

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA DI MADRASAH ALIYAH
PONDOK PESANTREN IBNUL QOYYIM PUTRI
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**AMINAH
M17010016**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MADANI
YOGYAKARTA
2021**

LEMBAR PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA DI MADRASAH ALIYAH
PONDOK PESANTREN IBNUL QOYYIM PUTRI
YOGYAKARTA**

Oleh:

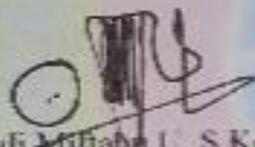
AMINAH

M17.01.0019

Telah mendapatkan persetujuan untuk dipublikasikan pada tanggal
2 September 2021

Menyetujui,

Pembimbing I



Ns. Tri Hardi Muliha U, S.Kep..MM.
NIK. 01.191085.10.0006

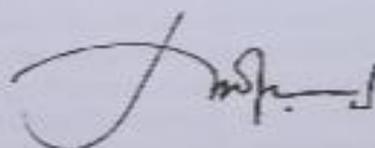
Pembimbing II



Ns. Arif Tirtana, M.Sc.
NIK.42.200689.02

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Madani Yogyakarta



Ns. Isti Antari, M.Med.Ed

NIK.01.260682.12.0016

**MENSTRUASI PADA REMAJA DI MADRASAH ALIYAH
PONDOK PESANTREN IBNUL QOYYIM PUTRI
YOGYAKARTA**

**The Relationship Stress Level And Adolescent Menstrual Disorders In
Ibnul Qoyyim Islamic Boarding School
Yogyakarta**

Aminah¹, Tri Hardi Miftahul Ulum², Arif Tirtana³

¹Mahasiswi, ²Dosen Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Madani Yogyakarta
Jl. Sampakan-Segoroyoso, Jl. Karanggayam, Karang Gayam, Sitimulyo, Kec. Piyungan, Bantul,
Daerah Istimewa Yogyakarta 55792

³Dosen Program Studi D3 Teknologi Bank Darah STIKes Guna Bangsa Yogyakarta
Jl. Padjajaran No.Kel, Ngringin, Condongcatur, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55283
Email:aaminahh12@gmail.com; trihardihardim88@gmail.com; atirtana89@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan siklus menstruasi merupakan keluhan yang paling umum dari remaja. Siklus menstruasi yang tidak teratur atau tidak normal dapat mengganggu sistem hormonal organ reproduksi. Penyebab siklus menstruasi yang tidak normal dapat dipengaruhi oleh tingkat stres yang dialami oleh remaja. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja di MA Pondok Pesantren Ibnul Qoyyim Putri Yogyakarta. Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh siswi kelas XII di Madrasah Aliyah Ibnul Qoyyim Putri Yogyakarta berjumlah 54 siswi. Sampel sebanyak 35 orang, diambil dengan teknik *simple random sampling* sesuai dengan kriteria inklusi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian diperoleh mayoritas responden memiliki tingkat stres ringan sebanyak (34,2%) dan yang memiliki siklus menstruasi *polygomenorrhoea* sebanyak (31,4%). Hasil uji *Spearman rho* diperoleh *p-value* $0,006 < 0,05$ yang artinya ada hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Ibnul Qoyyim Yogyakarta.

Kata Kunci : stres, siklus menstruasi, remaja

ABSTRACT

Menstrual cycle disorders are the most common complaints of adolescents. Irregular or abnormal menstrual cycles can interfere with the hormonal system of the reproductive organs. The cause of an abnormal menstrual cycle can be influenced by the level of stress experienced by adolescents. The aim of research to determine the relationship of the level of stress with menstrual cycle disorders in adolescents in Ibnul Qoyyim Islamic Boarding School Yogyakarta. Type of quantitative research with cross sectional approach. The population is all students of class XII in Madrasah Aliyah Ibnul Qoyyim Women Yogyakarta around 54 students. A sample of 35 people, taken by simple random sampling technique according to the inclusion criteria. The data were analyzed using univariate and bivariate. The results showed that the

majority of respondents had mild stress levels (34,2%) and who had polygomenorrhoea menstrual cycles (31,4%). Spearman rho test results obtained p value $0.006 < 0.05$, which means that there is relationship stress levels with menstrual cycle disorders in adolescents in Madrasah Aliyah Boarding School Ibnul Qoyyim Yogyakarta.

Keywords : stress, menstrual cycle, adolescent

PENDAHULUAN

Masa Remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan dalam perkembangan fisik, mental serta sosial (Pinasti *et al.*, 2012). Remaja sangat rentan mengalami stres. Stres dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, yang menyebabkan stres mental, perubahan perilaku masalah-masalah interaksi dengan orang lain dan keluhan keluhan fisik salah satunya gangguan siklus menstruasi (Nathalia, 2019).

