

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI
KEBIDANAN TINGKAT AKHIR DI
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

SKRIPSI



Oleh:

Afii Faturrohmah

NIM 19050003

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2023**

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI
KEBIDANAN TINGKAT AKHIR DI
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



Oleh:

Afii Faturrohmah

NIM 19050003

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti sidang skripsi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr.

Soebandi Jember

Jember, 19 Mei 2023

Pembimbing Utama,



Ai Nur Zannah,S.ST.,M.Keb

NIDN. 0719128902

Pembimbing Anggota,



Narulita, S.Psi.MM

NIK. 95312112009082001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 25 Mei 2023

Tempat : Universitas dr. Soebandi Jember

Ketua Penguji,



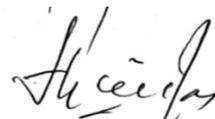
Yuningsih, S.ST., M.Keb
NIDN. 0705068003

Penguji II,



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

Penguji III,



Narulita, S.Psi.MM
NIK. 195312112009082001

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi



Apt. Lindawati Setyaningrum, M.Farm
NIDN 0703068903

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Afii Faturrohmah

NIM : 19050003

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau hasil tulisan orang lain.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain atau ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam skripsi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jember, 25 Mei 2023

Yang menyatakan,



Afii Faturrohmah
Nim. 19050003

SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI
KEBIDANAN TINGKATAKHIR DI
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

Oleh:

Afi Faturrohmah

NIM 19050003

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb

Dosen Pembimbing Anggota : Narulita, S.Psi.MM

LEMBAR PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya yang selalu memberikan kemudahan, petunjuk, kekuatan dan keyakinan sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Skripsi ini dengan sepenuh hati, saya persembahkan kepada :

1. Keluarga terutama kedua orang tua yang telah memberikan kasih sayang, dukungan moral dan finansial serta doa tak henti-hentinya, sehingga hal tersebut menjadi bahan bakar semangat saya untuk mampu menyelesaikan pendidikan S1 Kebidanan dengan tepat waktu.
2. Bapak/Ibu Dosen Universitas dr. Soebandi Jember yang telah mengajar, memberikan arahan dan membimbing saya selama 4 tahun dalam menempuh pendidikan S1 Kebidanan.
3. Almamater yang saya banggakan Universitas dr. Soebandi.
4. Pembimbing utama saya Ibu Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb, pembimbing anggota saya Ibu Narulita, S.Psi. MM dan Penguji saya Ibu Yuningsih, S.ST., M.Keb yang telah membantu dan membimbing penyusunan skripsi ini dengan sepenuh hati, sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

5. Anak Kedua dari Bapak Surahman dan Ibu Nanik (Ahmad Habibulloh),
terimakasih untukmu yang selalu memberikan semangat, dukungan,
motivasi dan perhatian untuk saya dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepada sahabat saya (Kurnia Fajrin Mega Utami) yang selalu siap
menerima segala sambutan saya dari awal semester hingga saat ini.
7. Kepada teman-teman kontrakan.id Anjeli Agutin, Debora Sahanaya, Eis
Nurhidayah, Helvi Widianita Putsi, Adelia Guatina Dewi, Dyah Wardatun
Firdaus dan Rahayu Harta rinda yang bersedia untuk saya repoti.
8. Kepada seluruh teman-teman S1 Kebidanan 19A.

MOTTO

“Salah satu pengkerdilan terkejam dalam hidup adalah membiarkan pikiran yang cemerlang menjadi budak bagi tubuh yang malas, yang mendahulukan istirahat sebelum lelah.”

—Buya Hamka—

”Orang yang meraih kesuksesan tidak selalu orang yang pintar, tapi orang yang selalu meraih kesuksesan adalah orang yang gigih dan pantang menyerah”

—Susi Pujiastuti—

“Tidak ada yang tidak mungkin jika kita mau untuk berusaha“

—Afi Faturrohman—

ABSTRAK

Faturrohmah, Afii, *. Zannah, Ai Nur, **. Narulita, ***. 2023 **Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi**. Skripsi. Program Studi Kebidanan Program Sarjana Univeristas dr. Soebandi Jember

Latar Belakang: Gangguan mentruasi merupakan masalah yang cukup banyak dihadapi oleh wanita, terutama pada usia remaja. Gangguan ini mungkin berkaitan dengan lamanya siklus menstruasi haid, atau jumlah lamanya menstruasi. Gangguan menstruasi sering merupakan sumber kecemasan bagi wanita. Gangguan menstruasi yang umum terjadi adalah amenorrhea, perdarahan uterus abnormal, disminorea, dan sindrom premenstrual . Faktor-faktor yang mempengaruhi menstruasi salah satunya adalah stres. Stres tidak dapat dianggap remeh karena hormon stres mempunyai dampak atas kelenjar hypotalamus yang memproduksi hormon-hormon reproduksi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Stres Akdemik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif non eksperimen yang mempunyai rancangan penelitian cross sectional dengan jumlah sampel 81 responden dengan teknik total sampling. Alat ukur yang di gunakan pada kedua variabel yaitu kuisisioner. Analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan uji chi-square . **Hasil Penelitian:** hasil analisis di dapatkan p-value $0,02 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat di ambil kesimpulan bahwa ada Hubungan antara Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi.

Kata Kunci: Mahasiswi, Siklus Menstruasi, Stres Akademik

*Peneliti : Afii Faturrohmah

**Pembimbing : Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb

***Pembimbing : Narulita, S.Psi.MM

ABSTRACT

Faturrohmah, Afii, *. Zannah, Ai Nur, **. Narulita, ***. 2023 **The Relationship between Academic Stress and the Menstrual Cycle in Final Level Midwifery Students at the University of dr. Soebandi**. Thesis. Midwifery Study Program Undergraduate Program, University of dr. Soebandi Jember

Introduction: Menstrual disorders are a problem that is quite a lot faced by women, especially in their teens. This disorder may be related to the length of the menstrual cycle, or the length of menstruation. Menstrual disorders are often a source of anxiety for women. Common menstrual disorders are amenorrhea, abnormal uterine bleeding, dysmenorrhea, and premenstrual syndrome. One of the factors that affect menstruation is stress. Stress cannot be underestimated because stress hormones have an impact on the hypothalamus gland which produces reproductive hormones. The purpose of this study was to determine the relationship between academic stress and the menstrual cycle in final year midwifery students at the University of dr. Soebandi. **Methods:** This type of research is a non-experimental quantitative research that has a cross-sectional research design with a total sample of 81 respondents with a total sampling technique. The measuring tool used in both variables is a questionnaire. Data analysis in this study used the chi-square test. **Results and Analysis:** The results of the analysis obtained a p-value of $0.02 < \alpha (0.05)$ so that it can be concluded that there is a relationship between Academic Stress and the Menstrual Cycle in Final Level Midwifery Students at the University of dr. Soebandi.

