

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWA PROFESI BIDAN DI UNIVERSITAS AIRLANGGA

Amalia Iin Sidiqkah^{1*}, Andriyanti², Dewi Setyowati³, Sofia Al Farizi⁴

Midwifery Study Program, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Surabaya^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : amalia.iin.sidiqkah-2021@fk.unair.ac.id

ABSTRAK

Menstruasi merupakan proses meluruhnya endometrium yang mengeluarkan darah melalui vagina. Siklus menstruasi normal adalah 21-35 hari. Sebanyak 80% perempuan di dunia mengalami menstruasi tidak teratur. Di Indonesia wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur sebanyak 13,7%. Siklus menstruasi dipengaruhi oleh stres, karena stres membuat rangsangan pada *hypothalamus-pituitary-adrenal axis* sehingga menghasilkan hormon kortisol. Hormon kortisol menyebabkan ketidakseimbangan hormonal pada hormon reproduksi, salah satu dampaknya adalah perubahan siklus menstruasi. Mahasiswa cenderung mengalami stres, penyebab stres pada mahasiswa diantaranya jadwal perkuliahan yang padat, dan tuntutan prestasi akademik. Sebanyak 50% mahasiswa mengalami tingkat stres sedang, dan 55,2% mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga. Penelitian ini menggunakan desain studi analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah mahasiswa profesi bidan Universitas Airlangga sebanyak 53 orang yang memenuhi kriteria inklusi yaitu mahasiswa yang berusia 20-35 tahun. Penelitian dilakukan pada Januari 2024. Pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan *simple random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan berupa data primer dengan menyebarkan kuesioner secara online. Data penelitian dianalisis menggunakan uji *Chi Square*. Berdasarkan hasil penelitian, 52,8% mahasiswa mengalami tingkat stres akademik tinggi, dan 64,2% mahasiswa mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Analisis uji korelasi *Chi-Square* tingkat stress akademik dengan siklus menstruasi memiliki hubungan dengan nilai $p=0,042$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga.

Kata kunci : mahasiswa profesi bidan, siklus menstruasi, stres akademik

ABSTRACT

Menstruation is the process of shedding the endometrium, resulting in blood discharge through the vagina. A normal menstrual cycle ranges from 21-35 days. Approximately 80% of women worldwide experience irregular menstruation. Cortisol causes hormonal imbalances in reproductive hormones, leading to changes in menstrual cycles. University students are prone to stress, which may stem from tight academic schedules and academic performance demands. About 50% of students experience moderate stress levels, and 55.2% experience irregular menstrual cycles. To analyze the relationship between academic stress levels and menstrual cycles among midwifery professional students at Universitas Airlangga. This research used an observational analytic study design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 53 midwifery professional students aged 20-35 years who met the inclusion criteria. The study was conducted in January 2024. Sampling was done using probability sampling with simple random sampling. Data was collected using primary data through an online questionnaire. The data were analyzed using the Chi-Square test. The findings showed that 52.8% of students experienced high academic stress, and 64.2% had irregular menstrual cycles. Chi-Square correlation analysis revealed a significant relationship between academic stress levels and menstrual cycles ($p=0.042$). There is a significant relationship between academic stress levels and menstrual cycles among midwifery professional students at UniversitasAirlangga.

Keywords : midwifery professional students, menstrual cycle, academic stress

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah kondisi alami yang terjadi pada wanita. Menstruasi merupakan proses meluruhnya dinding rahim lapisan dalam (endometrium) yang mengeluarkan darah melalui vagina. Panjang siklus menstruasi dipengaruhi oleh usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik, juga dapat disebabkan oleh penyakit kronis seperti lupus, diabetes, penyakit tiroid, penyakit ginjal, dan kelainan pada genital (Botutihe et al., 2022). Siklus menstruasi yang normal adalah 21-35 hari dengan lama menstruasi 3-7 hari dan volume darah saat menstruasi berkisar 20-60 ml per-hari (Manurung et al., 2017). Siklus menstruasi dikatakan tidak normal jika siklusnya berlangsung kurang dari 21 hari atau lebih dari 35 hari (Sinaga, 2017).