Gangguan menstruasi dapat menyebabkan infertilitas atau kemandulan, endometriosis, dan gangguan psikologis. Infertilitas terjadi jika siklus menstruasi tidak teratur yang disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon sehingga mengakibatkan ovulasi (Ilmi and Selasmi, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Elhussein *et al* (2019) di Sudan, Afrika. Didapatkan sebanyak lima ratus lima puluh satu (68,9%) pasangan mengalami infertilitas primer sedangkan sebanyak dua ratus empat puluh sembilan (31,1%) memiliki infertilitas sekunder. Pada perempuan faktor infertilitas tiga ratus empat puluh dua dengan anovulasi (178, 52,05%), faktor tuba (142, 41,52%), faktor uterus (7,2,05%) dan lainnya sebanyak (7,2,05%) (Elhussein *et al.*, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 2 April 2021 di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Ibnul Qoyyim didapatkan populasi kelas X IPA dan IPS sejumlah 64 santriwati dan kelas XI IPA dan IPS sejumlah 55 santriwati dengan jumlah keseluruhan 119 santriwati. Sebagian populasi yang diwawancarai yaitu 10 santriwati mengatakan mengalami stres disertai menstruasi yang tidak teratur sebanyak (60%), mengalami *amenorrhoea* sejumlah (40%). Adapun stres yang dialami siswi disebabkan oleh banyaknya tugas sekolah, target hafalan yang belum tercapai, tugas sebagai mudiroh dan masalah dengan teman.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian y-pang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Ibnul Qoyyim Putri Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu metode pengumpulan data untuk variabel stres dengan menggunakan kuesioner DASS 42 dan kuesioner siklus menstruasi dalam kurung waktu bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas IX yang berjumlah 54 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Besar sampel diambil

menggunakan rumus slovin dengan jumlah 35 responden. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner DASS 42 dan Kuesioner siklus menstruasi. Analisis data menggunakan *spearman's rho*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a) Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi karakteristik responden (n=35)

Golongan Usia (tahun)	Frekuensi	Persentase
16	5	14,3%
17	19	54,3%
18	10	28,6%
19	1	2,9%
Total	35	100%
Awal Menstruasi (tahun)	Frekuensi	Persentase
9-11	11	31,4%
12-14	24	68,6%
Total	35	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa usia remaja di Madrasah Aliyah Ibnul Qoyyim putri sebagian besar berusia 17 tahun yaitu 19 (54,3%) responden dan yang terendah usia 19 tahun 1 (2,9%) responden. Pada awal menstruasi (*menarche*) remaja sebagian besar berusia 12 tahun sampai 14 tahun sebanyak 24 (68,6%) dan sebagian kecil menarche pada usia 9 tahun sampai 11 tahun dengan persentase responden 11 (31,4%).

b) Tingkat stres remaja

Tabel 2 Distribusi frekuensi tingkat stres remaja (n=35)

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase
Normal	10	28,6%
Ringan	12	34,3%
Sedang	11	31,4%
Berat	2	5,7%
Total	35	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil penelitian bahwa dari 35 responden sebagian besar responden mengalami tingkat stres yang ringan sebanyak 11 (31,4%) responden dan sebagian kecil memiliki tingkat stres berat sebanyak 2 (5,7%) responden.

c) Gangguan siklus menstruasi remaja

Tabel 3 Distribusi frekuensi siklus menstruasi remaja (n=35)

Kategori	Frekuensi	Persentase
Normal	22	62,9 %
Oligomenore	2	5,7 %
Polimenore	11	31,4 %
Total	35	100

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 22 (62,9%) dan sebagian kecil memiliki gangguan oligomenore sebanyak 2 (5,7%) responden.

2. Analisis Bivariat

Tabel 4 Tabulasi silang tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi (n=35)

Kategori	Gangguan Siklus Menstruasi			Total	P value	X ²
	Normal	Olygomenorrhea	Polymenorrhea			
Normal	9 (25,7%)	0 (0%)	1 (2,8%)	10	0,006	0,459
Ringan	8 (22,8%)	1 (2,8%)	3 (8,5%)	12		
Sedang	5 (14,3%)	1 (2,8%)	5 (14,3%)	11		
Berat	0 (0%)	0 (0%)	2 (5,6%)	2		
Total	22	2	11	35		