Keywords: Female Student, Menstrual Cycle, Academic Stress

**Researcher:* Afii Faturrohmah

***Supervisor :* Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb

****Supervisor :* Narulita, S.Psi.MM

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi dengan judul **“Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir Di Universitas dr.Soebandi”**.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan baik moral maupun material dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Lulut Sasmito, S.Kep., Ns. M.Kes selaku Pembina Yayasan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
2. Bapak Andi Eka Pranata, S.ST., S.Kep., Ns. M.Kes selaku Rektor Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
3. Bapak Ns. Feri Eka Prasetya, S.kep., M.Kep selaku Wakil Rektor Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
4. Ibu Apt.Lindawati Setyaningrum, M.Farm selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

5. Ibu Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb selaku Wakil Dekan I Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi selaku Pembimbing Utama
6. Ibu Zaida Mauludiyah, S.Keb., Bd., M.Keb selaku Ketua Prodi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
7. Ibu Yuningsih, S.ST., M.Keb selaku Ketua Penguji
8. Ibu Narulita, S.Psi.MM selaku Pembimbing Anggota

Penulis tentu menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Demi kesempurnaan skripsi ini, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Jember, 25 Mei 2023

Afii Faturrohmah

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iii
SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Permasalahan.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Teoritis	4
1.4.2 Praktis.....	4
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Stres Akademik	7
2.1.1 Pengertian Stres Akademik	7

2.1.2	Penggolongan Stres.....	7
2.1.3	Reaksi Terhadap Stres.....	8
2.1.4	Jenis Stres Akademik.....	10
2.1.5	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	11
2.1.6	Aspek Stres Akademik.....	14
2.1.7	Dampak Stres Akademik	15
2.1.8	Tahapan Stres Akademik	17
2.1.9	Respon Stres Akademik.....	20
2.1.10	Tingkat Stres Akademik.....	21
2.2	Menstruasi	22
2.2.1	Pengertian Menstruasi.....	22
2.2.2	Proses Terjadinya Menstruasi	23
2.2.3	Pengukuran Stres.....	27
2.2.4	Gangguan Siklus Menstruasi	28
2.2.5	Keluhan Pada Masa Menstruasi	30
2.2.6	Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi	32
2.3	Konsep Mahasiswa.....	34
2.3.1	Definisi Mahasiswa.....	34
2.3.2	Fungsi dan Peran Mahasiswa.....	35
2.3.3	Karakteristik Mahasiswa.....	36
2.3.4	Masalah Mahasiswa	37
2.4	Hubungan Stres akademik dengan Siklus Menstruasi.....	39
BAB 3 KERANGKA KONSEP		42
3.1	Kerangka Konsep	42
3.2	Deskripsi Kerangka Konsep.....	43
3.3	Hipotesis Penelitian	43
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		44
4.1	Populasi dan Sampel	44
4.2.1	Populasi.....	44
4.2.2	Sampel.....	44
4.2.3	Kriteria Sampel	45

4.3	Variabel Penelitian	46
4.4	Tempat Penelitian.....	46
4.5	Waktu Penelitian	46
4.6	Definisi Operasional.....	46
4.7	Teknik Pengumpulan Data	48
4.7.1	Sumber Data.....	48
4.7.2	Mekanisme Pengumpulan Data	48
4.7.3	Alat/Instrumen Pengumpulan Data.....	49
4.7.4	Uji Validitas dan Reliabilitas	51
4.8	Teknik Analisa Data.....	53
4.8.1	Pengelolaan Data.....	53
4.8.2	Analisa Data.....	55
4.8.3	Etika Penelitian	57
BAB V HASIL PENELITIAN		57
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	57
5.1.1	Profil Universitas dr. Soebandi.....	57
5.2	Penyajian Karakteristik Data Umum.....	59
5.2.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	59
5.2.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan.....	59
5.3	Penyajian Karakteristik Data Khusus.....	60
5.3.1	Mengetahui Stres Akademik.....	60
5.3.2	Mengetahui Siklus Menstruasi	61
5.3.3	Menganalisis Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruas	62
BAB VI PEMBAHASAN.....		64
6.1	Interpretasi Hasil dan Diskusi Hasil.....	64
6.1.1	Stres Akademik Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir	64
6.1.2	Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir	65
6.1.3	Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir	67
6.2	Keterbatasan Penelitian	68
6.3	Implikasi Kebidanan.....	69

BAB VII PENUTUP.....	70
7.1 Kesimpulan.....	70
7.2 Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 4 1 Definisi operasional	47
Tabel 5 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi Jember.	59
Tabel 5 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan Usia mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr.Soeabandi Jember.	60
Tabel 5 3 Stres Akademik pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi	60
Tabel 5 4 Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soeabandi.	61
Tabel 5 5 Tabulasi Silang Analisis Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat permohonan bersedia menjadi responden.....	76
Lampiran 2 Surat persetujuan menjadi responden penelitian.....	77
Lampiran 3 Instrumen penelitian.....	78
Lampiran 4 Tabulasi.....	82
Lampiran 5 Hasil SPSS	85
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian	86
Lampiran 7 Layak Etik	87
Lampiran 8 Turnitin.....	88
Lampiran 9 Lembar Konsultasi	89
Lampiran 10 CV	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3 2 Kerangka konsep.....	42
---------------------------------	----

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

ACTH	: <i>Adino Cortico Tropic Hormone</i>
CRH	: <i>Corticotropic Relasing Hormone</i>
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
GNRH	: <i>Gonadhotropin Relasing Hormone</i>
HASS/Col	: <i>Hassles Assessment Scale for Students in College</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
KPDS	: <i>Kessler Psychological Distresss Scale</i>
PASS	: <i>Perception of Academic Stress Scale</i>
PSS	: <i>Stress Perceived Scale</i>
RH	: <i>Realizing hormone</i>
SDS	: <i>Survey Diagnostic Stress</i>
SUDS	: <i>Subjective Unit of Distresss Scale</i>
TGF	: <i>Transforming Growth Factor</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi adalah siklus *discharge fisiologik* darah dan jaringan mukosa melalui vagina dari uterus yang tidak hamil di bawah kendali hormonal dan berulang tanpa adanya kehamilan selama periode reproduktif. Menstruasi biasanya berlangsung selama lima sampai tujuh hari dan rata – rata darah yang keluar adalah 35 – 50 ml tanpa bekuan darah. Gangguan menstruasi merupakan masalah yang cukup banyak dihadapi oleh wanita, terutama pada usia remaja. Gangguan ini mungkin berkaitan dengan lamanya siklus menstruasi haid, atau jumlah lamanya menstruasi. Gangguan menstruasi sering merupakan sumber kecemasan bagi wanita. Gangguan menstruasi yang umum terjadi adalah *amenorrhea*, perdarahan *uterus abnormal*, *disminorea*, dan *sindrom premenstrual* (Sari, 2020).

Menurut WHO dalam Syaiful and Naftalin (2018) terdapat sekitar 80% remaja putri di seluruh dunia yang mengalami masalah keterlambatan siklus menstruasi. Menurut Data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2018 dimana sebanyak 14,9% remaja di Indonesia mengalami menstruasi tidak teratur. Sedangkan untuk wilayah Jawa Timur dengan prevalensi 9,36% perempuan yang mengalami masalah siklus menstruasi tidak teratur. Data dari Dinkes Kabupaten Jember tahun 2018

menyebutkan kasus tertinggi gangguan menstruasi pada remaja putri dengan prevalensi 8,5% .

Stres tidak dapat dianggap remeh karena hormon stres mempunyai dampak atas kelenjar hypotalamus yang memproduksi hormon-hormon reproduksi. Haid terkait erat dengan sistem hormon yang diatur otak, tepatnya dikelenjar *hipofisa*. Sistem hormonal ini akan mengirimkan sinyal ke Indung telur untuk memproduksi sel telur. Bila sistem pengaturan ini terganggu, otomatis siklus haid pun akan terganggu. Baik siklus pendek maupun panjang, sama-sama menunjukkan ketidak normalan pada sistem metabolisme dan hormonal (Mayasari Bety et al., 2021). Stres akademik dapat diartikan sebagai keadaan suatu individu yang melibatkan tekanan hasil persepsi serta penilainnya terhadap stresor akademik, berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan. Stres yang tidak dapat dikendalikan atau diatasi mahasiswa akan mempengaruhi pikiran, perasaan, reaksi fisik, dan tingkah lakunya. Maka dari itu secara kognitif mahasiswa kesulitan memusatkan perhatian dalam belajar, sulit mengingat materi, sulit memahami bahan pelajaran, berpikir negatif pada diri dan lingkungannya dan secara efektif munculnya rasa cemas, sensitif, sedih, kemarahan, frustrasi. Secara fisiologis munculnya reaksi muka memerah, pucat, lemah dan merasa tidak sehat, jantung berdebar-debar, gemetar, sakit perut, pusing, badan kaku dan berkeringat dingin (Lubis, Ramadhani and Rasyid, 2021).