Data (WHO, 2018) menyebutkan bahwa 80% perempuan di dunia mengalami menstruasi tidak teratur. Menurut data (Rikesdas, 2018) menyebutkan bahwa di Indonesia dalam satu tahun terakhir wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur sebanyak 13,7%. Masa paling rentan seseorang mengalami gangguan menstruasi ialah saat tahun pertama mengalami menstruasi yaitu sekitar 75% remaja putri mengalami gangguan menstruasi. Gangguan menstruasi yang sangat biasa terjadi ialah tertundanya menstruasi, tidak teraturnya siklus menstruasi, area tubuh mengalami nyeri, dan pendarahan di luar kewajaran saat menstruasi (Santi & Pribadi, 2018).

Siklus menstruasi juga sangat dipengaruhi oleh tingkat stres, karena stres membuat rangsangan pada *hypothalamus-pituitary-adrenal axis* sehingga menghasilkan hormon kortisol. Hormon kortisol menyebabkan ketidakseimbangan hormonal pada hormon reproduksi, salah satu dampaknya adalah perubahan siklus menstruasi. Hal ini diperkuat berdasarkan penelitian dari (Amalia, 2022) didapatkan hasil bahwa dari 134 responden penelitian didapatkan 50% mengalami tingkat stres sedang, dan 55,2% responden mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur, sehingga terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir FIK Unissula. Stres telah menjadi isu penting baik di dunia akademik maupun masyarakat. Mahasiswa cenderung mengalami stres. Beberapa penyebab stres pada mahasiswa diantaranya karena jadwal perkuliahan yang padat, tuntutan prestasi akademik, perubahan gaya hidup dan lingkungan pertemanan, serta penyesuaian diri dengan lingkungan sosial yang baru. (Nursalsabila, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dari (Ambarwati et al., 2019) didapatkan bahwa rata-rata usia mahasiswa adalah 22 tahun. Tingkat stres pada mahasiswa menunjukkan stres ringan sebanyak 35,6%, stres sedang 57,4 %, dan stres berat sebanyak 6,9 %; tingkat stres tertinggi dialami oleh mahasiswa jenis kelamin perempuan dengan hasil stres sedang 33,6 %, dan laki-laki 18,8%. Penelitian dari (Alifta & Martha, 2023) didapatkan 5,7% responden mengalami stres berat. Dari analisis bivariat diperoleh dua faktor yang berhubungan dengan tingkat stres yaitu jadwal perkuliahan dan metode pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitian dari (Azmy, 2019) terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung; rata-rata skor mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga sebesar 1,80 lebih tinggi dibandingkan yang tidak jaga sebesar 1,47.

Sebagai langkah awal untuk mengetahui masalah hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi, maka peneliti melakukan studi pendahuluan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran di Universitas Airlangga (FK UNAIR). Program Studi Pendidikan Profesi Bidan FK UNAIR memiliki jumlah mahasiswa 105 orang. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada mahasiswa profesi bidan Universitas Airlangga tentang kelancaran siklus menstruasi didapatkan 10 dari 14 mahasiswa mengatakan bahwa siklus menstruasinya tidak teratur yaitu < 21 hari atau > 35 hari. Peneliti

juga melakukan wawancara kepada 14 orang mahasiswa profesi bidan Universitas Airlangga mengenai tingkat stres yang dirasakan selama menjalani perkuliahan profesi bidan, hasilnya yaitu semua mahasiswa alih jenis atau 7 orang mengatakan lebih stres saat kuliah profesi bidan; hasil dari mahasiswa reguler mengatakan 5 orang mengatakan lebih stres saat kuliah profesi bidan, dan 2 orang mengatakan tingkat stresnya sama seperti kuliah S1 Kebidanan.

Berdasarkan informasi yang didapat, tujuan penelitian ini adalah tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga.

