

**HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA* PADA
MAHASISWI DIII KEBIDANAN SEMESTER II DI STIKES
'AISYIAH YOGYAKARTA TAHUN 2014**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :
Eka Susanti
201310104311

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIAH YOGYAKARTA
2014**

**HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA* PADA
MAHASISWI DIII KEBIDANAN SEMESTER II DI STIKES
'AISYIYAH YOGYAKARTA TAHUN 2014**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Sains Terapan
Pada Program Studi Bidan Pendidik Jenjang DIV
STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta



**Disusun Oleh :
Eka Susanti
201310104311**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIYAH YOGYAKARTA
2014**



**HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA* PADA
MAHASISWI DIII KEBIDANAN SEMESTER II DI STIKES
‘AISYIYAH YOGYAKARTA TAHUN 2014¹**

Eka Susanti², Sugiyanto³

INTISARI

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan stres dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi DIII kebidanan semester II di Stikes ‘Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014.

Metode penelitian: Jenis penelitian ini kuantitatif korelatif menggunakan metode pendekatan waktu *cross sectional*. Variabel bebasnya *stres*, variabel terikat yaitu *dismenorea*. Populasi adalah seluruh mahasiswi program studi DIII Kebidanan semester II STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014, dengan sampel sebanyak 125 mahasiswi. Teknik analisis korelasi *Kendal Tau*.

Hasil: Mayoritas stres pada mahasiswi DIII kebidanan semester II dalam kategori sedang yaitu (74,4%). Kejadian *dismenorea* dalam kategori sedang juga sebanyak (71,2%), Ada hubungan stres dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi DIII Kebidanan Semester II di Stikes ‘Aisyiyah Yogyakarta, dibuktikan dengan nilai signifikansi ($p < 0,05$). Nilai korelasi *Kendall Tau* sebesar 0,450 artinya hubungan antar variabel memiliki tingkat keeratan dalam kategori sedang.

Kata Kunci : Stres, *Dismenore*, mahasiswi
Kepustakaan : 25 buku (2004 – 2012), 6 Jurnal, 1 thesis, 4 *website*
Jumlah halaman : xiii, 75 halaman

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa D IV Bidan Pendidik STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta

**THE CORRELATION BETWEEN STRESS AND *DISMINORHE* EVENT ON
SECOND SEMESTER STUDENTS OF DIII OF MID-WIFERY IN STIKES
'AISYIYAH YOGYAKARTA IN THE YEAR OF 2014'¹**

Eka Susanti², Sugiyanto³

ABSTRACT

Objectives: To know the relationship between stress and *dismenorhea* event on the second semester students of DIII of mid-wifery in Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta in the year of 2014.

Research method: This research belongs to correlative quantitative research by using cross sectional time approach method. The independent variable of this research is stress while the dependent variable of this research is *dismenorhea*. The population of this research is all of the second semester students of DIII of mid-wifery in Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta in the academic year 2014, the sample of this research consists of 125 students. Kendal Tau technique of correlation is applied in this research to analyze the data.

Results: Mostly, the level of stress on second semester students of DIII of mid-wifery is on medium category or 74,4%. *Dismenorhea* event is also in medium category as much as 71,2%. There is a relationship between stress and *dismenorhea* event on the second semester students of DIII of mid-wifery in Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta, it is proven by the significance value ($p < 0,05$). Kendal Tau correlation value is in the amount of 0,450, it means that there is a tight correlation between variables in the medium category.

Keywords : Stress, *Dismenorhea*, students

Bibliography : 25 books (2004 – 2012), 6 journals, 1 thesis, 4 websites.