Solusi untuk menghindari siklus menstruasi tidak normal yaitu menghindari stres berlebihan seperti mengerjakan tugas satu persatu sesuai jadwal, mencukupi kebutuhan tidur dan meminta bantuan kepada keluarga / orang tua apabila ada materi pelajaran yang tidak dipahami. Selain itu, upaya untuk mencegah terjadinya gangguan siklus menstruasi yaitu mengurangi stres dengan penggunaan mekanisme koping yang baik misalnya dengan mengatur diet dan nutrisi, istirahat dan tidur, berolahraga, berhenti merokok, menghindari minuman keras, mengatur berat badan, mengatur waktu dengan tepat, terapi psikofarmaka, terapi somatis dan terapi religius (Anjarsari, 2020).

Berdasarkan penjabaran permasalahan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi.

1.2 Rumusan Permasalahan

“Apakah terdapat Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

“Mengetahui Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi”.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui stres akademik pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi.
- 2) Mengetahui siklus menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi.
- 3) Menganalisis hubungan stres akademik dengan siklus menstruasi Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Menambah referensi dan sarana pengembangan ilmu bagi peneliti tentang dampak stres akademik terhadap perubahan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir.

1.4.2 Praktis

- 1) Bagi Mahasiswi Tingkat Akhir
dapat dijadikan bahan pertimbangan atau kontribusi bagi mahasiswi tingkat akhir untuk menghindari stres agar tidak terjadi masalah menstruasi.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai bahan evaluasi dan referensi tentang stres akademik dengan siklus menstruasi.

3) Bagi Institusi

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi instansi pendidikan khususnya Universitas dr. Soebandi Jember untuk lebih memahami tentang hubungan stres akademik dengan siklus menstruasi.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

	Penelitian Sebelumnya	Penelitian Sekarang
Judul	Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Yayasan Ranah Minang Padang	Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi
Tempat Penelitian	Yayasan Ranah Minang Padang	Universitas dr.Soebandi
Tahun Penelitian	2021	2022
Sampel	63 mahasiswi	81 mahasiswi
Peneliti	Leni Tri Wahyuni , Wahyu Alvia Aisyara	Afi Faturrohmah
Desain Penelitian	Desain penelitian adalah analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional	Desain penelitian adalah analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional
Teknik Sampling	proportional random sampling	Total Sampling

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Stres Akademik

2.1.1 Pengertian Stres Akademik

Stres akademik atau *academic stressor* bersumber dari proses belajar mengajar yang mempengaruhi proses berfikir, fisik, emosi dan perilaku yang ditimbulkan. Mahasiswa sangat rentan mengalami stres akademik diakibatkan oleh tuntutan untuk berfikir lebih tinggi dan kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan dalam kehidupan sosial masyarakat. Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok individu yang merupakan bagian dari sasaran integrasi akademik, menjadi kelompok yang rentan untuk mengalami ketidakseimbangan *homeostatis* akibat stres yang berasal dari kehidupan akademik. Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stres yang bisa dialami mahasiswa. Mahasiswa tergolong usia remaja akhir dengan kisaran usia 18 – 20 tahun (Sari, 2020)

2.1.2 Penggolongan Stres

Menurut Seto et al (2020) menyatakan bahwa penggolongan stres terdiri dari dua jenis yaitu Eustress dan Distress, adapun penjelasannya sebagai berikut :

1) *Eustress*

Eustress membuat seseorang menjadi bersemangat dan meningkatkan konsentrasi belajar. *Eustress* bersifat menyenangkan dan merupakan pengalaman yang memuaskan dapat juga meningkatkan kesiagaan mental, kewaspadaan, kognisi, dan performansi individu dan dapat meningkatkan motivasi individu untuk menciptakan sesuatu, misalnya menciptakan karya seni.

2) *Distress*

Distress adalah stres yang sifatnya tidak menyenangkan dan bersifat negatif. *Distress* memberikan berbagai dampak negatif seperti menjadi gugup, tekanan darah tinggi, mudah marah, dan sulit berkonsentrasi. Stres akademik tergolong stres negatif (*distress*). Stres akademik terjadi didalam lingkungan pendidikan. Stres negatif ini muncul ketika mahasiswa dihadapkan dengan tuntutan-tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa.

2.1.3 Reaksi Terhadap Stres

Menurut Apriliani et al., (2021) bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa dapat dilihat berdasarkan stressor biologis dan stressor psikologis sebagai berikut:

1) Faktor biologis

mengenai bagaimana reaksi tubuh terhadap suatu peristiwa yang mengancam, reaksi tersebut sebagai *fight-or-flight response* karena

respon fisiologis mempersiapkan individu untuk menghadapi atau menghindari situasi yang mengancam tersebut. *Fight-or-flight response* menyebabkan individu dapat berespon dengan cepat terhadap situasi yang mengancam. Akan tetapi bila arousal yang tinggi terus-menerus muncul dapat membahayakan kesehatan individu. dampak dari stres pada aspek biologis, mahasiswa mengalami sakit kepala, pusing, bertambah atau turunnya berat badan secara drastis hingga mengalami gangguan pernafasan dan pencernaan, contohnya genetik, pola hidup, status kesehatan, dan riwayat masa lalu.

2) Faktor psikologis

Pada aspek psikologis, mahasiswa merasakan bahwa daya ingat yang menurun hingga menunda pengerjaan tugas atau hal lain, contohnya kecerdasan, kemampuan komunikasi, kepribadian diri, pengalaman masa lalu, motivasi, kepercayaan diri, dan kontrol diri.

(1) Kognisi

Stres dapat melemahkan ingatan dan perhatian dalam aktivitas kognitif. Stresor berupa kebisingan dapat menyebabkan defisit kognitif pada anak-anak. Kognisi juga dapat berpengaruh dalam stres. Individu yang terus menerus memikirkan stresor dapat menimbulkan stres yang lebih parah.

(2) Emosi

Emosi cenderung terkait dengan stres. Individu sering menggunakan keadaan emosionalnya untuk mengevaluasi stres.

Proses penilaian kognitif dapat mempengaruhi stres dan pengalaman emosional. Reaksi emosional terhadap stres yaitu rasa takut, phobia, kecemasan, depresi, perasaan sedih, dan rasa marah.

(3) Perilaku Sosial

Stres dapat mengubah perilaku individu terhadap orang lain. Individu dapat berperilaku menjadi positif maupun negatif. Bencana alam dapat membuat individu berperilaku lebih kooperatif, dalam situasi lain, individu dapat mengembangkan sikap bermusuhan. Stres yang diikuti dengan rasa marah menyebabkan perilaku sosial negatif cenderung meningkat sehingga dapat menimbulkan perilaku agresif. Stres juga dapat mempengaruhi perilaku membantu pada individu.

2.1.4 Jenis Stres Akademik

Menurut Hadi Irwan et al (2021) stres secara umum dibagi menjadi dua diantaranya:

1) Stres akut

Stres akut ialah respon tubuh terhadap ancaman tertentu, tantangan atau ketakutan. Respon dari stres akut secara intensif di beberapa keadaan dapat menimbulkan seseorang merasa gemetar.

2) Stres kronis

Stres kronis ialah stres yang lebih sulit untuk diatasi dan mempunyai efek jangka panjang.

2.1.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik

Menurut Tasalim Rian (2021) terdapat 6 faktor yang mempengaruhi individu mengalami stres akademik diantaranya:

1) Adaptasi proses belajar

Setiap individu memiliki perbedaan dalam kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, ada yang mudah dan ada pula yang sulit untuk beradaptasi. Individu yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi akan mengalami gangguan dalam proses belajar-mengajar, mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan bahkan bisa menimbulkan stres.