METODE

Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2024 yang berlokasi di Universitas Airlangga. Studi ini menggunakan analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi yang diikutsertakan dalam penelitian ini merupakan seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Airlangga. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin (1960) sehingga didapatkan besar sampel 53 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang berusia 20-35 tahun dan bersedia untuk menjadi responden. Cara pengambilan sampel penelitian menggunakan *simple random sampling* berupa *probability sampling*. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuesioner tingkat stres akademik dan lembar cek list siklus menstruasi. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis data penelitian ini menggunakan analisis univariat untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian, analisis bivariat dengan uji *Chi Square* untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dependen dan independent. Serifikat kelaikan etik diperoleh dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga Surabaya pada tanggal 25 Januari 2024, dengan No. 39/EC/KEPK/FKUA/2024. Responden yang terlibat dalam penelitian juga akan diberikan informasi mengenai prosedur, maksud, dan tujuan penelitian.

HASIL

Analisis Univariat

Berikut adalah distribusi frekuensi data hasil analisis univariat:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Karakteristik Responden

| No. | Karakteristik | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|------------------|-----------------------------|---------------|----------------|
| 1. | Angkatan | | |
| | Alih jenis | 36 | 67,9 |
| | Reguler | 17 | 32,1 |
| 2. | Usia Responden | | |
| | 20-24 tahun | 26 | 49,1 |
| | 25-30 tahun | 16 | 30,2 |
| | 31-35 tahun | 11 | 20,8 |
| 3. | Usia Menarche | | |
| | 11-13 tahun | 41 | 77,4 |
| | 14-16 tahun | 12 | 22,6 |
| 4. | Frekuensi Menstruasi | | |
| | < 3 hari | 2 | 3,8 |
| | 3-7hari | 41 | 77,4 |
| | > 7 hari | 10 | 18,9 |
| 5. | Gangguan Menstruasi | | |
| | Ya | 41 | 77,4 |
| | Tidak | 12 | 22,6 |
| Total (n) | | 53 | 100 |

Hasil dari tabel tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan angkatan alih jenis (67,9%) yang hampir setengahnya responden berada di rentang usia 20-24 tahun (49,1%) dan hampir seluruhnya responden mengalami menstruasi pertama kali atau usia *menarche* pada rentang usia 11-13 tahun (77,4%). Hampir seluruhnya responden memiliki frekuensi menstruasi selama 3-7 hari (77,4%) dan hampir seluruhnya responden mengalami gangguan menstruasi (77,4%).

Variabel yang diukur merupakan tingkat stres mahasiswa profesi bidan Universitas Airlangga:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Tingkat Stres Akademik dan Siklus Menstruasi Berdasarkan Karakteristik Angkatan Responden

| Angkatan | Tingkat stres akademik | | | | Total | |
|------------------|--------------------------------------|-------------|---------------|-------------|-----------|------------|
| | Rendah | | Tinggi | | n | % |
| | F | % | f | % | | |
| AJ | 20 | 37,7 | 16 | 30,2 | 36 | 67,9 |
| REG | 5 | 48,0 | 12 | 52,0 | 17 | 32,1 |
| Total (n) | 25 | 47,2 | 28 | 52,8 | 53 | 100 |
| Angkatan | Siklus menstruasi | | | | Total | |
| | Teratur | | Tidak teratur | | n | % |
| | F | % | f | % | | |
| AJ | 16 | 30,2 | 20 | 37,7 | 36 | 67,9 |
| REG | 3 | 5,7 | 14 | 26,4 | 17 | 32,1 |
| Total (n) | 34 | 64,2 | 19 | 35,8 | 53 | 100 |
| Angkatan | Siklus menstruasi yang tidak teratur | | | | Keduanya* | |
| | Oligomenorea | | Polimenorea | | f | % |
| | F | % | f | % | | |
| AJ | 12 | 35,3 | 7 | 20,6 | 1 | 2,9 |
| REG | 11 | 32,4 | 3 | 8,8 | 0 | 0 |
| Total (n) | 23 | 67,6 | 10 | 29,4 | 1 | 2,9 |