Page : xiii, 75 pages

¹Paper Tittle

²Student Of Diploma IV School Of Educator Midwifery 'Aisyiyah Health Science
College Of Yogyakarta

³Lecture Of 'Aisyiyah Health Science College Of Yogyakarta

PENDAHULUAN

Dismenorea atau nyeri haid ini terjadi karena berbagai faktor diantaranya faktor fisik dan psikologi. Dari fisik yang lemah, kurang gerak dan stres (Wiknjosastro, 2007). Gejala *dismenorea* dapat disertai dengan rasa mual, muntah, diare dan kram, sakit seperti *colic abdomen* yang menyebabkan beberapa wanita bahkan pingsan dan mabuk, keadaan ini muncul dengan cukup hebat sehingga menyebabkan penderita mengalami kelumpuhan aktivitas untuk sementara. *Dismenorea* atau nyeri haid merupakan ketidak seimbangan hormone progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan rasa nyeri timbul (Admin,2005).

Dalam hadis Surah al-Baqarah (2):222 disebutkan :

Mereka bertanya kepadamu tentang mahidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah gangguan." Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita diwaktu haidh; dan janganlah kamu mendekati mereka sebelum mereka suci . apabila mereka telah bersuci; maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang yang taubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.

Haid adalah gangguan. Maksudnya, haid mengakibatkan gangguan terhadap fisik dan psikis wanita, juga terhadap pria. Secara fisik dengan munculnya gejala *premenstrual* dilanjutkan dengan keluarnya darah, mengakibatkan gangguan pada jasmani. Rasa sakit seringkali melilit perut akibat berkontraksi. Emosi yang tidak stabil juga tak jarang mengganggu ketenangan orang yang ada disekeliling wanita tersebut.

Salah satu penyebab *dismenorea* adalah faktor psikis. Salah satu faktor psikis tersebut adalah stres (Wijayanti, 2009). Stres merupakan suatu respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang dapat mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (Santrock, 2004). Stres dapat mengganggu kerja sistem endokrin sehingga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur dan rasa sakit saat menstruasi atau *dismenorea* (Hawari, 2008).

Tingkat insiden tertinggi *dismenorea* terjadi pada perempuan yang mempunyai tingkat stres sedang hingga tinggi dibanding dengan perempuan yang mempunyai tingkat stres rendah. *Dismenorea* yang terjadi pada perempuan dengan tingkat stres rendah sebesar 22%, dengan tingkat stres sedang 29% dan perempuan dengan tingkat stres tinggi sebesar 44% (Wangsa, 2010). Stres dapat menimbulkan sensasi saraf-saraf pinggul dan otot-otot punggung bawah sehingga bisa menyebabkan *Dismenore* (Arifin, 2004).

Mahasiswa Program Studi Kebidanan Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta dengan usia mahasiswa 18-20 tahun sangat memungkinkan mengalami *dismenore*. Mahasiswa tersebut harus aktif dalam setiap perkuliahan, di hadapkan dengan berbagai tugas kuliah dan praktik sehingga mahasiswa itu sendiri selalu berhadapan dengan beban tugas belajar dan beban tugas praktikum yang cukup berat. Hal tersebut memungkinkan menimbulkan faktor lain yaitu stres yang dapat mengganggu mahasiswi dan menimbulkan dampak seperti penurunan konsentrasi, penurunan partisipasi belajar dikelas, ketidakhadiran di sekolah, dan permasalahan dalam tugas rumah.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 7 Maret 2014 di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta kepada 10 orang mahasiswi DIII kebidanan semester II yang di ambil secara acak di dapatkan hasil sebanyak 7 (70%) dari 10 mahasiswi yang mengalami masalah stres dengan gejala lelah, lesu, kegelisahan, berkeringat dingin, sakit kepala, dan disertai *dismenorea*. 1 (10%) mahasiswi tidak mengalami *dismenorea* dan 2 (20%) mahasiswi mengalami stres dengan gejala sakit kepala, sering kencing, lelah, lesu dan tanpa disertai *dismenorea*.

