

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DALAM MENYUSUN KTI
DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWA DIII KEBIDANAN SEMESTER VI
STIKES 'AISYIYAH YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
RENIKA DARA BRESTIANA
201110104277**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIYAH YOGYAKARTA
TAHUN 2012**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DALAM MENYUSUN KTI
DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWA DIII KEBIDANAN SEMESTER VI
STIKES' AISYIYAH YOGYAKARTA**

TAHUN 2012

NASKAH PUBLIKASI



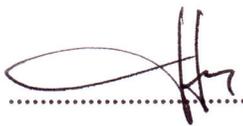
**Disusun Oleh :
Rendika Dara Brestiana
201110104277**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian
Skripsi Penelitian Pada Program Studi D IV Bidan Pendidik
STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : Syaifudin, S.Pd., M.Kes.

Tanggal : 9 Agustus 2012

Tanda tangan : 

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DALAM MENYUSUN KTI DENGAN
GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWA
DIII KEBIDANAN SEMESTER VISTIKES‘AISYIYAH
YOGYAKARTA TAHUN 2012¹**

Rendika Dara Brestiana², Syaifudin³
STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta
Rendikadb_tb@yahoo.co.id

ABSTRACT : The objective of this research is to know correlation between stress level in setting KTI and menstruation cycles disorder in students is a *survey analytic research* through approach *cross sectional* by using sampling technique *Stratified Random Sampling* and lottery technique 63 respondents. To get data of stress level and menstruation cycles disorder used questioner *Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS42)*, and to know the correlation between two variables used statistic test *Chi-Square*.

There is correlation between stress level in setting KTI and menstruation cycles disorder at student of midwifery of DIII semester VI STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta, it can be known based on value *Asymp, Sig, (2-sided) 0,025 (< 0,05)*. The expectation is respondents can more understand their selves, because the stress that often happen is not an unimportant problem, stress can cause health disturb, for example is menstruation cycles disorder.

Keyword : Stress, Menstrual Cycle Disorders

ABSTRAK : Mengerjakan karya ilmiah telah menjadikan kebanyakan mahasiswa stres, takut, bahkan sampai frustrasi. Stres melibatkan sistem neuroendokrinologi sebagai sistem yang besar peranannya dalam reproduksi wanita (menstruasi). Survei awal 1 Maret 2012 dari hasil wawancara diketahui banyak siswa yang mengalami gangguan siklus menstruasi dan merasa stress akibat pembuatan karya tulis ilmiah.

Diketahuinya hubungan tingkat stres dalam menyusun karya tulis ilmiah dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa, penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional* dengan tehnik pengambilan sampel secara *Stratified random sampling* dan tehnik undian sebanyak 63 responden. Pengambilan data tingkat stres dan gangguan siklus menstruasi menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42)*, serta untuk mengetahui hubungan antar dua variabel menggunakan uji statistik *chi-square*.

Terdapat hubungan tingkat stres dalam menyusun KTI dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa DIII Kebidanan Semester VI STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta, hal ini dapat diketahui berdasarkan nilai *Asymp. Sig. (2-sided)* sebesar 0,025 (<0,05). Diharapkan responden dapat lebih memahami dirinya sendiri karena stres yang sering dialami bukanlah permasalahan yang tidak penting, stres dapat menyebabkan gangguan kesehatan salah satunya gangguan siklus menstruasi.

Kata Kunci : Stres, Menstruasi

PENDAHULUAN

Di bidang *gynekologi* modern dikenal dan diakui secara umum kesatuan klinik yang terdiri atas: badan/organ, jiwa dan lingkungan yang saling mempengaruhi dan kadang terbentuk lingkaran setan (*circulus viciosus*). Dalam peristiwa haid yang ditentukan oleh proses *somatopsikis*, sifatnya kompleks meliputi unsur-unsur hormonal, biokimiawi, dan psikososial sering disertai gangguan fisik dan mental. Pada setiap wanita mengalami siklus haid yang tidak sama. Panjang siklus haid dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain faktor fisik dan psikologis. Terjadinya haid atau menstruasi merupakan perpaduan antara kesehatan alat genitalian dan rangsangan hormonal yang kompleks yang berasal dari mata *axis* hipotalamus-hipofisis-ovarium. Adapun penyebab gangguan siklus menstruasi antara lain oleh adanya gangguan pada fungsi hormon, kelainan sistemik, stres, kelenjar gondok dan adanya kelebihan pada hormon prolaktin serta penggunaan obat pengontrol kehamilan. Dalam kesehatan normal, hipotalamus (bagian dari otak yang terletak diatas kelenjar hipofisis) mengirimkan sinyal kepada kelenjar hipofisis untuk ovarium. Pada penyakit tertentu, seperti penderita stres pembentukan hormon hipofisis yang abnormal bisa menyebabkan terhambatnya pelepasan sel telur dan terganggunya serangkaian proses hormonal yang terlibat dalam terjadinya menstruasi (Prawirohardjo, 2005).