Menurut Mardiaty dalam (Tasalim Rian, 2021), terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi mahasiswa mengalami kejadian stres diantaranya:

1) Cara dosen dalam mengajar

Sebagai dosen harus bisa memilih metode yang tepat dalam penyampaian materi kepada mahasiswanya, karena metode pembelajaran yang tepat dan menarik akan membuat mahasiswa merasa tertarik untuk memperhatikan dan tidak membuat mahasiswa

jenuh dalam proses belajar mengajar sehingga materi yang disampaikan dapat mudah dipahami serta menyenangkan untuk dipelajari.

2) Jadwal perkuliahan

Jadwal perkuliahan yang dapat berubah kapan saja dan tidak konsisten dapat membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu untuk melakukan kegiatan lainnya, baik kegiatan didalam kampus maupun diluar kampus. Jadwal perkuliahan yang tidak konsisten tentunya dapat membuat mahasiswa merasa stres hingga tertekan.

3) Relasi teman

Relasi teman menjadi faktor yang paling dominan yang dapat mempengaruhi tingkat stres mahasiswa. Mahasiswa akan mengalami kesulitan belajar jika mereka tidak dapat beradaptasi dan bergaul dengan temannya, yang pada akhirnya akan membuat mahasiswa tersebut kesulitan untuk menyelesaikan suatu masalah dalam proses belajar karena tidak adanya dukungan dan bantuan dari teman disekitarnya.

4) Kurang motivasi akademik

Rendahnya motivasi seseorang dapat meningkatkan stres dan dapat membuat seseorang merasa tidak mampu untuk menyesuaikan diri

dan tidak dapat membagi waktu antara kegiatan akademik dan kegiatan non-akademik. Banyaknya tuntutan yang harus diselesaikan dan kurangnya motivasi dari orang terdekat dapat menyebabkan stres pada mahasiswa.

5) Koping yang tidak adekuat

Mekanisme koping merupakan cara seseorang keluar dari stres atau trauma, serta membantu seseorang dalam mengelola emosi yang menyakitkan. Seseorang yang memiliki mekanisme koping yang baik akan dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, berbalik dengan seseorang yang memiliki mekanisme koping yang buruk maka akan menyebabkan dirinya tidak mampu dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya dan pada akhirnya menimbulkan stres.

6) Pembelajaran sistem blok

Pembelajaran sistem blok merupakan pengelompokkan jam belajar efektif dalam satuan waktu dimana pada awal hingga ujian semester mahasiswa mendapatkan materi teori dan pada akhir semester mahasiswa melakukan praktikum dan ujian praktikum. Ujian praktikum yang dilakukan untuk mengevaluasi hasil belajar yang telah dilaksanakan sebelumnya. Saat ujian praktikum sedang dilaksanakan, respon setiap mahasiswa akan berbeda-beda. Mahasiswa yang tidak mempersiapkan dengan baik maka akan

mengalami stres pada saat berhadapan dengan dosen penguji. Mahasiswa yang mengalami stres biasanya pada saat ujian praktikum berlangsung akan mengalami beberapa hal diantaranya, tangan dan kaki gemetaran, denyut nadi meningkat, selalu ingin buang air kecil, sulit berkonsentrasi dan pada akhirnya akan berdampak pada hasil kelulusan ujian. Penyusunan tugas akhir mahasiswa pada tingkat akhir akan berhadapan dengan tugas akhir mahasiswa (karya tulis ilmiah, skripsi, tesis ataupun disertasi) yang digunakan sebagai syarat untuk mengikuti prosesi kegiatan yudisium ataupun wisuda. Dalam penyusunan tugas akhir biasanya mahasiswa banyak yang mengalami stres dikarenakan belum menemukan dan menentukan masalah yang ingin diteliti, tidak tersedianya referensi yang banyak, lamanya balasan dosen pembimbing, mendapatkan pembimbing yang sibuk.

2.1.6 Aspek Stres Akademik

Menurut Richard et al, (2022) menjelaskan bahwa terdapat 3 aspek stres akademik diantaranya:

1) Ekspektasi akademik (*Academic Expectation*)

Aspek ini merupakan hal yang berkaitan dengan harapan akademik yang tinggi terhadap mahasiswa, harapan bisa berasal dari diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya seperti keluarga maupun dosen atau guru.

2) Tuntutan perkuliahan dan ujian (*Faculty work and examinations*)

Aspek ini merupakan hal yang berkaitan dengan pandangan mahasiswa terhadap segala bentuk tuntutan perkuliahan dan ujian. Tuntutan perkuliahan yang berlebihan serta kesulitan dalam menghadapi ujian.

3) Persepsi diri akademik mahasiswa (*Student academic self perception*)

Aspek ini merupakan hal yang berkaitan dengan persepsi kemampuan individu yang negatif dalam bidang akademik. Persepsi ini muncul ketika mahasiswa tidak mampu dalam memenuhi tuntutan akademik.

2.1.7 Dampak Stres Akademik

Menurut Tasalim Rian (2021) berikut dampak yang diakibatkan ketika seseorang mengalami stres akademik, diantaranya :

1) Perubahan status gizi

Seseorang yang mengalami stres akan terjadi pelepasan beberapa hormon yang dapat mempengaruhi perilaku makan dan asupan zat gizi seseorang. Perilaku makan yang tidak sehat dalam jangka waktu lama dapat mempengaruhi berat badan seseorang. Berat badan yang tidak terkontrol dapat mempengaruhi status gizi seseorang.

2) Gejala gastrointestinal

Gejala ini merupakan kumpulan dari beberapa gejala yang ada pada saluran pencernaan. Gejala ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor,

salah satu diantaranya yaitu stres. Gejala yang dirasakan pada orang yang mengalami stres yaitu nyeri pada perut, gejala pada kerongkongan (*esofageal*), gejala pada kekuatan otot *esofagus*, lambung dan usus yang tidak bekerja dengan semestinya, gejala pada usus dan gangguan air besar yang dimana seseorang akan mengalami kehilangan kemampuan untuk mengendalikan proses pembuangan melalui anus.

3) Sindrom Dispepsia Fungsional

Merupakan kumpulan dari beberapa gejala yang muncul dan dirasakan oleh seseorang. Gejala yang dirasakan yaitu perut terasa penuh setelah makan, cepat merasa kenyang, terdapat nyeri pada bagian ulu hati atau merasa terbakar tanpa adanya penyebab yang pasti dan sering bersendawa. Orang yang mengalami stres dapat meningkatkan sekresi asam lambung yang merupakan penyebab utama dalam kejadian sindrom dispepsia fungsional.

4) *Dismenore*

Merupakan rasa nyeri yang dirasakan wanita ketika sedang mensturasi yang dapat menyebabkan terganggunya aktivitas secara normal. Ketika seseorang merasa stres akan timbul rasa nyeri dan dapat pula memperberat rasa nyeri. Stres juga dapat memperburuk nyeri yang dirasakan ketika pertama kali mensturasi.

5) Gangguan pola tidur

Gangguan pola tidur yang sering terjadi ketika seseorang mengalami stres yaitu, sulit untuk tidur, sering terbangun pada saat tidur, tidak tenang saat tidur dan kesulitan dalam mempertahankan tidur.

6) Kejadian acne vulgaris

Acne vulgaris atau biasa disebut dengan jerawat merupakan salah satu penyakit kulit yang paling umum. *Acne vulgaris* muncul karena beberapa faktor, salah satunya yaitu faktor stres. Pada sebagian orang yang mengalami stres menjadi penyebab timbulnya acne yang berlebihan.