Pada tabel diatas, sebagian besar responden mengalami tingkat stres ringan dengan siklus *polymenorrhea* sebanyak 3 (8,5%) dan sebagian kecil responden memiliki tingkat stres berat mengalami *polymenorrhea* sebanyak 2 (5,6%). Hasil analisa bivariat dengan *Spearman's Rho* didapatkan nilai signifikansi $0,006 < 0,05$ hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi remaja di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Ibnul Qoyyim Yogyakarta dengan uji *Spearman's Rho* diperoleh nilai *p-value* = 0,006. Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi sumber daya sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (Nurfebrianna *et al.*, 2019). Penelitian ini sejalan dengan penelitian terkait hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi dilakukan oleh Munawarah (2020) di SMA 1 Losari Kabupaten Brebes Jawa Tengah pada 390 siswi diperoleh hasil berdasarkan uji chi-square yaitu ada hubungan signifikan antara tingkat stres dengan gangguan siklus mesntruasi dengan nilai (*pvalue*=0,000).

Sebagai bagian dari adaptasi fisiologis terhadap stres, sumbu HPA memediasi fungsi sumbu hipotalamus-adrenal-gonad (HPG), yang bertanggung jawab untuk pematangan organ reproduksi dan kompetensi reproduksi suatu organisme. Sumbu HPG mengontrol sistem reproduksi melalui pensinyalan endokrin, yang berasal dari sekresi hipotalamus hormon pelepas gonadotropin (GnRH). GnRH merangsang sel-sel gonadotrof hipofisis untuk mensintesis dan melepaskan hormon perangsang

folikel (FSH) dan hormon luteinizing (LH). Pada gilirannya, FSH dan LH bekerja pada ovarium untuk mengatur pematangan oosit, ovulasi, dan produksi hormon steroid. Aktivin, inhibin, dan hormon steroid yang diproduksi ovarium (estradiol dan progesteron) umpan balik untuk mengatur sekresi gonadotropin (Joseph and Whirledge, 2017).

Dalam penelitian ini kolerasi antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi mempunyai kekuatan kolerasi sedang. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang didukung oleh penelitian Tombakan *et al* (2017) tentang hubungan tingkat stres pada mahasiswi mengatakan kondisi responden saat pengisian kuesioner, mood responden terlebih jika responden memiliki gangguan bipolar, dan sifat stres yang dapat berubah-ubah dari waktu ke waktu karena stres bersifat subyektif, individual, dan multifaktorial. Keadaan ini bermula ketika seseorang mengamati suatu situasi, suatu kejadian, atau bahkan suatu obyek yang disebut sebagai stresor; hal ini berarti bahwa otak tidak memberikan respon secara buta melainkan respon yang terjadi merupakan hasil interpretasi subyektif.

Hal ini dapat diartikan tingkat stres memberikan kontribusi yang signifikan terhadap gangguan pada siklus menstruasi. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa saat seseorang stres maka otak akan memberikan sinyal pada kelenjar Hipotalamus Pituitari adrenal yang merupakan bagian utama dari sistem neuroendokrin, mengontrol reaksi tubuh terhadap stres, dan mengatur banyak proses tubuh antara lain pencernaan, sistem autoimun, suasana hati, siklus seksual, serta penghematan dan konsumsi energi (Shahsavarani *et al.*, 2015).

Sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 17 tahun sebanyak 20 (57,1%), hal ini sesuai dengan penelitian yang oleh Siti (2017) tentang hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus mesntruasi pada remaja putri didapati bahwa sebagian besar responden berusia 17 tahun sebanyak 30 (43,5%). Usia remaja 16-18 tahun merupakan remaja pertengahan. Menurut teori remaja pertengahan memiliki kecenderungan mencintai diri sendiri, lebih menyukai teman-teman yang mencintainya. Selain itu remaja berada pada kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana optimis atau pesimis, ramai atau sendiri, peka atau tidak peduli, idealitas atau meterialis remaja cenderung mengalami kegelisahan dikarenakan remaja seringkali berangan-angan, *idealism* dan keinginannya jauh lebih besar dibandingkan dengan kemampuannya (Laela, 2017). Hal ini dibuktikan diusia remaja belum memiliki banyak kemampuan yang memadai dalam mencapai keinginan tersebut.