Mahasiswa atau mahasiswi adalah panggilan untuk orang yang sedang menjalani pendidikan tinggi di sebuah universitas atau perguruan tinggi. Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun. Pada usia tersebut mahasiswa mengalami masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal. Masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa, mendorong mahasiswa untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yang baru. Tuntutan dan tugas perkembangan mahasiswa tersebut muncul dikarenakan adanya perubahan yang terjadi pada beberapa aspek fungsional individu, yaitu fisik, psikologis dan sosial. Perubahan tersebut menuntut mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri merupakan suatu proses individu dalam memberikan respon terhadap tuntutan lingkungan dan kemampuan untuk melakukan koping terhadap stres. Kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis, seperti ketakutan, kecemasan, dan agresifitas. Adapun salah satu masalah penyesuaian diri yang sering dihadapi mahasiswa adalah penyesuaian diri vokasional, yaitu penyesuaian diri dalam bidang pendidikan, yang salah satunya adalah penyesuaian diri pada tugas karya tulis ilmiah (Sianipar, 2009).

Karya Tulis Ilmiah (KTI) merupakan karya ilmiah mandiri yang harus diselesaikan oleh mahasiswa sebagai tugas akhir sebelum menyelesaikan pendidikan di Program Studi DIII Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta (Tim KTI, 2011). Mahasiswa yang menyusun karya ilmiah dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan karya ilmiah (Gunawan, 2006). Menurut hasil penelitian yang dilakukan Luluk Astuti, 2009 mengatakan bahwa dari 65 siswi yang mengalami oligomenore (kasus) sebagian besar mengalami stres yaitu sebanyak 41 siswi (63,0%), sedangkan dari

65 siswi yang tidak mengalami oligomenore (kontrol) hanya 22 siswi (33,8%) yang mengalami stres.

Dari hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa dapat diketahui bahwa banyak mahasiswa yang mengalami gangguan siklus menstruasi. Mereka juga menyatakan merasa tertekan/ stres dengan adanya banyak tugas yang harus diselesaikan dalam waktu yang singkat diantaranya menyusun KTI (karya tulis ilmiah), ujian akhir semester, praktek klinik, dan lain sebagainya. Dari fenomena diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dalam Menyusun KTI dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa DIII Semester VI STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2012’”.

METODE PENELITIAN

Metode pendekatan yang digunakan adalah survei *cross sectional*, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) artinya setiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan. Hal ini tidak berarti bahwa semua subjek penelitian diamati pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2010). Adapun dalam penelitian ini mengambil data tingkat stres dalam menyusun KTI dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa DIII Kebidanan semester VI di STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta secara bersamaan.

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2010). Sedangkan menurut Sugiyono (2009), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dari penelitian ini semua mahasiswa DIII Kebidanan semester VI di STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta tahun 2012 yaitu 251 mahasiswa. Sampel penelitian adalah objek yang diteliti atau dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2010). Sedangkan menurut Sugiyono (2009) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pada saat dilaksanakan penelitian, sampel diambil menggunakan rumus dari Arikunto (2006) yaitu jika populasi lebih dari 100 maka sampel yang diambil 10%-15% atau 20% - 25% dari jumlah populasi, sampel yang diambil 25% sebagai berikut : $n = 25\% \times N$.

Alat pengumpul data adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2009). Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket/ kuesioner. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer dan data sekunder.

Setelah data terkumpul melalui kuesioner data dapat diolah secara manual maupun komputerisasi. Adapun langkah-langkah pengolahan data, meliputi *editing* (penyuntingan data), *scoring* (pemberian skor/ nilai), *coding sheet* (membuat lembaran kode), *tabulating* (penyusunan data).