Hasil dari tabel tersebut menunjukkan bahwa responden angkatan alih jenis hampir setengahnya mengalami stres akademik tingkat rendah (37,7%) dan responden angkatan reguler sebagian besar mengalami stres akademik tingkat tinggi (52%). Responden angkatan alih jenis hampir setengahnya mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur (37,7%) dan responden angkatan reguler hampir setengahnya mengalami siklus menstruasi tidak teratur (26,4%). Responden angkatan alih jenis yang menstruasinya tidak teratur, hampir setengahnya mengalami gangguan siklus menstruasi berupa oligomenorea (35,3%) dan responden angkatan reguler yang menstruasinya tidak teratur, hampir setengahnya mengalami gangguan siklus menstruasi berupa oligomenorea (32,4%).

Analisis Bivariat

Berikut adalah distribusi frekuensi data hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik korelasi *Chi-Square* dengan nilai alpha 5% (0,05) dan tingkat kepercayaan (*confidence interval*) sebesar 95% :

Tabel 3. Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Profesi Bidan di Universitas Airlangga

| Tingkat akademik | stres | Siklus menstruasi | | | | Total | | Nilai <i>P</i> |
|------------------|-------|-------------------|-------------|---------------|-------------|-----------|------------|----------------|
| | | Teratur | | Tidak teratur | | n | % | |
| | | f | % | f | % | | | |
| Rendah | | 13 | 52,0 | 12 | 48,0 | 25 | 100 | 0,042 |
| Tinggi | | 6 | 21,4 | 22 | 78,6 | 28 | 100 | |
| Total (n) | | 19 | 35.8 | 34 | 64.2 | 53 | 100 | |

Hasil dari tabel 3, menunjukkan bahwa responden dengan tingkat stres akademik yang rendah sebagian besar mengalami siklus menstruasi yang teratur (52%) dan pada responden dengan tingkat stres akademik yang tinggi hampir seluruhnya mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur (78,6%). Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* didapatkan bahwa nilai p 0,042 artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Mahasiswa profesi bidan yang diteliti terdiri menjadi dua angkatan yaitu Alih Jenis dan Reguler yang hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah angkatan alih jenis (67,9%) dan reguler (32,1%). Peneliti juga melakukan wawancara kepada 14 orang mahasiswa profesi bidan Universitas Airlangga mengenai beban yang dirasakan saat melaksanakan perkuliahan profesi bidan, hasilnya yaitu 3 orang mengatakan sangat berat, 8 orang mengatakan berat, 3 orang mengatakan sedang; dengan pembagian mahasiswa Alih Jenis 2 orang mengatakan sangat berat, 3 orang mengatakan berat, 2 orang mengatakan sedang; sedangkan mahasiswa Reguler 1 orang mengatakan sangat berat, 5 orang mengatakan berat, dan 1 orang mengatakan sedang.

Beban tugas yang dipaparkan dari hasil wawancara mahasiswa profesi bidan adalah membuat Laporan Komprehensif (LK); target SOAP yang banyak; tugas tambahan dari tempat praktik seperti input data pasien; Logbook di setiap stase; laporan kasus dan penyuluhan di setiap stase; membuat jadwal jaga; jam kerja 8 jam dan ada tempat praktik yang tidak ada liburnya; adaptasi dengan kelompok, lingkungan tempat praktik setiap pergantian stase; ujian responsi dan laboratorium; pendampingan COC; tuntutan tempat praktik yang melihat almamater sebagai titik tumpu, dituntut serba bisa dan handal untuk melakukan semua hal; jarak tempat praktik yang jauh; target sulit tercapai karena jumlah pasien atau kasus yg sedikit. Kemudian untuk hasil wawancara perbedaan tingkat stres yang dirasakan saat menjalankan perkuliahan S1 Kebidanan dan Profesi Bidan adalah semua mahasiswa alih jenis atau 7 orang mengatakan lebih stres saat kuliah profesi bidan; hasil dari mahasiswa reguler mengatakan 5 orang mengatakan lebih stres saat kuliah profesi bidan, dan 2 orang mengatakan tingkat stresnya sama seperti kuliah S1 Kebidanan.