Tujuan untuk mengetahui hubungan stres dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi DIII kebidanan semester II di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelatif yang dilakukan untuk melihat hubungan antar gejala satu dengan gejala yang lain atau antara variabel satu dengan variabel yang lain (Notoatmojo, 2005). Metode pendekatan waktu yang digunakan adalah *cross sectional* yaitu suatu metode pengambilan data yang dilakukan pada suatu waktu yang bersamaan. Metode ini bertujuan agar diperoleh data yang lengkap dalam waktu yang relatif singkat (Notoatmojo, 2005).

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi program studi DIII kebidanan semester II STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014 yang berjumlah 181. sampel yang didapat adalah 125 responden. Penelitian ini menggunakan teknik sampling non probability sampling dengan cara Purposive Sampling yaitu pengambilan untuk tujuan tertentu sesuai dengan kriteria yang di inginkan peneliti.

Untuk mengukur reliabilitas instrumen yang digunakan dilakukan dengan cara menganalisis hasil uji coba instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Kriteria pengujian : Jika r hitung \geq r tabel, maka instrumen dinyatakan reliabel. Jika r hitung $<$ r tabel, maka instrumen dinyatakan tidak reliabel. Kriteria reliabilitas adalah instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi jika nilai koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh $>$ 0,60 (Iniam Ghozali, 2002). Dari hasil uji reabilitas pada penelitian ini didapatkan bahwa reliabilitas instrumen r hitung lebih besar dari r tabel ($0,899 > 0,60$) maka kuesioner dikatakan *reliabel*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statsistik non parametrik koefisien korelasi *product Moment* karena skala yang digunakan ordinal ordinal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta yang beralamat di Jalan Munir No. 267 (Serangan, Ngampilan), Yogyakarta 55929 dengan batas wilayah sebagai berikut sebelah utara, barat dan selatan berbatasan dengan pemukiman penduduk sedangkan sebelah timur dibatasi terminal dan jalan raya. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2014. Responden dalam penelitian ini

adalah mahasiswi DIII Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta semester II berjumlah 181 orang yang terdiri dari 3 kelas. Kelas tersebut berjumlah 125 orang yang dijadikan sebagai responden penelitian.

Karakteristik Responden

Table 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Mahasiswi di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014

Usia Responden	Jumlah	Persentase (%)
17 tahun	4	3,2%
18 tahun	42	33,6%
19 tahun	71	56,8%
20 tahun	8	6,4%
Jumlah	125	100

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat diketahui usia responden sebagian besar berumur 19 tahun yaitu sebanyak 71 orang (56,8%) dan paling sedikit adalah usia 17 tahun sebanyak 4 orang (3,2%) dan 20 tahun sebanyak 8 orang (6,4%).

Tabel 3. Stres Pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	15	12,0
Sedang	93	74,4
Berat	17	13,6
Jumlah	125	100

Hasil kategori stres dapat dilihat pada tabel di atas. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebagian besar tingkat stres mahasiswi DIII Kebidanan Semester II di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta dalam kategori sedang yaitu sebanyak 93 orang (74,4%) dan paling sedikit yang termasuk dalam kategori ringan yaitu sebesar 15 orang (12%) dan kategori berat sebesar 17 orang (13,6%).

Tabel 4. Kejadian *Dismenore* Pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	17	13,6
Sedang	89	71,2
Berat	19	15,2
Jumlah	125	100,0

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diperoleh sebagian besar kejadian *dismenore* pada mahasiswi DIII Kebidanan Semester II di Stikes 'Aisyiyah

Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang yaitu 89 orang (71,2%), dan yang paling sedikit dalam kategori ringan yaitu sebanyak 17 orang (13,6%). Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden saat menstruasi mengalami *dismenorea* dalam kategori sedang.

Tabel 5. Hubungan Stres dengan Kejadian *Dismenore* Pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014

Kejadian dismenore Stress	Ringan		Sedang		Berat		Total		Nilai p
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Ringan	6	4,8	9	7,2	0	0	15	12,0	0,000
Sedang	11	8,8	73	58,4	9	7,2	93	74,4	
Berat	0	0	7	5,6	10	8,0	17	13,6	
Total	17	13,6	89	71,2	19	15,2	125	100	

Berdasarkan tabel 5 dari 125 responden, 73 responden (58,4) berada pada stres sedang dengan kejadian dismenorea sedang. Sedangkan yang paling sedikit responden dengan stres ringan dengan kejadian dismenorea ringan 6 responden (4,8%).

Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan r hitung kurang dari 0,005 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti ada hubungan stres dengan kejadian *dismenore* pada mahasiswi DIII Kebidanan Semester II di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta.

Nilai korelasi *Kendall Tau* sebesar 0,450 yang artinya hubungan antar variabel memiliki tingkat keeratan dalam kategori arah positif memiliki arti bahwa semakin berat stres yang dialami mahasiswi maka semakin berat kejadian *dismenorea* mahasiswi DIII Kebidanan Semester II di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta.

Pembahasan

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik non parametrik karena data-data berbentuk ordinal dengan menggunakan analisa korelasi untuk menghitung antara dua atau lebih jenis variabel. Dalam penelitian ini uji statistik yang digunakan adalah *Kendall Tau* karena skala data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala ordinal. Berikut adalah hasil penjelasan dari hasil yang diperoleh :

Stres Pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta

Stres pada mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta sebagian besar termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 93 orang (74,4%). Stres itu adalah reaksi atau respons fisiologis, psikologis dan perilaku dari seseorang (laki-laki maupun perempuan) (Wijoyo, 2011). Stres dapat menekan kondisi psikis individu. Hal ini dapat dilihat dari kegelisahan, kelesuhan,

kebosanan, depresi, kelelahan, frustrasi, kehilangan kesabaran, perasaan terkucil dan merasa kesepian.

Dalam Al-Quran Surat al Baqarah ayat 10 menyatakan kondisi stres dan gangguan psikologis yang mengikuti manusia sebagai penyakit hati. Lebih jelasnya berbunyi:

فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

Artinya : “dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.”

Mahasiswi yang sebagian besar berkewajiban untuk belajar harus memiliki stamina yang baik agar proses belajar dapat berjalan dengan lancar. Stres yang melanda mahasiswi dapat menyebabkan daya konsentrasi menurun, kurang perhatian, sangat peka terhadap kritik dan hambatan mental. Manajemen stres lebih daripada sekedar mengatasinya, yakni belajar menanggulanginya secara adaptif dan efektif.

Kejadian *Dismenore* Pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes ‘Aisyiyah Yogyakarta

Hasil penelitian deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar kejadian *dismenore* pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes ‘Aisyiyah Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 89 orang 71,2% dari total responden. Menurut Arifin (2004), *dismenore* sering dialami oleh sekelompok remaja/dewasa yang berusia 18-24 tahun, dikarenakan pada usia tersebut remaja/dewasa baru saja melewati tahap menstruasi yang tidak teratur menuju keteraturan dalam siklus menstruasinya.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Sarwono (2006) menyatakan bahwa pada gadis-gadis yang secara emosional tidak stabil, apalagi jika mereka tidak mendapat penerangan yang baik tentang proses haid, mudah timbul *dismenorea*. Setiap orang memiliki tingkat nyeri haid yang berbeda satu sama lain. Nyeri haid timbul karena adanya kontraksi rahim yang dirangsang oleh *prostaglandin*, nyeri yang dirasakan semakin hebat ketika bekuan atau potongan jaringan dari lapisan rahim melewati *serviks*, terutama jika saluran *serviks* sempit.