HASIL PENELITIAN

Tingkat Stres Responden dalam Menyusun KTI

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres dalam Menyusun KTI Pada Mahasiswa DIII Kebidanan Semester VI STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2012

No	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase
1	Normal	17	27,0 %
2	Ringan	27	42,9 %
3	Sedang	17	27,0 %
4	Berat	2	3,2 %
Jumlah		63	100,0%

Tabel di atas menunjukkan karakteristik responden berdasarkan tingkat stres responden. Responden terbanyak adalah yang mengalami stres ringan yaitu sebanyak 42,9 % dan responden yang paling sedikit adalah yang mengalami stres sangat berat yaitu sebanyak 3,2 %.

Gangguan Siklus Menstruasi Responden

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa DIII Kebidanan Semester VI STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2012

No	Gangguan Siklus Menstruasi	Frekuensi	Persentase
1	Ya	41	65,1 %
2	Tidak	22	34,9 %
Jumlah		63	100,0%

Tabel di atas menunjukkan karakteristik responden berdasarkan gangguan siklus menstruasi responden. Sebagian besar responden mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 65,1 % dan sebagian kecil yang tidak mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 34,9%.

Hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi

Tabel 5. Hubungan Tingkat Stres dalam Menyusun KTI dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa DIII Kebidanan Semester VI STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2012

Tingkat Stres dalam Menyusun KTI	Gangguan Siklus Menstruasi				Total
	Ya	%	Tidak	%	
Normal	13	76,5	4	23,5	17
Ringan	12	44,4	15	55,6	27
Sedang	14	82,4	3	17,6	17
Berat	2	100,0	0	0,0	2
Total	41	65,1	22	34,9	63

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 17 responden yang tidak mengalami stres ada sebanyak 13 (76,5%) responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi dan 4 (23,5%) responden tidak mengalami gangguan siklus menstruasi. Dari 27 responden yang mengalami stres ringan ada 12 (44,4%) responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi dan 15 (55,6%) responden tidak mengalami gangguan siklus menstruasi. Dari 17 responden yang mengalami stres sedang ada 14 (82,4%) responden yang mengalami gangguan

siklus menstruasi dan 3 (17,6%) responden tidak mengalami gangguan siklus menstruasi. Dari 2 responden yang mengalami stres berat ada sebanyak 2 (100%) responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi dan 0 (0%) responden tidak mengalami gangguan siklus menstruasi.

PEMBAHASAN

Tingkat Stres dalam Menyusun KTI

Stres merupakan respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, setiap orang mengalaminya, stres memberi dampak secara total pada individu yaitu fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual, stres dapat mengancam keseimbangan fisiologis. Stres emosi dapat menimbulkan perasaan negatif atau destruktif terhadap diri sendiri dan orang lain. Stres intelektual akan mengganggu persepsi dan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah, stres sosial akan mengganggu hubungan individu terhadap kehidupan (Rasmun, 2004).

Salah satu stressor yang dialami mahasiswa adalah dalam menyusun tugas akhir yaitu karya tulis ilmiah (KTI). Mahasiswa yang menyusun karya ilmiah dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan karya ilmiah. Proses belajar yang ada dalam penyusunan karya ilmiah berlangsung secara individual, sehingga tuntutan akan belajar mandiri sangat besar. Dalam proses bimbingan karya tulis tidak jarang mahasiswa dengan susah payah menentukan judul, menyusun kemudian mengoreksi serta mengevaluasi bersama dosen pembimbing, atau diminta untuk memperbaiki sesuai dengan standar yang telah ditetapkan (Gunawan, 2006). Mengerjakan sebuah karya ilmiah telah menjadikan kebanyakan mahasiswa stres, takut, bahkan sampai frustrasi dan ada juga yang nekat bunuh diri. Telah banyak contoh kasus mahasiswa yang menjadi lama dalam penyelesaian studinya karena terganjal dengan masalah tugas akhirnya, karena adanya pemikiran pembuatan tugas akhir susah dan berat maka akhirnya banyak mahasiswa menyerahkan pembuatan karya tulis ini ke orang lain atau semacam biro jasa pembuatan karya ilmiah, atau membeli/mencari karya ilmiah orang lain untuk ditiru (Januarti, 2009).