7) Penurunan prestasi belajar

Faktor-faktor yang dapat menghambat prestasi belajar bukan hanya dipengaruhi dari dalam diri mahasiswa sendiri, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar mahasiswa misalnya lingkungan keluarga, masyarakat, maupun lingkungan kampus itu sendiri.

2.1.8 Tahapan Stres Akademik

Hidayat dalam Tasalim Rian (2021) menyatakan bahwa gejala yang dialami seseorang pada saat stres sering kali tidak disadari karena perjalanan awal tahapan stres timbul secara lambat. Stres akan dirasakan saat tahapan gejala sudah lanjut dan mengganggu aktivitas. Tahapan stres diantaranya sebagai berikut:

1) Stres Tahap I

Tahapan ini merupakan tahapan yang paling ringan dan disertai perasaan-perasaan sebagai berikut:

- (1) Semangat yang berlebihan,
- (2) Penglihatan tajam tidak sebagaimana biasanya,
- (3) Merasa mampu menyelesaikan pekerjaan dari biasanya, tetapi tanpa disadari cadangan energi dihabiskan,
- (4) Merasa senang dengan pekerjaan itu dan semakin bertambah semangat, tetapi tanpa disadari cadangan energi semakin menipis.

2) Stres Tahap II

- (1) Merasa letih sewaktu bangun pagi, yang seharusnya dimana ketika bangun pagi merasa segar bugar,
- (2) Merasa mudah lelah dan merasa letih ketika menjelang sore hari,
- (3) Sering mengeluh perut tidak nyaman atau asam lambung meningkat dan detakan jantung berdebar lebih keras dari biasanya,
- (4) Otot punggung dan tengkuk terasa tegang.

3) Stres Tahap III

Bila seseorang memaksakan diri dalam melakukan kegiatan atau rutinitas, maka akan menunjukkan keluhan yang semakin nyata dan mengganggu diantaranya sebagai berikut:

- (1) Keluhan gastritis dan diare,
- (2) Ketegangan otot semakin terasa,
- (3) Ketegangan emosional semakin meningkat,
- (4) Gangguan pola tidur (insomnia).

4) Stres Tahap IV

- (1) Aktivitas atau rutinitas yang biasanya dilakukan semula menyenangkan menjadi membosankan dan terasa lebih sulit,
- (2) Seseorang yang semula tanggap terhadap situasi menjadi kehilangan kemampuan untuk merespons secara memadai atau adekuat,
- (3) Sering kali tidak bersemangat dan menolak ajakan,
- (4) Konsentrasi dan daya ingat menurun,
- (5) Timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya.

5) Stres Tahap V

Bila keadaan berkelanjutan, maka seseorang akan jatuh ke stres tahap ini, yang ditandai dengan:

- (1) Kelelahan fisik dan mental semakin mendalam,
- (2) Ketidakmampuan menyelesaikan pekerjaan sehari-hari yang ringan,
- (3) Gangguan sistem pencernaan semakin berat,
- (4) Mudah merasa bingung dan panik.

6) Stres Tahap VI

Tahapan ini merupakan tahapan klimaks, yang dimana seseorang mengalami serangan panik (*panic attack*). Gambaran pada tahap ini sebagai berikut:

- (1) Debaran jantung terasa amat keras,
- (2) Sesak dan susah bernafas,
- (3) Badan terasa gemetar dan berkeringat,
- (4) Ketiadaan tenaga untuk melakukan hal-hal yang ringan.

2.1.9 Respon Stres Akademik

Menurut Tasalim Rian (2021) menyatakan, jika seseorang mengalami stres akademik maka respon yang muncul antara lain:

1. Pemikiran: tidak percaya diri, sulit konsentrasi, perasaan waswas, takut tidak berhasil.
2. Perilaku: susah/sering tidur, banyak/sedikit makan, menarik diri.
3. Respon tubuh: bibir kering, telapak tangan berkeringat, sakit kepala, frekuensi detak jantung meningkat.
4. Perasaan: mudah marah, muram, sedih dan sering bimbang.

2.1.10 Tingkat Stres Akademik

Menurut Tasalim Rian (2021) menyampaikan bahwa setiap individu mempunyai tingkatan stres yang berbeda-beda, tingkatan stres secara umum diantaranya:

1) Stres normal

Setiap manusia pasti akan mengalami stres normal, bahkan saat dalam kandunganpun bayi akan mengalami stres normal ini. Gejala stres normal biasanya muncul saat dalam situasi kelelahan, takut, jantung berdebar-debar.

2) Stres ringan

Merupakan kejadian stres yang dialami selama beberapa menit sampai beberapa jam. Gejala dari stres ringan adalah bibir kering, bernafas terengah-engah, kesulitan menelan, berkeringat berlebihan saat temperatur normal, takut tanpa alasan yang jelas dan merasa lega saat situasi berakhir.

3) Stres sedang

Stres ini berlangsung lebih lama berkisar beberapa jam sampai beberapa hari. Stres sedang dapat terjadi saat terdapat masalah perselisihan yang tidak bisa terselesaikan. Gejala yang timbul yaitu, mudah marah, bereaksi berlebihan, sulit beristirahat, merasa cemas hingga mengalami kelelahan.

4) Stres berat

Stres ini dapat dialami mulai dari beberapa minggu hingga beberapa tahun. Stres ini dapat menimbulkan gejala tidak dapat merasakan perasaan positif, tidak kuat melakukan kegiatan, merasa pesimis secara berlebihan, sedih, tertekan dan sangat mudah untuk putus asa.

2.2 Menstruasi

2.2.1 Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah siklus discharge fisiologik darah dan jaringan mukosa melalui vagina dari uterus yang tidak hamil di bawah kendali hormonal dan berulang tanpa adanya kehamilan selama periode reproduktif. Menstruasi biasanya berlangsung selama lima sampai tujuh hari dan rata – rata darah yang keluar adalah 35 – 50 ml tanpa bekuan darah. Siklus menstruasi adalah perubahan fisiologis dalam endometrium yang berulang dengan interval yang teratur selama reproduksi (Sari, 2020).

Menstruasi / haid dipengaruhi oleh RH (*Realizing hormone*) yang disalurkan dari *hipotalamus* ke *Hipofisis*. Pengeluaran RH sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik estrogen terhadap Hipotalamus juga pengaruh dari luar seperti cahaya, bau-bauan, dan hal-hal psikologik. memproduksi hormon- hormon reproduksi. Haid terkait erat dengan sistem hormon yang diatur otak, tepatnya dikelenjar hipofisa. Sistem hormonal ini akan mengirimkan sinyal ke Indung telur untuk memproduksi sel telur. Bila sistem pengaturan ini terganggu, otomatis siklus haid pun akan terganggu. Baik siklus pendek maupun panjang, sama-sama menunjukkan ketidaknormalan pada sistem metabolisme dan hormonal (Mayasari Bety, Arismawati Fitra Dian, 2021).

2.2.2 Proses Terjadinya Menstruasi

Menurut (Sinaga Ernawati et al., 2017) dalam proses terjadinya menstruasi terjadi empat tahap yang dapat di jabarkan sebagai berikut:

- 1) Post menstruasi
- 2) Fase proliferasi
- 3) Fase sekresi
- 4) Penurunan sekresi estrogen dan progesteron

Masing-masing tahap dapat di jabarkan secara singkat sebagai berikut.

- 1) Post menstruasi

Setelah 2/3 bagian *kompakta* dan *stratum spongiosa* mengalami deskuamasi dalam bentuk perdarahan menstruasi, keadaan

endometrium sampai hari ke V mengalami masuk ke fase proliferasi dini dengan anatomis sebagai berikut.