Hubungan Stres dengan Kejadian *Dismenore* Pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester II Di Stikes ‘Aisyiyah Yogyakarta

Menurut Proverawati dan Misaroh, 2009, gejala *Dismenore* dapat disertai dengan rasa mual, muntah, diare dan kram, sakit seperti kolik di perut. Beberapa wanita bahkan mengalami pingsan, keadaan ini muncul cukup hebat sehingga menyebabkan penderita mengalami “kelumpuhan” aktivitas untuk sementara. Kelainan yang selalu timbul tidak mungkin menyebabkan kematian seseorang, tetapi hal ini akan sangat mengganggu syarafnya, kadang-kadang sampai mengalami penderitaan yang menahun dan kronis. Stres selalu diketahui dapat mempengaruhi tubuh manusia yaitu meliputi mental, emosional dan fisik. Mental dan gejala stres sering menutupi efek psikologis dari stres kepada orang yang

menderita stres. Gejala stres emosional adalah mereka yang akan mempengaruhi emosi atau hubungan manusia yang terkait masalah. Fisik stres adalah gejala yang mempengaruhi tubuh dan berbagai organ-organ dari tubuh (Atmaningtyas, 2010).

Berdasarkan tabel 5 dari 125 responden, 73 responden (58,4) berada pada stres sedang dengan kejadian disminorea sedang. Sedangkan yang paling sedikit responden dengan stres ringan dengan kejadian disminorea ringan 6 responden (4,8%). Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan r hitung kurang dari 0,005 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti ada hubungan stres dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi DIII Kebidanan Semester II di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Isnaeni (2010) " Hubungan Antara Stres Dengan Pola Menstruasi Pada Mahasiswa D IV Kebidanan Jalur Reguler Universitas Sebelas Maret Surakarta " yang menyatakan bahwa terdapat hubungan secara positif antara stres dengan pola menstruasi pada mahasiswa D IV Kebidanan. Penelitian yang hampir sama yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Diponegoro yang bernama Atik Mahbubah dalam studi kasusnya di kelurahan Sidoharjo, Kecamatan Pacitan, Kabupaten Pacitan yang menemukan adanya hubungan antara stres dengan siklus menstruasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Arifin (2004) yang menyatakan bahwa stres dapat menimbulkan sensasi saraf-saraf pinggul dan otot-otot punggung bawah sehingga bisa menyebabkan *Dismenorea*. Stres yang tinggi akan menyebabkan *dismenorea* yang dirasakan juga semakin berat. Hal ini disebabkan karena otot-otot mengalami kekejangan. Mahasiswa Program Studi Kebidanan Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta dengan usia mahasiswa 18-20 tahun sangat memungkinkan mengalami *dismenorea*. *Dismenore* sering dialami oleh sekelompok remaja/dewasa yang berusia 18-24 tahun, dikarenakan pada usia tersebut remaja/dewasa baru saja melewati tahap menstruasi yang tidak teratur menuju keteraturan dalam siklus menstruasinya (Arifin, 2004).

Keterbatasan

1. Responden

Dalam penelitian ini responden kurang bisa memberikan jawaban yang diinginkan, karena para mahasiswi tampak terburu-buru untuk pulang sehingga mahasiswi tidak berkonsentrasi penuh dalam mengisi kuisisioner. Kuisisioner yang dijawab dengan terburu-buru dapat mempengaruhi kemurnian jawaban.

2. Waktu

Dalam penelitian ini waktu yang digunakan untuk penelitian kurang tepat, karena pada saat dilakukan penelitian mahasiswi DIII kebidanan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta sedang ujian akhir sekolah (UAS), sehingga situasi dan waktu yang di gunakan kurang mendukung.

3. Peneliti

Penelitian ini menggunakan kuisisioner sehingga jawaban hanya sebatas jawaban responden di kuisisioner yang disebarkan oleh peneliti tanpa melalui wawancara pada setiap responden, dan masih adanya variabel pengganggu yang masih diabaikan oleh peneliti.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stres pada mahasiswi DIII Kebidanan semester II Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 93 orang (74,4%).
2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kejadian *dismenore* pada Mahasiswi DIII Kebidanan semester II Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta berkategori sedang yaitu sebanyak 89 orang (71,2%) dari total responden.
3. Ada hubungan stres dengan kejadian *dismenore* pada mahasiswi DIII Kebidanan Semester II di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta dibuktikan dengan hasil uji hipotesis diperoleh nilai signifikansi kurang dari 0,05, hal ini menunjukkan signifikansi kurang dari taraf signifikansi ($p < 0,05$).