Gangguan Siklus Menstruasi

Gangguan siklus menstruasi antara lain polimenorea (siklus menstruasi kurang dari 21 hari dan jumlah perdarahan kurang lebih sama atau lebih banyak dari menstruasi biasa yang disebabkan oleh gangguan hormonal yang mengakibatkan gangguan ovulasi atau menjadi pendeknya masa luteal, *kongesti ovarium* karena peradangan *endometriosis* dan sebagainya), oligomenorea (siklus haid lebih dari 35 hari sedangkan jumlah perdarahannya sama atau berkurang, disebabkan gangguan hormonal) dan amenorea (keadaan tidak adanya menstruasi setidaknya tiga bulan berturut turut, amenorea primer umumnya mempunyai sebab-sebab yang lebih berat dan lebih sulit untuk diketahui seperti kelainan-kelainan konginetal dan genetik, sedangkan amenorea sekunder lebih menunjuk kepada sebab-sebab yang timbul kemudian dalam kehidupan wanita, seperti gangguan gizi, gangguan, metabolisme, tumor-tumor, penyakit infeksi, gangguan

hipotalamus dan hipofisis, gangguan indung telur, obat-obatan, penyakit kronik, sindrom *asherman*, penurunan berat badan berlebihan, obesitas, olahraga berlebihan, stres dan depresi) (Prawirohardjo, 2005; Proverawati, 2009).

Beberapa kemungkinan penyebab dari ketidakteraturan siklus menstruasi yang penyebab pastinya dapat diketahui dengan pemeriksaan yang lebih intensif, diantaranya : fungsi hormon terganggu (menstruasi terkait erat dengan sistem hormon yang diatur otak, tepatnya di kelenjar hipofisa. Sistem hormonal ini akan mengirim sinyal ke indung telur untuk memproduksi sel telur. Ketika terjadi perubahan pada level hormon estrogen atau progesterone dalam tubuh, maka haid bisa menjadi tidak teratur. Ketidakseimbangan level hormon dalam tubuh disebabkan perubahan pola makan yang drastis, stres dan PCOS), kelainan sistemik (wanita yang tubuhnya sangat gemuk atau kurus), stres (sistem metabolisme di dalam tubuh terganggu, akibat stres seseorang jadi mudah lelah, berat badan menurun drastis, bahkan sakit-sakitan, sehingga metabolismenya terganggu), kelenjar gondok/tiroid yang terganggu bisa menjadi penyebab tak teraturnya siklus menstruasi, hormon prolaktin berlebihan, penggunaan obat pengontrol kehamilan, karena mengandung hormon progestin yang dapat menghambat proses ovulasi yang berhubungan dengan siklus menstruasi (Proverawati, 2009).

Hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi

Salah satu stressor yang dialami mahasiswa adalah dalam menyusun tugas akhir yaitu karya tulis ilmiah (KTI). Mahasiswa yang menyusun karya ilmiah dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan karya ilmiah. Proses belajar yang ada dalam penyusunan karya ilmiah berlangsung secara individual, sehingga tuntutan akan belajar mandiri sangat besar. Dalam proses bimbingan karya tulis tidak jarang mahasiswa dengan susah payah menentukan judul, menyusunnya kemudian mengoreksi (konsultasi) serta mengevaluasi bersama dosen pembimbing, atau diminta untuk memperbaiki sesuai dengan standar yang telah ditetapkan (Gunawan, 2006). Mengerjakan sebuah karya ilmiah telah menjadikan kebanyakan mahasiswa stres, takut, bahkan sampai frustrasi. Stres yang bersifat positif menjadikan mahasiswa menjadi bersemangat dalam menulis karya ilmiah, menjadi termotivasi untuk menulis karya ilmiah yang lebih baik, dan lain-lain. Stres yang bersifat negatif menjadikan mahasiswa menjadi malas dalam menulis karya ilmiah, kehilangan motivasi, menunda penulisan karya ilmiah bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan karya ilmiah. Adanya perbedaan dampak stres pada diri individu disebabkan oleh adanya perbedaan karakteristik masing-masing individu. Perbedaan karakteristik individu akan menentukan respon individu terhadap sumber stres, sehingga respon individu dapat berbeda pada stimulus yang menjadi sumber stres yang sama (Januarti, 2009).

Adapun stressor yang dapat mempengaruhi stres antara lain hubungan atau relasi dengan orang lain baik dengan teman kuliah atau bukan memiliki pengaruh yang besar bagi mahasiswa yaitu ketika mahasiswa kesepian akibat tidak memiliki teman karena ada masalah dalam hubungan pertemanan yang mengakibatkan dirinya dijauhi atau ditinggalkan sahabatnya, hal ini membuat mereka berfikir

bahwa ini akhir dari segalanya, karena ketika ada masalah mereka tidak memiliki teman yang bisa diajak bicara/ curhat/ tukar pendapat, sedangkan orangtua seringkali malah tidak bisa menolong akibat perbedaan usia dan generasi yang tak jarang menyebabkan perbedaan pola pikir. Hidup menjadi terasa begitu sulit dan hampa, akibatnya timbul rasa malas melakukan kegiatan (konsul), rendah diri, dan depresi/tekanan.