- (1) darah:A. spiralis tidak ada, hanya terdapat pembuluh darah lurus dan sejajar dengan permukaan.
- (2) Infiltrasi sel Endometrium tipis kurang dari 2 mm
- (3) Pembuluh leukosit sudah tidak di jumpai.
- (4) *Epithelialisasi* mulai tumbuh.
- (5) Kelenjar mengalami pembelahan mitosis yang berlangsung sampai dengan hari ke tiga setelah ovulasi.

2) Fase proliferasi

- (1) Terjadi kelanjutan *hiperplasia endometrium*, karena rangsangan oleh *estradiol 17 beta, esterogen*, dan derivatnya.
- (2) *Stroma endometrium* makin longgar.
- (3) Kelenjar lebih lebar, lebih meninggi, susunan *pseudosel* bertatah karena terjadi tumpang tindih sel.
- (4) Pembuluh darah:A. Spiralis lebih berkelok-kelok, karena relatif lebih panjang dari pada ketebalan endometrium.
- (5) Pembentukan pembuluh darah kapiler menjulur sampai ke permukaan endometrium sebagai persiapan untuk memberikan nutrisi saat terjadi sentuhan pertama blastokis sebagai titik awal implantasi.

Kedua fase proliferasi berlangsung sampai hari ke-14, berakhir dengan terjadinya proses ovulasi.

2) Fase Sekresi

Setelah menjadi ovulasi folikel *de graaf* berubah menjadi korpus luteum, dalam bentuk singkat dan diikuti terbentuknya korpus luteum yang mengeluarkan dua hormon steroid, yaitu estrogen dan progesteron. Kedua hormon ini mengubah fase proliferasi endometrium menjadi fase sekresi. Pemeriksaan histopatologi menunjukkan bahwa tidak banyak terjadi perubahan antar fase proliferasi lanjut dengan fase sekresi, kecuali pengeluaran cairan kelenjar semakin banyak jumlahnya.

Umur korpus luteum bersifat tetap yaitu 8 hari, sementara sementara menurut perhitungan sejak terjadinya konsepsi yang sebagian besar terjadi pada ampulla tubae, tumbuh kembang hasil konsepsi dan perjalanannya menuju endometrium memerlukan waktu 6 hari. Pada hari keenam atau hari ke-20 sejak hari pertama menstruasi, hasil konsepsi dalam bentuk "*blastokist*" melakukan kontak pertama dengan endometrium yang relatif telah siap menerima hasil konsepsi itu.

Sentuhan ini menimbulkan perubahan umur korpus luteum yang dapat berlangsung sampai pembentukan plasenta sempurna yaitu minggu ke-16. Bertahannya korpus luteum terus sampai membentuk plasenta sempurna di namakan korpus luteum gravidarum. Jika tidak terjadi konsepsi, umur korpus luteum tetap 8 hari, dan disebut korpus luteum menstruatitis (menstruadika). Dalam bentuk ini terjadi

penurunan pengeluaran estrogen dan progesteron yang menimbulkan beberapa perubahan lokal dalam endometrium, sebagai persiapan menstruasi dan pengeluaran siklus lebih lanjut.

3) Penurunan sekresi estrogen dan progesteron

Dalam endometrium "*transforming growth factor*", yang akan mengubah arah tumbuh kembang endometrium. *Transforming Growth Factor (TGF)* akan mendorong aktivitas progesteron menuju pembentukan desiduas, jika terjadi fertilisasi dan jika tidak terjadi fertilisasi akan mendorong aktivitas progesteron untuk proses menstruasi. Dalam darah menstruasi banyak dijumpai prostaglandin sehingga diduga bahwa prostaglandin memegang peranan penting sebagai lokal hormonal dalam proses terjadi menstruasi.

Penurunan pengeluaran progesteron yang semula berjumlah 40-50mg/hari mulai sejak umur pertengahan korpus luteum. Penurunan ini akan berdampak hilangnya pertahanan membran yang banyak mengandung fosfolipid sehingga dikeluarkannya asam arakidonat dengan jumlah yang makin meningkat sejalan dengan makin menurunnya konsentrasi progesteron darah.

Demikian sel lisosom di struma endometrium makin mampu melakukan sintesis untuk membentuk mata rantai reaksi biokimia sehingga dihasilkan leukotrien yang menyebabkan terjadinya infiltrasi leukosit ke dalam jaringan endometrium. Di samping itu, sebagian

besar asam arakidonat mengikuti matarantai reaksi sehingga terbentuk PGF₂, tromboksan untuk vasokonstriksi pembuluh darah arterispiralis. Bersamaan dengan reaksi tersebut di bentuk juga prostasiklin sebagai faktor vasodilatasi.

2.2.3 Pengukuran Stres

Tingkatan stres bisa diukur atau dinilai dengan menggunakan salah satu cara yaitu melalui pengisian kuesioner (Tasalim Rian, 2021), di berbagai penelitian kuesioner yang banyak digunakan untuk pengukuran tingkat stres yaitu:

- 1) Kuesioner HASS/Col (*Hassles Assessment Scale for Students in College*)
- 2) Kuesioner SDS (*Survey Diagnostic Stress*)
- 3) Kuesioner PSS (*Stress Perceived Scale*)
- 4) Kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) 21
- 5) Kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) 42
- 6) Kuesioner KPDS (*Kessler Psychological Distress Scale*)
- 7) Kuesioner SUDS (*Subjective Unit of Distress Scale*)
- 8) Kuesioner PASS (*Perception of Academic Stress Scale*).

2.2.4 Gangguan Siklus Menstruasi

1) Gangguan Jumlah Darah dan Lamanya Menstruasi

(1) *Hipermenorea*

Hipermenorea adalah bentuk gangguan siklus menstruasi tetap teratur, jumlah darah yang dikeluarkan cukup banyak dan terlihat dari pembalut yang dipakai dan gumpalan darahnya.

(2) *Hipomenorea*

Hipomenorea adalah bentuk kelainan pada siklus menstruasi tetap teratur sesuai dengan jadwal menstruasi, jumlahnya sedikit, dengan kenyataan tidak banyak berdarah.

2) Pola Siklus Menstruasi

(1) *Eumenorrhea* yaitu siklus menstruasi yang teratur dengan interval perdarahan yang terjadi antara 21-35 hari.

(2) *Polimenorea* siklus haid lebih pendek dari normal, yaitu kurang dari 21 hari, perdarahan kurang lebih sama atau lebih banyak daripada haid normal. Penyebab dari *polimenorea* ialah gangguan hormonal, kongesti ovarium karena peradangan, endometriosis, dan lain sebagainya. Pada gangguan hormonal terjadi gangguan ovulasi yang dapat menyebabkan pendeknya masa luteal. Diagnosis dan pengobatan membutuhkan pemeriksaan hormonal dan laboratorium lain.

- (3) *Oligomenorea* siklus haid lebih panjang dari normal, yaitu dimana siklus haid lebih dari 35 hari, dengan perdarahan yang lebih sedikit dan bisa juga lebih banyak. Umumnya pada kasus ini kesehatan penderita tidak terganggu dan fertilitas cukup baik.
- 4) *Amenorrhea* keadaan dimana tidak keluarnya darah haid selama minimal 3 bulan berturut-turut. *Amenorea* dibagi menjadi 2, yaitu amenorea primer dan sekunder. *Amenorea* primer adalah keadaan dimana seorang perempuan berumur 18 tahun atau lebih tidak pernah mengalami haid, umumnya dihubungkan dengan kelainan-kelainan kongenital dan genetik. *Amenorea* sekunder adalah kondisi dimana seorang pernah mendapatkan haid, tetapi kemudian tidak mendapatkan haid, biasanya merujuk pada gangguan gizi, gangguan metabolisme, tumor, penyakit infeksi, dan lain-lain. Ada pula amenorea fisiologis yaitu masa sebelum pubertas, masa kehamilan, masa laktasi, dan setelah menopause.
- 5) Pendarahan di Luar Haid dapat disebabkan oleh keadaan yang bersifat hormonal dan kelainan anatomis. Pada kelainan hormonal terjadi gangguan poros hipotalamus-hipofise, ovarium (indung telur), dan rangsangan estrogen dan progesterone dengan bentuk perdarahan yang terjadi diluar menstruasi,

bentuknya bercak dan terus menerus dan perdarahan menstruasi (Suparyanto dan Rosad, 2015).