Saran

Berdasarkan keterbatasan yang ada dapat peneliti sarankan sebagai berikut.

1. Bagi Mahasiswa Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta
Bagi mahasiswa yang mengalami *dismenore* agar lebih meningkatkan pengetahuan mengenai penatalaksanaan *dismenore* dan mengaplikasikannya dengan harapan nyeri karena *dismenore* yang dialami dapat berkurang.
2. Bagi STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta
Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi khasanah ilmu dan sumber bacaan guna meningkatkan sumber informasi dalam akademik.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang juga mempengaruhi kejadian *dismenore* misalnya usia menarche, lama menstruasi, kebiasaan berolahraga, dan obesitas serta memperluas ruang lingkup agar penelitian menjadi lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an, Sygma Examedia Arkanleema : Jakarta.
- Anonim. 2008. Nyeri di Hari Pertama. Available from : [http:// www.kalbe.co.id](http://www.kalbe.co.id) (Acces 25 Februari 2013)
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Aulia. 2009. *Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z*, Yogyakarta: Millestone.
- Calis, Karim Karim Anton 2011. *Dysmenorrhea*. <http://emedicine.medscape.com/article/253812-overview> di akses pada tanggal 13-2-13 pukul 20.06 WIB
- Chandran, Lahta, 2008. *Menstruation Disorders: Overview. E-medicine Obstetric and Gynecology*. <http://emedicine.medscape.com/article/953945-overview> di akses pada tanggal 13-2-13 pukul 20.15 WIB
- Hawari, Dadang. 2008. *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. Balai Penerbit FK UI: Jakarta

- Ihda Mauliyah, 2006. *Hubungan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menstruasi Dengan Tingkat Dismenorea Pada Pelajar Putri Di Madrasah Aliyah Negeri II Yogyakarta Tahun 2006*.
- Isnaeni, 2010. *Hubungan Antara Stres Dengan Pola Menstruasi Pada Mahasiswa D Iv Kebidanan Jalur Reguler Universitas Sebelas Maret Surakarta*
- Joseph dan Nugroho. 2010. *Catatan Kuliah Ginekologi dan Obstetri (Obsgyn) untuk Keperawatan dan Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Lovibond & Lovibond (1995). *Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42)* Jurnal Australian Center for Posttraumatic mental Health, University of Melbourne <http://www.psy.unsw.edu.au/groups> diakses pada tanggal 28 - 4 - 2013 pukul 16.10 WIB
- Maramis W.F. 2005. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press
- Mumpuni, Yekti. *Cara Jitu Mengatasi Stress*. 2010. ANDI : Yogyakarta.
- Notoatmojo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Potter, P.A. dan Perry, A.G. 2005. *Buku Anjar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 4. Jakarta : EGC
- Prawirohardjo, S. 2007. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Prawirohardjo, Sarwono. 2005. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati dan Misaroh. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Saraswati, S. 2010. *52 Penyakit Perempuan Mencegah dan mengobati 52 penyakit yang Sering diderita Perempuan*. Yogyakarta : Katahati
- Sugiyono. 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta : Bandung.
- Trisna Yuni, 2011. *Hubungan Dismenore Terhadap Aktivitas Belajar Siswi SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta*
- Wijayanto, A. 2009. *Chi Square*. <http://eprints.undip.ac.id>. di akses tanggal 10 - 5 - 2013 pukul 17.01 WIB
- Wiknjosastro, Hanifa. 2007. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yosep, 2009. *Kenali dan olah Stres anda*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Yuliadi, Istar. 2010. *Strategi Coping Stres Untuk Mempertahankan Perkawinan Pada Wanita Bersuami Disfungsi Seksual*. Program Studi Magister Sains Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Msi Tesis