



1ST NATIONAL NURSING CONFERENCE:
THE SUSTAINABLE INNOVATION IN NURSING EDUCATION
AND PRACTICE

DOI: <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i1.114>

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWA KEBIDANAN TINGKAT I DI STIKES KUNINGAN TAHUN 2019**

Fera Riswidautami Herwandari, Russiska, Intan Maharani Fakhrudin

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Garawangi

februari_rabu.fera88@yahoo.co.id

Abstrak

Permasalahan kesehatan pada remaja yang menduduki persentasi terbesar dibanding yang lainnya adalah gangguan menstruasi. Gangguan pada siklus menstruasi (durasi perdarahan yang lebih lama dan ketidakteraturan siklus) disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya ialah stres. Stres diketahui sebagai faktor-faktor penyebab (etiologi) terjadinya gangguan siklus menstruasi. Stres akan memicu pelepasan *hormon kortisol* dimana *hormon kortisol* ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. *Hormon kortisol* diatur oleh *hipotalamus* otak dan *kelenjar pituitari*, dengan dimulainya aktivitas *hipotalamus*, *hipofisis* mengeluarkan *FSH* dan proses stimulus *ovarium* akan menghasilkan *estrogen*. Penelitian yang dilakukan oleh Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) dibawah naungan *World Health Organization (WHO)* menyebutkan bahwa permasalahan remaja di Indonesia adalah seputar permasalahan yang mengenai gangguan menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa kebidanan tingkat I di STIKES Kuningan tahun 2019. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa kebidanan tingkat I di STIKES Kuningan tahun 2019 sebanyak 41 responden. Analisis yang digunakan *analisis univariat* dan *bivariat* dengan menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa kebidanan tingkat I di STIKES Kuningan, dari 41 responden terdapat 18 (44%) responden yang mengalami stres sedang, pada siklus menstruasi yang tidak teratur terdapat 25 (61%) responden. Hasil uji *rank spearman*, yakni *p value* = 0,01 (<0,05) yang ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa kebidanan tingkat I di STIKES Kuningan tahun 2019. Bagi institusi Pendidikan khususnya Program Studi Diploma III Kebidanan diharapkan dapat membuat sebuah program edukasi mengenai manajemen stres pada remaja yang bisa dilakukan secara rutin di luar jadwal perkuliahan.

Kata Kunci: Tingkat Stres, Siklus Menstruasi, Mahasiswa Kebidanan Tingkat I

