Relationship Between Stress Levels With Menstruation Patterns In Siswi SMAN 5 Cimahi 2017/2018

Rizki Bayu Firmansah[1],Wawang S Sukarya [2], Dony Septriana[3]
Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung

Abstract. Disorders of the menstrual cycle (longer duration of bleeding and cycle irregularities) are caused by several factors, one of which is stress. Stress is a physiological, psychological, and behavioral response from humans who try to adapt and regulate both internal and external pressures. In its influence on menstrual patterns, stress involves the neuroendocrinology system as a system that plays an important role in a woman's reproduction. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels with the menstrual cycle of SMAN 5 Cimahi. This study was an observational analytic with cross-sectional method. Data collection was carried out on students of class XI, XII of SMAN 5, Cimahi City with a total sample of 102 people. Data analysis using univariate and bivariate with chi squqare. The results of the statistical tests obtained do not have any correlation between stress levels and menstrual patterns in Student XI, XII SMAN 5 Cimahi 2017/2018

Keywords: Stress Level, Student Sman 5 Cimahi, Menstrual Pattern

Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Pola Menstruasi ada Siswi SMAN 5 Cimahi2017/2018

Abstrak. Gangguan pada siklus menstruasi (durasi perdarahan yang lebih lama dan ketidakteraturan siklus) disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya ialah stress. Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis, dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi, stres melibatkan sistem neuroendokrinologi sebagai sistem yang berperan penting dalam reproduksi wanita. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasisiswi SMAN 5 Cimahi. Penelitian ini berupa *observational analitik* dengan metode *cross-sectional.* Pengambilan data dilakukan pada Siswi kelas XI,XII SMAN 5 Kota Cimahi dengan jumlah sampel sebanyak 102 orang. Analisa data menggunakan univariat dan bivariat dengan chi squqare. Hasil pengujian statistik diperoleh tidak terdapat terdapat hubungan tingkat stres dengan pola menstruasi pada Siswi XI,XII SMAN 5 Cimahi 2017/2018

Kata kunci: Tingkat Stres , Siswi Sman 5 Cimahi , Pola Menstruasi

.

Korespondensi: Rizki Bayu Firmansah Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Universitas Islam Bandung Jalan Hariangbanga no. 2 Bandung. Email: Rizkibayu59@gmail.com

Pendahuluan

Menstruasi merupakan salah satu aspek kematangan seksual yang pertama kali terjadi pada masa pubertas seorang wanita.

Siklus menstruasi adalah proses fisiologis normal yang dikarakteristikan dengan peluruhan endometrium disertai keluar darah yang merupakan tanda untuk menilai perkembangan normal pada reproduksi.[2]

Siklus menstruasi dapat terjadi tidak normal apabila siklus haid lebih sering (polimenorrhe), siklus jarang (Oligomenorrhe), darah menstruasi banyak (hipermenorrhe), darah haid sedikit (hipomenorrhe) dan tidak haid 3 bulan atau lebih (amenorrhea)[5]

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa kejadian amenorhe pada remaja adalah 10-15%, sedangkan di negara maju seperti Belanda, persentase amenorhe cukup besar yaitu 13%. Angka kejadian

amenorhe di Indonesia, menurut survei tahun 2008 yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan pada beberapa sekolah di Indonesia memperlihatkan bahwa dari 17.665 remaja putri terdapat6.855 yang mengalami masalah dengan menstruasinya (25,7%).[6]

Riset kesehatan dasar (RISKESD melaporkan bahwa perempuan di Indonesia yang berusia 10-59 tahun, sekitar 13,7% mengalami masalah siklus haid. di laporkan juga bahwa di Jawa Barat sekitar 14,4% perempuan usia 10-59 tahun mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur.[6]. [7]

Gambaran pada siklus menstruasi (durasi perdarahan yang lebih lama dan ketidakteraturan siklus) disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya ialah stres.[8].[9] Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis, dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (stresor). Stresor dapat memengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam berinteraksi dengan orang lain, dan keluhan-keluhan fisik salah satunya gangguan siklus menstruasi. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi, stres melibatkan sistem neuroendokrinologi sebagai sistem yang berperan penting dalam reproduksi wanita. [10]