2.2.5 Keluhan Pada Masa Menstruasi

Menurut Puspita Maya Irma et al (2022) beberapa keluhan yang muncul pada saat menstruasi:

1) Nyeri Haid (*Dismenorrhoe*)

Yaitu gangguan pada saat menstruasi perempuan terkadang mengalami nyeri menstruasi biasanya yang terjadi pada umumnya berupa kram dan berpusat di bagian perut bawah. Rasa kram ini berjangkauan dengan nyeri punggung bawah, mual muntah, sakit kepala atau diare. Sifat rasa nyerinya sangat bervariasi mulai dari yang ringan hingga berat. Untuk yang berat lazim atau disebut dengan dysmenorrhea keadaan nyeri yang hebat itu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Nyeri haid ada 2 macam yaitu:

(1) Nyeri Haid Primer

Proses normal yang timbul haid pertama menstruasi, kram menstruasi primer disebabkan oleh kontraksi otot rahim yang sangat intens, yang capek untuk melepaskan lapisan dinding rahim yang tidak diperlukan lagi. *Dismenorea* primer disebabkan oleh zat kimia alami yang diproduksi oleh sel-sel lapisan dinding rahim yang disebut prostaglandin. Prostaglandin akan merangsang otot-otot

halus dinding rahim berkontraksi. Semakin tinggi kadar prostagladin, kontraksi akan makin kuat, sehingga rasa nyeri akan pulih sendiri dengan berjalannya waktu, tepatnya setelah stabilnya hormon tubuh atas perubahan posisi rahim setelah menaruh dan melahirkan. Namun berlebihan jika dipengaruhi oleh faktor psikis dan fisik, seperti stres, shock, penyempitan pembuluh darah, penyakit yang menahun, kurang darah, dan kondisi tubuh yang menurun gejala tersebut tidak membahayakan kesehatan.

(2) Nyeri Haid Sekunder

Dismenorea sekunder disebabkan oleh beberapa penyebab fisik, biasanya terjadi di kemudian hari. Kemungkinan disebabkan oleh kondisi medis lain, seperti penyakit radang panggul atau *endometriosis*. Perlu diketahui, kondisi ini umum terjadi pada wanita dan juga bisa disebabkan oleh kondisi medis lain, biasanya yang paling sering adalah *endometriosis*. Ini merupakan kondisi di mana jaringan *endometrium* tertanam di luar rahim. *Endometriosis* sering menyebabkan perdarahan internal, infeksi, dan nyeri panggul. Beberapa kondisi yang dapat menyebabkan *dismenore* sekunder yaitu seperti:

1) *Endometriosis*

Endometriosis adalah kondisi dimana jaringan yang melapisi rahim (*endometrium*) ditemukan di luar rahim.

2) Penyakit radang panggul

Penyakit radang panggul adalah infeksi yang disebabkan oleh bakteri yang berawal di dalam rahim dan dapat menyebar ke organ reproduksi lainnya.

3) *Stenosis*

Stenosis (penyempitan) *serviks*, yang merupakan bagian bawah rahim, bisa disebabkan oleh jaringan parut, serta kekurangan estrogen setelah *menopause*. Dinding bagian dalam rahim mungkin memiliki pertumbuhan yang disebut fibroid.

2.2.6 Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi

Menurut Ani Murti et al (2022) adapun faktor risiko dari variabilitas siklus menstruasi adalah sebagai berikut:

1) Usia

Usia menarche yang terlambat berhubungan dengan gangguan siklus menstruasi. Rata-rata usia menarche di Indonesia adalah 13 tahun (20,0%). Sebagian besar terlambatnya menarche bisa bersifat sementara yang merupakan gejala dari aksis hipotalamus-hipofisis-ovarium yang belum matang.

2) Berat badan (Status Gizi)

Berat badan dan perubahan berat badan mempengaruhi fungsi menstruasi. Penurunan berat badan akan dan sedang menyebabkan gangguan pada fungsi ovarium, tergantung derajat tekanan pada ovarium dan lamanya penurunan berat badan, kondisi patologis seperti berat badan yang kurang/kurus dan anorexia nervosa yang menyebabkan penurunan berat badan yang berat menimbulkan amenorrhoea. Untuk mengetahui seseorang memiliki kekurangan dan kelebihan berat badan dapat diukur dengan cara menghitung indeks massa tubuh (IMT) ini merupakan alat sederhana untuk memantau status gizi seseorang. Indeks massa tubuh (IMT) adalah indeks sederhana dari berat badan terhadap tinggi badan yang digunakan untuk mengklasifikasikan kelebihan berat badan dan obesitas pada orang dewasa. IMT didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter.

3) Aktifitas fisik

Tingkat aktifitas fisik yang sedang dan berat dapat membatasi fungsi menstruasi atlet wanita seperti pelari, senam balet memiliki resiko untuk mengalami *amenorrhoea*, *anovulasi*, dan defek pada fase luteal. Aktifitas fisik yang berat merangsang *Inhibisi Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH) dan aktifitas *gonadotropin* sehingga menurunkan level dari serum *esterogen*.

4) Stres

Stres menyebabkan perubahan sistemik dalam tubuh, khususnya system persarafan dalam hipotalamus melalui perubahan *prolactin endogeneous opiate* yang dapat mempengaruhi *elevasi kortisol* basal dan menurunkan *hormone lutein (LH)* yang menyebabkan *amenorrhea*.

5) Diet

Diet dapat mempengaruhi fungsi menstruasi. Vegetarian berhubungan dengan *anovulasi*, penurunan respon hormone pituitari, fase folikel yang pendek, tidak normalnya siklus menstruasi (kurang dari 10 kali/tahun). Diet rendah lemak berhubungan dengan panjangnya siklus menstruasi periode perdarahan. Diet rendah kadar kalori seperti daging merah dan rendah lemak berhubungan dengan *amenorrhea*.

2.3 Konsep Mahasiswa

2.3.1 Definisi Mahasiswa

Mahasiswa adalah “orang yang belajar di perguruan tinggi”. Pengertian tersebut terkait dengan orang yang tengah belajar, berusaha untuk mencari ilmu pengetahuan, pengalaman, keterampilan dan pembentukan kepribadian untuk bekal hidupnya di masa depan agar berbahagia di dunia dan akhirat. Seorang mahasiswa sudah memiliki bekal untuk mencari, menggali dan mendalami bidang keilmuan yang diminatinya dengan cara membaca, mengamati, memilih bahan-bahan bacaan untuk ditelaah selanjutnya dituangkan dalam berbagai karya ilmiah Mahasiswa juga kental

dengan nuansa kedinamisan dan sikap keilmuannya yang dalam melihat sesuatu berdasarkan kenyataan objektif, sistematis, dan rasional (Luluk Widya Ratna, 2018).

Mahasiswa merupakan seseorang yang mengikuti pembelajaran akademik maupun non-akademik di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta yang ditempuh dalam beberapa semester. Mahasiswa adalah orang yang mendalami suatu bidang (jurusan) secara khusus baik akademik maupun non-akademik untuk meningkatkan bakatnya sehingga bisa bekerja sesuai bidang yang diminati di dalam perguruan tinggi. Mahasiswa adalah jenjang tertinggi seseorang dalam menempuh pendidikan secara aktif di perguruan tinggi selama waktu yang telah ditentukan untuk mencapai cita-citanya (Lutfina Indrie et al., 2021).