Sedangkan, faktor akademis yang dapat menjadi stressor antara lain ujian dan overload beban yang berlebihan. Banyak mahasiswa merasa begitu gugup ketika akan menghadapi ujian, perasaan cemas, was-was ditambah dengan perut yang tiba-tiba sakit, keringat dingin keluar tanpa sebab yang jelas, serta gemeteran menjadi gejala-gejala umum dari “demam ujian” ini. Banyak faktor yang melatarbelakangi hal tersebut. Mulai dari persiapan untuk ujian yang tidak matang, kurang percaya diri, atau tuntutan; baik dari diri sendiri atau orang-orang terdekat; untuk memperoleh nilai dan prestasi yang tinggi. Akibatnya, hasil ujian seringkali tidak memuaskan. Hal ini akan memberi beban stress lebih kepada mahasiswa yang mengalaminya. Tekanan sebelum ujian berlangsung ditambah lagi dengan tekanan akibat hasil yang tak sesuai harapan. Sedangkan tuntutan akademis kuliah di masa sekarang tidak jarang begitu berat dan sangat menyengsarakan mahasiswa. Mahasiswa merasa dituntut untuk meraih pencapaian (*achievement*) yang telah ditentukan, baik oleh pihak fakultas atau universitas maupun dari mahasiswa itu sendiri. Tuntutan ini dapat memberi tekanan yang melampaui batas kemampuan si mahasiswa itu sendiri. Ketika hal ini terjadi, maka overload tersebut akan “mengundang” distress, dalam bentuk kelelahan fisik atau mental, daya tahan tubuh menurun, dan emosi yang mudah “meledak-ledak”.

Dalam pengaruhnya terhadap menstruasi, stres melibatkan sistem neuroendokrinologi sebagai sistem yang besar perannya dalam reproduksi wanita. Gangguan pada menstruasi ini melibatkan mekanisme regulasi intergratif yang mempengaruhi proses biokimia dan seluler seluruh tubuh termasuk otak dan psikologis. Pengaruh otak dalam reaksi hormonal terjadimelalui jalur hipotalamus-hipofisis-ovarium yang meliputi multiefek dan mekanisme kontrol umpan balik. Pada keadaan stres terjadi aktivasi pada amygdala pada sistem limbik. Sistem ini akan menstimulasi pelepasan hormon dari hipotalamus yaitu *corticotropic releasing hormone* (CRH). Hormon ini secara langsung akan menghambat sekresi GnRH hipotalamus dari tempat produksinya di nukleus arkuata. Proses ini kemungkinan terjadi melalui penambahan sekresi opioid endogen. Peningkatan CRH akan menstimulasi pelepasan endorfin dan *adreno corticotropic hormone* (ACTH) ke dalam darah. Endorfin sendiri diketahui merupakan opiat endogen yang perannya terbukti dapat mengurangi rasa nyeri. Peningkatan kadar ACTH akan menyebabkan peningkatan pada kadar kortisol darah. Pada wanita dengan gejala amenore hipotalamik menunjukkan keadaan hiperkortisolisme yang disebabkan adanya peningkatan CRH dan ACTH.

Hormon-hormon tersebut secara langsung dan tidak langsung menyebabkan penurunan kadar GnRH, dimana melalui jalan ini maka stres menyebabkan gangguan siklus menstruasi. Dari yang tadinya siklus menstruasinya normal menjadi oligomenorea, polimenorea atau amenorea dan gangguan

menstruasi lainnya. Gejala klinis yang timbul ini tergantung pada derajat penekanan pada GnRH.