Keterbatasan penelitian ini adalah jumlah sampel yang digunakan hanya pada kels XII saja dan Penelitian ini berlangsung tidak dalam keadaan tatap muka sehingga ada pihak kedua yang mewakili peneliti untuk menjelaskan alur penelitian kepada responden. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini hanya sekitar 35 orang sehingga hubungan kolerasi antar variabel tidak terlalu kuat. Dalam penelitian ini variabel *intevening* tidak sepenuhnya bisa dikontrol

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Ibnul Qoyyim Putri Yogyakarta
2. Tingkat stres yang dialami oleh remaja di Madrasah Aliyah Ibnul Qoyyim Putri Yogyakarta sebagian besar mempunyai tingkat stres ringan sebanyak (51,4%)
3. Gangguan siklus menstruasi yang dialami oleh remaja di Madrasah Aliyah Ibnul Qoyyim Putri Yogyakarta mempunyai gangguan *polymenorrhea* sebanyak (31,4%)

Saran

1. Bagi Siswi
Bagi siswi diharapkan dapat mengetahui faktor-faktor penyebab terjadinya gangguan pada siklus menstruasi remaja putri dapat menghindari sedini mungkin guna pencegahan terjadinya gangguan siklus menstruasi.
2. Bagi Instansi Pendidikan
Diharapkan untuk mengadakan penyuluhan untuk siswi-siswi mengenai pengetahuan tentang stres dan pengaruhnya terhadap masalah kesehatan reproduksi remaja dan pencegahannya.
3. Bagi Mahasiswa Keperawatan
Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber ilmu atau tambahan referensi untuk materi keperawatan maternitas
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Peneliti pada penelitian ini hanya mengambil gangguan pada siklus menstruasi saja. Sehingga diharapkan peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai gangguan menstruasi lainnya seperti lama dan banyaknya darah saat menstruasi dan gangguan yang terkait dengan menstruasi dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi gangguan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyusunan naskah publikasi ilmiah yang sederhana ini, penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada Instansi Pondok Pesantren karena selama penelitian sudah mengarahkan siswinya dalam mengisi kuesioner penelitian.

Akhirnya ucapkan terima kasih disampaikan kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Davila, J. and Alderman, E.M. (2020), “Heavy Menstrual Bleeding in Adolescent Girls”, *Pediatric Annals*, Vol. 49 No. 4, pp. e163–e169.
- Elhussein, O.G., Ahmed, M.A., Suliman, S.O., Yahya, I. and Adam, I. (2019), “Epidemiology of infertility and characteristics of infertile couples requesting assisted reproduction in a low-resource setting in Africa, Sudan”, *Fertility Research and Practice*, Vol. 5 No. 1, p. 7.
- Elmaoğulları, S. and Aycan, Z. (2018), “Abnormal Uterine Bleeding In Adolescents”, *Journal of Clinical Research in Pediatric Endocrinology*, Vol. 10 No. 3, pp. 191–197.
- Hudhariani, R.N., Setyani, A. and Lestari, S.P. (n.d.). “Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sekolah Menengah Atas 15 Kota Semarang”, p. 7.
- Hutapea, M. (2021), “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada SMAN 3 Binjai Tahun 2019”, Vol. 1 No. 1, p. 11.
- Jha, N., Bhadoria, A.S., Bahurupi, Y., Gawande, K., Jain, B., Chaturvedi, J. and Kishore, S. (2020), “Psychosocial and stress-related risk factors for abnormal menstrual cycle pattern among adolescent girls: A case-control study”, *Journal of Education and Health Promotion*, Vol. 9, p. 313.
- Joseph, D. and Whirledge, S. (2017), “Stress and the HPA Axis: Balancing Homeostasis and Fertility”, *International Journal of Molecular Sciences*, Vol. 18 No. 10, p. 2224.
- Laela, F.N. (2017), *Bimbingan Konseling Keluarga Dan Remaja*, UIN Sunan Ampel Press Anggota IKAPI, UIN Sunan Ampel.
- Munawaroh, H. and Supriyadi. (2020), “Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi”, *Jurnal Keperawatan*, Vol. 12 No. 4.
- Muniroh, S. and Widiatie, W. (2017), “Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri”, *Jurnal of Ners Community*, Vol. 8 No. 1.
- Novriani, F., Ismiati and Andriani, L. (2015), “Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Siswi Kelas XII SMAN 5 Kota Bengkulu”, *Jurnal Media Kesehatan*, Vol. 8 No. 1, available at: (accessed 2 March 2021).
- Nurfebrianna, Asep, D. and Syahrias, L. (2019), “Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas X Di Smk Negeri Batam”, *Zona Keperawatan*, Vol. 9 No. 2, available at:<http://dx.doi.org/10.37776/zk.v9i2>.
- Pinasti, S., Gunadi and Anggraini, M. (2012), “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas 2 Di SMA N 1 Kendal”.
- Shahsavarani, A.M., Abadi, E.A.M. and Kalkhoran, M.H. (2015), “Stress: Facts and Theories through Literature Review”, *International Journal of Medical Reviews*, Vol. 2 No. 2, pp. 230–237.
- Tombokan, K.C., Pangemanan, D.H.C. and Engka, J.N.A. (2017), “Hubungan antara stres dan pola siklus menstruasi pada mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado”, *Jurnal E-Biomedik*, Vol. 5 No. 1.