Usia responden yang diteliti pada penelitian ini adalah 20-35 tahun, hasil penelitian ini adalah hampir setengahnya responden berada di rentang usia 20-24 tahun (49,1%), hampir setengahnya usia 25-30 tahun (30,2%), dan sebagian kecil usia 31-35 tahun (20,8%). Peneliti meneliti responden yang usianya 20-35 tahun karena pada usia ini adalah usia subur dimana siklus menstruasi sangat berpengaruh penting dalam kesehatan reproduksi, namun setiap wanita memiliki siklus menstruasi yang berbeda. Menurut (Prawirohardjo & Wiknjosastro, 2011) dalam bukunya menyatakan bahwa usia 25-35 tahun lebih dari 60% mempunyai siklus menstruasi yang panjang. Rentang usia menarche pada penelitian ini adalah hampir seluruhnya responden mengalami usia *menarche* pada rentang usia 11-13 tahun (77,4%), dan sebagian kecil usia 14-16 tahun (22,6%).

Hasil penelitian dari (Wardani et al., 2021) diperoleh hasil analisis dari 106 responden didapatkan hubungan menarche dengan dismenore primer, dan hubungan siklus menstruasi dengan dismenore primer. Proporsi siklus menstruasi tidak normal sebesar 67,9%, proporsi usia menarche < 12 tahun sebesar 64,2%, dan proporsi dismenore primer sebesar 67,9%; kesimpulannya yaitu ada hubungan antara siklus menstruasi, usia menarche dengan dismenore primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020. Hasil penelitian dari (Pertwi et al., 2021) mengatakan bahwa pada rentang usia 11-14 tahun merupakan remaja akhir, usia menarche dikaitkan dengan lamanya pengalaman responden menghadapi

menstruasi. Usia menarche di Indonesia pada tahun 2015 rata-ratanya adalah 12-13 tahun (Kennedy, 2015). Hampir seluruhnya responden memiliki frekuensi menstruasi selama 3-7 hari (77,4%), sebagian kecil responden memiliki frekuensi menstruasi selama >7 hari (18,9%), dan sebagian kecil responden memiliki frekuensi menstruasi selama <3 hari (3,8%). Permulaan siklus menstruasi dimulai dari terjadinya perdarahan pada hari ke-1 dan berakhir sebelum menstruasi berikutnya. Durasi menstruasi terjadi selama 2-8 hari, dengan jumlah cairan normal adalah 30cc (yang terdiri dari bekuan darah dan jaringan endometrium). Gangguan menstruasi dapat terjadi dalam beberapa bentuk, Menorrhagia yaitu suatu perdarahan menstruasi yang memanjang dengan frekuensi > 7 hari dengan perdarahan > 80cc; metrorrhagia adalah suatu perdarahan ireguler tapi frekuensi menstruasi tetap normal; menometrorrhagia adalah perdarahan memanjang dengan menstruasi tidak teratur dan oligomenorrhea adalah berkurangnya frekuensi menstruasi atau siklus lebih dari 35 hari dan terjadi lebih dari 6 bulan (Siahaan & Aprianto, 2021).

Hampir seluruhnya responden mengalami gangguan nyeri saat menstruasi (77,4%) dan sebagian kecil responden tidak mengalami gangguan nyeri saat menstruasi (22,6%). Hasil penelitian dari (Juliana et al., 2019) didapatkan 80,4% responden mengalami nyeri saat menstruasi dan 62% responden mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur atau <21 hari dan >35hari, sehingga hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan disminore dengan gangguan siklus menstruasi. Penelitian dari (Purwaningtias et al., 2021) didapatkan hasil persentase responden yang mengalami dismenore adalah sebanyak 90,7% dan 78,8% diantaranya menyatakan bahwa dismenore mengganggu kehidupan sosial mereka.