Penelitian ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan dan keterbatasannya. Keterbatasan dalam penelitian ini antara lain sampel yang digunakan, rencana awal peneliti ingin menggunakan metode stratifikasi random sampling dan total sampling, tetapi dikarenakan saat penelitian berlangsung banyak mahasiswa yang tidak bersedia menjadi responden maka akhirnya peneliti menggunakan tehnik undian setelah pembagian sampel menggunakan strata kelas, sehingga hasil yang didapatkan pun kurang signifikan. Alat pengumpul data (kuesioner) yang digunakan peneliti adalah kuesioner DASS. Daftar pertanyaan yang terdapat di dalam kuesioner tersebut kurang mengarah (mendalam) ke dalam variabel yang ingin dicapai dalam penelitian, karena kuesioner tersebut masih baku dan biasanya digunakan untuk stres umum bukan stres dalam menyusun KTI. Tehnik pengumpulan data peneliti hanya menggunakan kuesioner dalam penelitiannya sehingga jawaban yang didapatpun kurang mendalam dan mendetail mengenai stressor apasaja yang mempengaruhi dalam penyusunan KTI yang dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi yang dialami oleh mahasiswa.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sebagian besar(42,9%) atau 27orang responden mengalami stress ringan pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Semester VI STIKES 'Asiyah Yogyakarta Tahun 2012. Lebih dari separuh (65,1%) atau 41 orang responden mengalami gangguan menstruasi pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Semester VI STIKES 'Asiyah Yogyakarta Tahun 2012.Terdapat hubungan yang bermakna antara stress dengan gangguan menstruasi pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Semester VI STIKES 'Asiyah Yogyakarta Tahun 2012 dengan uji statistik menggunakan uji *chi square* diperoleh hasil *Asiym.sig (2-sided)* adalah $0,025 < 0,05$.

Saran

Bagi responden (mahasiswa) diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan responden tentang stres dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah dan gangguan siklus menstruasi. Responden dapat menilai dirinya sendiri, apakah mereka termasuk mengalami stres atau tidak dan jika mereka mengalami maka sudah mengetahui penanganan apa yang harus dilakukannya..

Bagi Institusi STIKES 'Aisyiah Yogyakarta diharapkan institusi dapat lebih memperhatikan mahasiswanya, karena menurut hasil penelitian ini menyusun Karya Tulis Ilmiah merupakan stressor yang dapat mengakibatkan gangguan siklus menstruasi. Stresor dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah yang terjadi dikalangan mahasiswa baik berasal dari pihak mahasiswa maupun dosen dapat memacu terjadinya stres. Diharapkan institusi dapat membantu mahasiswa mengatur time management yang baik dengan cara memberikan jangka waktu penyusunan yang lebih lama, tugas-tugas akhir tidak ditumpuk di akhir semester

saat sedang penyusunan, dan masalah terakhir yaitu dosen akademik yang sulit ditemui diharapkan tidak akan terjadi lagi.

Bagi Penelitian selanjutnya diharapkan peneliti selanjutnya dapat lebih mendalami stressor apasaja yang dialami mahasiswa saat menyusun Karya Tulis Ilmiah dan mengetahui bagaimana pengaruh/dampak stres terhadap kesehatan tubuh lainnya dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan tehnik wawancara dan kuesioner. Sampel yang digunakan pun diharapkan dapat lebih banyak dan kuesioner yang digunakan lebih mengacu dalam hal menyusun Karya Tulis Ilmiah sehingga hasil yang didapatkan pun lebih akurat dan signifikan. Diharapkan juga peneliti selanjutnya dapat meneliti di Program Studi selain DIII Kebidanan yang ada di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta seperti DIV Bidan Pendidik, S1 Keperawatan dan S1 Fisioterapi.

DAFTAR RUJUKAN

Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta : Rineka Cipta

Gunawan, Rindang. Hartanti, Sri. & Listiana, Anita.(2006). *Hubungan antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa Dosen Pembimbing Utama Skripsi dengan Stres dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran UNDIP*. Vol 3 No 2, Desember 2006, H.94. Semarang : Jurnal Psikologi

Januarti, Rozi. (2009). *Hubungan antara Persepsi terhadap Doses Pembimbing dengan Tingkat Stres dalam Menyusun Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*

Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Novia, Ika. & Puspitasari, Nunik. (2006). *Faktor Resiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismnorea RSUD Kabupaten Sidoarjo*. Surabaya : Departemen Biostatistika dan Kependudukan. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Prawirohardjo, S. (2005). *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka

Proverawati, Atika. (2009). *Menarche*. Yogyakarta : Nuha Medika

Rasmun.(2004). *Stres, Kopping dan Adaptasi*. Jakarta : CV. Sagung Seto

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta

Sunaryo.(2004). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC

Tim KTI. (2011). *Buku Panduan Penulisan Proposal dan Hasil Karya Tulis Ilmiah Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta*. Yogyakarta : STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Wijoyo, Padmiarso M. (2011). *Cara Mudah Mencegah dan Mengatasi Stres*. Bogor : Bee Medika Pustaka

