

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI TINGKAT AKHIR PRODI S1 KEPERAWATAN

Deti Hertise¹, Yanti Srinayanti², Rosidah Solihah³

¹Mahasiswa Stikes Muhammadiyah Ciamis

²Prodi S1 Keperawatan

³Dosen Stikes Muhammadiyah Ciamis

*E-mail: hertisedetiii@gmail.com

Intisari

Stres merupakan suatu gejala yang dapat dirasakan oleh semua orang, setiap individu dapat merasakan stres apabila ada kesenjangan antara harapan dengan kenyataan. Stres yang berlebih dapat berakibat buruk bagi tubuh, dalam penelitian ini akan membahas mengenai hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi. Mahasiswa merupakan suatu individu akademik yang aktifitas kesehariannya cukup padat, oleh karena itu stres tidak dapat dipisahkan dari seorang mahasiswa. Akibat stres yang dirasakan kelenjar hipofisis melepaskan ACTH (*Adrenocorticotrophic Hormone*) yang kemudian meningkatkan kadar kortisol dan menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi mahasiswi tingkat akhir Prodi S1 Keperawatan STIKes Muhammadiyah Ciamis. Metode yang digunakan adalah analitik kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sampel pada penelitian ini sebanyak 49 orang. Kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) dan kuesioner siklus menstruasi digunakan untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian ini didapatkan 49 responden yang mengalami siklus menstruasi <21 hari sebanyak 13 responden (26,5%), 23 responden (47%) mengalami siklus menstruasi 21-35 hari, dan 13 responden (26,5%) mengalami siklus menstruasi >35 hari. 2 responden (4,1%) normal, 3 responden (6,1%) stres ringan, 7 responden (14,3%) stres sedang, 31 responden (63,3%) stres berat, dan 6 responden (12,2%) stres sangat berat. Kesimpulan berdasarkan tabel *Output Person Chi-Square* maka diketahui nilai asymp sig yaitu sebesar $0,009 < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan gangguan siklus menstruasi.

Kata kunci: Mahasiswi, Siklus Menstruasi, Stres

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND MENSTRUAL CYCLE DISORDERS IN FINAL YEAR NURSING STUDENTS

Deti Hertise¹, Yanti Srinayanti², Rosidah Solihah³

¹Student of Stikes Muhammadiyah Ciamis

²Bachelor of Nursing Study Program

³Lecturer Stikes Muhammadiyah Ciamis

*E-mail: hertisedetiii@gmail.com

Abstract

Stress is a symptom that can be felt by everyone, each individual can feel stress if there is a gap between expectations and reality. Excessive stress can be bad for the body, in this study will discuss the relationship between stress levels and menstrual cycle disorders. Students are academic individuals whose daily activities are quite dense, therefore stress cannot be separated from a student. As a result of the stress felt, the pituitary gland releases ACTH (Adrenocorticotrophic Hormone) which then increases cortisol levels and causes disturbances in the menstrual cycle. This study aims to determine the relationship between stress levels and menstrual cycle disorders in final year students of S1 Nursing Study Program of STIKes Muhammadiyah Ciamis. The method used was quantitative analytic with cross sectional research design. The sampling technique used total sampling, the sample in this study were 49 people. DASS (Depression Anxiety Stress Scale) questionnaire and menstrual cycle questionnaire were used to collect data. The results of this study obtained 49 respondents who experienced a menstrual cycle <21 days as many as 13 respondents (26.5%), 23 respondents (47%) experienced a menstrual cycle of 21-35 days, and 13 respondents (26.5%) experienced a menstrual cycle >35 days. 2 respondents (4.1%) were normal, 3 respondents (6.1%) had mild stress, 7 respondents (14.3%) had moderate stress, 31 respondents (63.3%) had severe stress, and 6 respondents (12.2%) had very severe stress. Conclusion based on the Person Chi-Square Output table, it is known that the asymp sig value is 0.009 <0.05, indicating that there is a significant relationship between stress levels and menstrual cycle disorders.

Keywords: College Student, Menstrual Cycle, Stress