Tingkat Stres Akademik Responden

Sebagian besar responden mengalami stres akademik tingkat tinggi (52,8%), dan hampir setengahnya responden mengalami stress akademik tingkat rendah (47,3%). Persentase perbandingan mahasiswa alih jenis dan reguler yang mengalami tingkat stres akademik adalah tingkat stres tinggi lebih banyak dialami oleh mahasiswa alih jenis (30,2%) sedangkan mahasiswa reguler (22,6%); hal ini tidak bisa sepenuhnya dapat dinilai sebanding karena mahasiswa yang mengisi kuesioner ini lebih banyak diisi oleh mahasiswa alih jenis yaitu (67,9%), sedangkan reguler hanya (32,1%). Namun jika dilihat dari hasil terbanyak, mahasiswa alih jenis memiliki tingkat stres akademik rendah (37,7%), dan hasil terbanyak mahasiswa reguler adalah memiliki tingkat stres akademik tinggi (22,6%). Berdasarkan hasil penelitian (Ambarwati et al., 2019) tentang tingkat stres pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang didapatkan hasil sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat stres sedang yang berjumlah 58 mahasiswa (57,4%), dan yang mengalami stres berat dengan jumlah 7 mahasiswa (7,0%). Hal ini dikarenakan faktor internal yaitu kurang bisa memahami dan menyikapi masalah dengan baik dan dari faktor eksternal yaitu adanya permasalahan di lingkungan masyarakat, keluarga maupun yang berkaitan dengan hubungan dengan orang lain dan juga karena beban kuliah yang semakin tinggi tingkatannya maka semakin sulit mata kuliah yang dijalannya.

Siklus Menstruasi Responden

Sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur (64,2%) dan hampir setengahnya siklus menstruasi responden teratur (35,8%). Persentase perbandingan mahasiswa alih jenis dan reguler yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur adalah terbanyak dari mahasiswa alih jenis (37,7%) dan reguler (26,4%); hal ini tidak bisa sepenuhnya dapat dinilai sebanding karena mahasiswa yang mengisi kuesioner ini lebih banyak diisi oleh mahasiswa alih jenis yaitu (67,9%), sedangkan reguler hanya (32,1%). Namun jika dilihat dari hasil terbanyak, mahasiswa alih jenis dan reguler sama-sama memiliki hasil siklus menstruasi yang tidak teratur; dari hasil siklus menstruasi yang tidak teratur ini

terdapat siklus menstruasi yang panjang >35 hari atau oligomenorea adalah hasil yang terbanyak yaitu mahasiswa alih jenis (35,3%) dan reguler (32,4%).

Hasil penelitian dari (Loa et al., 2022) pada mahasiswa di Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM Undana) didapatkan hasil bahwa (50%) responden mengalami gangguan siklus menstruasi; diantaranya (33,8%) mengalami oligomenorea, (8,1%) mengalami polimenorea, dan (8,1%) mengalami keduanya. Hasil penelitian dari (Nathalia, 2019) juga (67,4%) responden mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Kedua penelitian ini dapat dikatakan sejalan karena memiliki hasil siklus menstruasi yang tidak teratur dan terdapat hasil siklus menstruasi yang panjang atau oligomenorea sama seperti penelitian ini.

Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga. Hasil penelitian dari (Martini et al., 2021) didapatkan hampir setengahnya responden mengalami stres akademik tingkat sedang (40,9%) dan sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi tidak normal (59,1%). Hasil uji Chi-Square diperoleh hasil adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ulum, 2016), didapatkan bahwa (27,4%) memiliki tingkat stres normal, (41,4%) memiliki stres tingkat ringan, (23,3%) memiliki stres tingkat sedang, dan (8,2%) memiliki stres tingkat berat; (20,5%) mengalami polimenorea, (65,8%) memiliki siklus menstruasi normal, (13,7%) mengalami oligomenorea. Hasil analisa bivariat pada SPSS dengan menggunakan uji spearman rho menunjukkan hasil yang berarti ada hubungan signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswa Fisioterapi Universitas Hasanuddin.

