,011) < nilai α (0,05). Dapat disimpulkan

bahwa H0 ditolak, dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat Hubungan stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2024.

SARAN

Bagi masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi masyarakat menambah wawasan ilmu terutama dibidang kesehatan terkait dengan kejadian stress yang dapat memicunya masalah, salah satunya perubahan siklus menstruasi.

Bagi Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada institusi kampus universitas muhammadiyah pringsewu khususnya staff pengajar dan mahasiswa agar lebih memperhatikan manajemen stress, sehingga dapat memberikan informasi baru dan wawasan baru.

Bagi peneliti berikutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan kejadian stress dengan siklus menstruasi disarankan agar dapat memperhatikan kekurangan pada penelitian ini dan perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait faktor resiko seperti faktor penyebab siklus menstruasi atau dampak lain yang diakibatkan dari kejadian stress yang berlebihan seperti masalah kesehatan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, L., Fauziah, N., Gustina, I., Studi Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, P., & Binawan, U. (2022). Dampak tingkat stres terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir Di Universitas Binawan. *Journal.Ipts.Ac.Id*, 10(2), 629–633.
- Angrainy, R., Yanti, P. D., & Oktavia, E. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sman 5 Pekanbaru Tahun 2019. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(2), 114–120. <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v9i2.719>
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. [http://eprints.unm.ac.id/2478/1/Buku-Stres Belajar.pdf](http://eprints.unm.ac.id/2478/1/Buku-Stres-Belajar.pdf)
- Damayanti, D., Trisus, E. A., & Yunanti, E. (2020). *Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi fakultas keperawatan di satu universitas swasta di Tangerang*. 000, 212–219. <http://repository.uph.edu/id/eprint/35988%0Ahttp://repository.uph.edu/35988/9/Bibliography.pdf>
- Dharma. (2017). *Metodelogi penelitian keperawatan*. katalog dalam penerbitan.
- Donsu, J. (2020). *Donsu Jenita Doli Tine*. 2020. *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Emi Yulita. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMKN 03 Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 1(4), 33–37.
- Fadillah, R. T., Usman, A. M., & Widowati, R. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Putri Kelas X Di SMA 12 Kota Depok. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 2(2), 258–269. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i2.5907>
- Handayani, T. Y. handayani T. (2021). Hubungan Stres dengan siklus menstruasi. *urnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan*, 6(2). <https://doi.org/10.35728/jmkik.v6i2.746>
- Hatmanti, N. M. (2015). *Tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa*. 58–67.

11. Hutajulu, R. R. K. (2018). *Hubungan tingkat depresi, ansietas dan stres menghadapi ujian nasional dan sbmptn dengan siklus menstruasi pada siswi kelas xii di sma negeri 1 medan*.
12. Indira, I. E. (2016). Stress Questionnaire: Stress Investigation From Dermatologist Perspective. *Psychoneuroimmunology in Dermatology*, 141–142.
13. Kusmiran, E. (2014). *Kesehatan Remaja dan Wanita*. Salemba Medika.
14. Lampung, D. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2019. *Pemerintah Provinsi Lampung Dinkes*, 44, 136.
15. Prawirohardjo, S. (2011). *Ilmu Kandungan* (Edisi Ketu). Jakarta: Bina Pustaka.
16. Prayitno. (2014). *Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*. Yogyakarta:Saufa.
17. Saerang, A., Suparman, E., & Lengkong, R. A. (2014). Hubungan Antara Stres Dengan Pola Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado Angkatan 2010. *E-CliniC*, 2(3). <https://doi.org/10.35790/ecl.2.3.2014.5759>
18. Setiawati, S. E. (2015). Pengaruh Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja. *Journal Majority*, 4(1), 94–98.
19. Sucipto., D. (2020). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
20. Wahyuningsih, E. (2018). *TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS MENSTRUASI (Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang)*.