Ada beberapa jenis-jenis stresor psikologi,frustasi,konflik,Menurut Govarest dan Gregoire, stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa ialah stres akademik, yaitu suatu kondisi atau keadaan individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian mahasiswa yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan. Hicks danHeastie juga menyatakan bahwa mahasiswa sangat rentan mengalami stres akademik diakibatkan oleh tuntutan dari rutinitas belajar dalam dunia perkuliahan, tuntutan untuk berpikir lebih tinggi dan kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan serta dalam kehidupan sosial bermasyarakat. [10]

Penelitian oleh Selye dan peneliti-peneliti lainnya membuktikan bahwa stres memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan penyakit sistemik pada tubuh manusia.[11]

Penelitian tentang prevalensi dan pola gangguan menstruasi pernah dilakukan di Beirut, Lebanon terhadap mahasiswi keperawatan. Hasil yang didapatkan dari 352 mahasiswi yang mengisi kuesioner, gangguan menstruasi paling umum terjadi ialah frekuensi menstruasi yang tidak teratur (80,7%), sindroma pramenstruasi (54%), durasi menstruasi yang tidak teratur (43,8%), dismenorea (38,1%), polimenore (37,5%), dan oligomenore (19,3%). [12]

Penelitian oleh Toduho. pada tahun 2014 mengenai hubungan antara stres psikologis dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 1 di SMA Negeri 3 Kepulauan Tidore, Maluku Utara, mendapatkan bahwa dari 68 responden yang di teliti, 15 responden mengalami stres ringan (22,1%), 49 responden mengalami stres sedang (72,1%), dan 4 responden mengalami stres berat (5,9%) dan dari 68 sampel didapatkan 42 responden (61,8%) memiliki siklus menstruasi yang tidak normal.

Metode

Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan pendekatan *Cross sectional*, Jenis data adalah data primer yang diambil dengan mengisi kuisioner untuk mengetahui tingkat stress dan pola menstruasi, pada Siswi SMAN 5 Cimahi 2017/2018 di dapat 102 siswa sebagai sampel penelitian, Variabel pada penelitian ini mencangkup variable bebas dan variable terikat , Variabel terikat : Pola menstruasi dan Variabel Bebas : Stres , Data kemudian diolah dan dianalisis menggunakan uji chi-square

Hasil

Tabel 1 Gambaran Pola Menstruasidan Tingkat Stress Siswi SMAN 5 Cimahi

Untuk mengetahui pola menstruasi dan tingkat stress dilakukan dengan distribusi frekuensi

Tabel. 1.1 Distribusi subjek berdasarkan Pola Menstruasi

Menstruasi	Jumlah	Persentase
Hipermenorrhe	4	3.9
Normal	96	94.1
Oligomenorrhe	2	2.0
Total	102	100.0

Pada tabel 4.1 tampak bahwa subjek yang mengalami hipermenorrhe dan oligomenore hanya sedikit masing-masing 3,9% dan 2.0%

Pada tabel 4.1 tampak bahwa subjek yang mengalami stress parah sebesar 8.8% sedangkan sangat parah hanya 1.0 %

Tabel. 1.3 Hubungan tingkat stres dengan pola menstruasi pada

Stress	Menstruasi							
	Hipermenorrhe		Normal		Oligomenorrhe			P-Value
	N	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**	Total	
Normal	2	4.55	42	95.45	0	0.00	44	0.563
Ringan	1	4.00	22	88.00	2	8.00	25	
Sedang	1	4.35	22	95.65	0	0.00	23	
Parah	0	0.00	9	100.00	0	0.00	9	
Sangat Parah	0	0.00	1	100.00	0	0.00	1	

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan pola menstruasi pada Siswi SMAN 5 Cimahi .

Table 1.2 Distribusi subjek berdasarkan tingkat stress

Tingkat stress	Jumlah	Persentase
Normal	44	43.1
Ringan	25	24.5
Sedang	23	22.5
Parah	9	8.8
Sangat Parah	1	1.0
Total	102	100.0

Pada tabel 4.1 tampak bahwa subjek yang mengalami stress parah sebesar 8.8% sedangkan sangat parah hanya 1.0

Hubungan tingkat stres dengan pola menstruasi pada Siswi SMAN 5 Cimahi

*Uji Chi Square

α = 0,05

Pada table di atas tampak tidak ada hubungan antara kejadian hipermenore dan oligomenore dengan tingkat stress (P = 0,563)

Pembahasan

Dari 44 orang dengan tingkat stress normal sebanyak 42 orang (95.45%) pola menstruasinya normal, dari 9 orang dengan tingkat stress parah sebanyak 9 orang (100%) pola

menstruasinya normal, dari 25 orang dengan tingkat stress ringan sebanyak 22 orang (88%) pola menstruasinya normal, dari 1 orang dengan tingkat stress sangat parah sebanyak 1 orang (100%) pola menstruasinya normal, dan dari 23 orang dengan tingkat stress sedang sebanyak 22 orang (95.65%) pola menstruasinya normal. Berdasarkan perhitungan statistik diperoleh P-value=0,563. Oleh karena nilai P-value lebih besar dibandingkan 5% atau 0.563>0,05 maka tidak terdapat hubungan tingkat stres dengan pola menstruasi pada Siswi SMAN 5 Cimahi 2017/2018.

Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian, analisis dan pembahasan yang sudah dilakukan, maka penulis dapat mengambil kesimpulan yaitu :

1. Siswi SMAN 5 Cimahi yang di teliti dan mengalami hipermenorrhe adalah sebesar 3,9% , oligomenore sebesar 2.0%.
2. Siswi SMAN 5 Cimahi yang di teliti dan mengalami stress parah adalah sebesar 8.8% sedangkan sangat parah hanya 1.0 %.
3. tidak ada hubungan antara kejadian hipermenore dan oligomenore dengan tingkat stress

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada yang terhormat Dekan Prof. Dr. Ieva B. Akbar, dr., AIF dan tidak lupa kepada Dr,Wawang S Sukary,dr.,SPOG(K).,MH.Kes serta , Dony Septriana, dr.,MH.Kes.

Daftar Pustaka

1. Women's health U.S. Department of Health and Human Services. Menstruation and the menstrual cycle fact sheet. Washington. 2014. [cited 2016 Sept 6]. Availablefrom:URL:http://www.womenshealth.gov/publications/ourpublications/factsheet/menstruation.htm
2. Meszaros G. Crash course Endocrine and Reproductive Systems. 2006:4-156.
3. Rebar RW. Evaluation of amenorrhea, anovulation, and abnormal bleeding(Chapter4).In:RebarRW,editor.FemaleReproductive Endocrinology.SouthDartmouth,MA:MDText.comInc, 2010. Available from: URL: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/N BK279144/
4. Gudmundsdottir SL, Flanders WD, Augestad LB. A longitudinal study of physical activity and menstrual cycle characteristics in healthy Norwegian womenTheNordTrØndelagHealthStudy.NorskEpidemiologi.2011;20(2):1637
5. Todd N. Irregular periods and getting pregnant. 2016. [cited 2016 Sept 6]. Availablefrom:URL:http://www.webmd.com/infertilityandreproduction/irregular-periodsand-getting-pregnant
6. Magdalena C, Bolon T. gambaran faktor – faktor penyebab terjadinya amenorea pada remaja putri di desa

helvetia timur kecamatan helvetia medan periodeapriljunitahun2012.*JIlmKeperawatan*.2015;1(1).http://kampusimelda.ac.id/images/download/penelitian/JIKep1.1-feb-03.pdf. Accessed January 7, 2018.
7. Penelitian B, Pengembangan D, Kementerian K, Ri K, 2010 T, Pengantar K. RisetkesehtandasarRISKESDAS2010.https://cokyfauzialfi.files.wordpress.com/2012/09/laporan_riskesdas_2010.pdf. Accessed January 10, 2018.
8. Nagma S, Kapoor G, Bharti R, Batra A, Batra A, Aggarwal A, et al. To evaluate the effect of perceived stress on menstrual function. JCDR. 2015;9(3):1-3.
9. Lebron-Milad K, Graham BM, Milad MR. Low estradiol levels: a vulnerability factor for the development of posttraumatic stress disorder. Biol Psychiatry. 2012;72(1):6-7
10. Sriati A. Tinjauan tentang stres. 2008. [cited 2016 Sept 6]. Available from: URL: http://resources.unpad.ac.id/unpadcontent/uploads/publikasi_dosen/. Pdf
11. Rosch PJ. Reminiscences of Hans Selye and the birth of stress. The American InstituteofStress.[cited2016Sept6].Availablefrom:URL:http://www.stress.org/about/hansselye-birth-of-stress/.
12. Karout N, Hawai SM, Altuwaijri S. Prevalence and pattern of menstrual disorders among Lebanese nursing students. EHMJ. 2012;18(4):346-52

Toduho S, Kundre R, Malara R. Hubungan stres psikologis dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 1 di SMA Negeri 3 Kepulauan Tidore. Jurnal Keperawatan. 2014;2(2):1-7.