Hal ini diperkuat dengan teori stres menyebabkan peningkatan kortisol yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi. Saat kortisol meningkat terjadi penurunan kadar LH, dimana selama siklus menstruasi, peran LH sangat dibutuhkan untuk menghasilkan estrogen dan progesterone. Korpus luteum yang terganggu akan menyebabkan kadar progesteron mengalami penurunan. Karena ketidakseimbangan antara estrogen dan progesteron ini akan memicu terjadinya gangguan pada menstruasi (Masturi, 2017); (Noviana, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat stress akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga, dapat disimpulkan sebagai berikut: sebagian besar mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga mengalami stres akademik tingkat tinggi; sebagian besar mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur, dan ada hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa profesi bidan di Universitas Airlangga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada berbagai pihak termasuk responden yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alifta, F. A., & Martha, E. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Selama Masa Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Program Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan*:

- Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 10.
<https://doi.org/10.47034/ppk.v5i1.6190>
- Amalia, N. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir FIK Unissula. *Universitas Islam Sultan Agung Semarang*.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Azmy, N. A. (2019). *Perbedaan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tahap Profesi yang Menjalani Stase Minor dengan Tugas Tambahan Jaga dan Tidak Jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Universitas Lampung.
- Botutihe, F., Sutin, & Tiala, N. H. (2022). *Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Gangguan Pola Menstruasi* (1st ed.). CV. Ruang Tentor.
- Juliana, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2019). Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di Sma N 1 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22895>
- Kennedy, E. (2015). Menstrual Hygiene Management in Indonesia. *Burnet Institute*, 1–45.
- Loa, W. W., Nabuasa, E., & Sir, A. B. (2022). Hubungan Antara Berat Badan, Diet, Aktivitas Fisik Dan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi (Studi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Nusa Cendana). *Media Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 34–43.
- Manurung, R., Bolon, C. M. T., & Manurung, N. (2017). Asuhan Keperawatan Sistem Endokrin. 1st ed. Yogyakarta: . In *Deepublish* (1st ed.).
- Martini, S., Putri, P., & Caritas, T. (2021). Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMA Muhammadiyah 2 Palembang. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 17–23. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.978>
- Masturi. (2017). *Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Semester VIII* (1st ed.). UIN Alaiuddin Makassar.
- Nathalia, V. (2019). Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi STIT Diniyyah Puteri Kota Padang Panjang. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmu*, XIII(5), 124.
- Noviana, E. (2018). *Pengaruh Tingkat Stres dengan Menstruasi Terhadap Wanita Usia Reproduksi pada Mahasiswi Kedokteran FK USU*. Universitas Sumatera Utara.
- Nursalsabila. (2019). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Gangguan Menstruasi pada Mahasiswi Preklinik di Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta* (1st ed.). UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Pertiwi, M. M., Nawangsari, N. A. F., & Irwanto, I. (2021). Knowledge, Attitude and Practices Towards Menstruation of Midwifery Students in Surabaya. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(2), 179–191. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i2.2020.179-191>
- Prawirohardjo, & Wiknjastro. (2011). *Ilmu Kandungan* (3rd ed.). PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Purwaningtiyas, R. M., Puspitasari, D., & Ernawati, E. (2021). *The Relationship Between Menstrual Cycle Characteristics With Dysmenorrhea and Adolescents Social Life*. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(3), 280–294. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i3.2020.280-294>
- Rikesdas. (2018). *Laporan Nasional Rikesdas 2018*.
- Rikesdas. (2018). *Laporan Nasional RIKESDAS 2018*.
- Santi, D. R., & Pribadi, E. T. (2018). Kondisi Gangguan Menstruasi Pada Pasien yang Berkunjung di Klinik Pratama UIN Sunan Ampel. *Journal of Health Science and Prevention*, 2(1), 14–21.
- Siahaan, S. C., & Aprianto, T. F. (2021). *Gangguan Menstruasi dan Penyebabnya*. Proceeding of Universitas Ciputra.

- Sinaga, E. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional.
- Ulum, N. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fisioterapi Universitas Hasanuddin. *Universitas Hasanuddin*, 1, 1–86.
- Wardani, P. K., Fitriana, F., & Casmi, S. C. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.414>
- WHO. (2018). *The Prevalence of Menstrual Cycle Disorders*. Geneva: World Health Organization.