2.3.2 Fungsi dan Peran Mahasiswa

Menurut Lutfina Indrie et al (2021) mengungkapkan beberapa fungsi dan peran mahasiswa diantaranya:

1) Intelektual akademisi

Mahasiswa adalah intelektual-intelektual muda yang merupakan aset bangsa yang berharga. Mereka beraktifitas dalam sebuah universitas yang merupakan simbol keilmuan. Kampus sendiri sampai sekarang masih dianggap sebagai benteng moral yang paling obyektif dan ilmiah.

2) Cadangan Masa Depan (iron stok)

perjalanan sang waktu menjadikan regenerasi menjadi sebuah keniscayaan. Mahasiswa adalah calon-calon pemimpin di masa yang akan datang. Mereka adalah kuncup yang perlu di pelihara supaya tumbuh dan berkembang menjadi bunga-bunga bangsa. Baik buruknya sebuah bangsa tergantung kepada baik buruknya pemuda dan mahasiswa saat ini.

3) Agen Perubahan (*agent of change*)

Mahasiswa seringkali menjadi pemicu dan pemacu perubahan-perubahan dalam masyarakat. Perubahan-perubahan yang dilakukan oleh mahasiswa terjadi dalam bentuk teoritis maupun praktis. Contohnya adalah mahasiswa menyusun sistem organisasi kemahasiswaannya secara desentralisasi (otonomi), di kemudian hari negarapun memerlukan sistem otonomi daerah.

2.3.3 Karakteristik Mahasiswa

Karakteristik merupakan ciri-ciri yang dimiliki setiap individu yang berhubungan semua aspek kehidupan dengan lingkungannya. Karakteristik mahasiswa merupakan ciri khas yang dimiliki setiap mahasiswa, hal yang menyebabkan karakteristik seseorang salah satunya ialah transisi atau perubahan kondisi individu yang signifikan. Perguruan tinggi dapat menjadikan seorang mahasiswa menemukan intelektual dan pertumbuhan kepribadiannya. Mahasiswa dapat berubah saat merespon kurikulum yang menawarkan wawasan dan cara berpikir yang baru seperti, mahasiswa lain

yang berbeda dalam soal pandangan dan nilai, merespon kultur mahasiswa yang berbeda dengan kultur pada umumnya, merespon anggota fakultas yang memberikan model baru. Memilih perguruan tinggi dapat mewakili pengejaran terhadap hasrat yang menggebu atau awal dari karir untuk masa depan (Paratita, 2022).

2.3.4 Masalah Mahasiswa

Seorang banyak mahasiswa memiliki tantangan sampai masalah yang harus dihadapi di dalam dunia perkuliahan (Paratita, 2022). Permasalahan yang sering

dialami oleh mahasiswa diantaranya:

1) Manajemen waktu

Banyaknya kegiatan yang diikuti membuat mahasiswa sulit dalam mengatur waktu. Solusinya ialah dengan membuat skala prioritas yang bisa disusun berdasarkan tingkat urgensi, kemampuan diri, kesempatan yang dimiliki, dan pertimbangan yang ingin di capai di masa yang akan datang.

2) Masalah finansial

Seorang mahasiswa harus bisa dalam mengatur finansial dengan baik dengan cara membuat catatan pengeluaran setiap harinya dan mempertimbangkan setiap kebutuhan.

3) Kompetensi dan keterampilan

Mulailah dengan atur waktu sebaik mungkin agar dapat menambah kegiatan untuk bisa meningkatkan keterampilan yang dimiliki.

4) Konflik batin dengan dosen

Ini bisa diatasi dengan cara mengubah pola pikir dan mengelola relasi dengan dosen untuk bekal menghadapi otoritas di dunia kerja, jangan selalu berprasangka yang belum tentu benar adanya.

5) Perubahan jadwal kuliah

Perubahan jadwal kuliah membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu untuk melakukan kegiatan lainnya. Akan tetapi, mahasiswa harus tetap menjadikan kuliah sebagai prioritas utama.

6) Deadline dan kuis dadakan

Sering kali terjadi saat perkuliahan, tetaplah belajar dan memahami setiap materi yang diberikan oleh dosen agar selalu siap menerima tantangan atau tugas apapun.

7) Adaptasi lingkungan

Menjadi seorang mahasiswa harus mulai belajar bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dalam menjaga dirinya dan menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan sekitarnya.

8) Stres dan depresi

Menjadi seorang mahasiswa harus bisa meningkatkan ketahanan diri juga ketahanan akademik agar tidak terjadinya stres dan depresi. Beberapa hal yang bisa dilakukan ialah belajar mengelola waktu dengan baik, mengelola emosi dan pikiran dengan baik, isi waktu dengan aktivitas yang bermanfaat, memperkuat relasi dengan keluarga, sahabat dan Tuhan agar bisa mengurangi permasalahan yang dihadapi.

2.4 Hubungan Stres akademik dengan Siklus Menstruasi

Stres seringkali membuat siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal ini terjadi karena stres sebagai rangsangan sistem saraf diteruskan ke susunan saraf pusat yaitu *limbic system* melalui transmisi saraf, selanjutnya melalui saraf autonom akan diteruskan ke kelenjar-kelenjar hormonal (*endokrin*) hingga mengeluarkan secret (cairan) neurohormonal menuju hipofisis melalui sistem pronal guna mengeluarkan gonadotropin dalam bentuk FSH dan LH, produksi kedua hormon tersebut dipengaruhi oleh *Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH) yang disalurkan dari *hipotalamus* ke *hipofisis*. Pengeluaran GnRH sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik estrogen terhadap hipotalamus sehingga selanjutnya mempengaruhi proses menstruasi (Ausrianti, 2019)

Gangguan pada siklus menstruasi melibatkan mekanisme regulasi intergratif yang mempengaruhi proses biokimia dan seluler seluruh tubuh termasuk otak dan psikologis. Pengaruh otak dalam reaksi hormonal terjadi

melalui jalur hipotalamus-hipofisis-ovarium yang meliputi multi efek dan mekanisme kontrol umpan balik. Pada keadaan stres terjadi aktivasi pada amygdala pada sistem limbik. Sistem ini menstimulasi pelepasan hormon dari hipotalamus yaitu *Corticotropic Releasing Hormone* (CRH). Hormon ini secara langsung akan menghambat sekresi GnRH hipotalamus pada tempat produksinya produksinya di *nucleus arkuata*. Proses ini kemungkinan terjadi melalui penambahan sekresi *opioid endogen*. Peningkatan CRH akan menstimulasi pelepasan endorfin dan *Adino Cortico Tropic Hormone* (ACTH) ke dalam darah. Endorfin sendiri merupakan opioid endogen yang perannya terbukti mengurangi rasa nyeri. Peningkatan hormon ACTH menyebabkan peningkatan pada kadar kortisol darah. Pada wanita gejala amenore hipotalamik menunjukkan keadaan hiperkortisolisme yang disebabkan adanya peningkatan CRH dan ACTH. Hormon-hormon tersebut secara langsung menyebabkan penurunan kadar GnRH, dimana melalui jalan ini stres menyebabkan gangguan siklus menstruasi. Dari yang tadinya siklus menstruasi normal menjadi *oligomenore*, *polimenorea*, atau *amenore*. Gejala klinis yang timbul ini tergantung pada derajat penekanan pada GnRH (Nurdianti, Rahmawati and Srimulyati, 2022). Disisi lain saat stres, tubuh akan memproduksihormon adrenalin, estrogen, progesteron serta prostaglandin yang berlebihan. Bila kadar estrogen tinggi maka akan memberikan umpan balik ke hipotalamus sehingga kadar GnRH akan menjadi rendah (Mantolas, Nurwela and Gerontini, 2019).

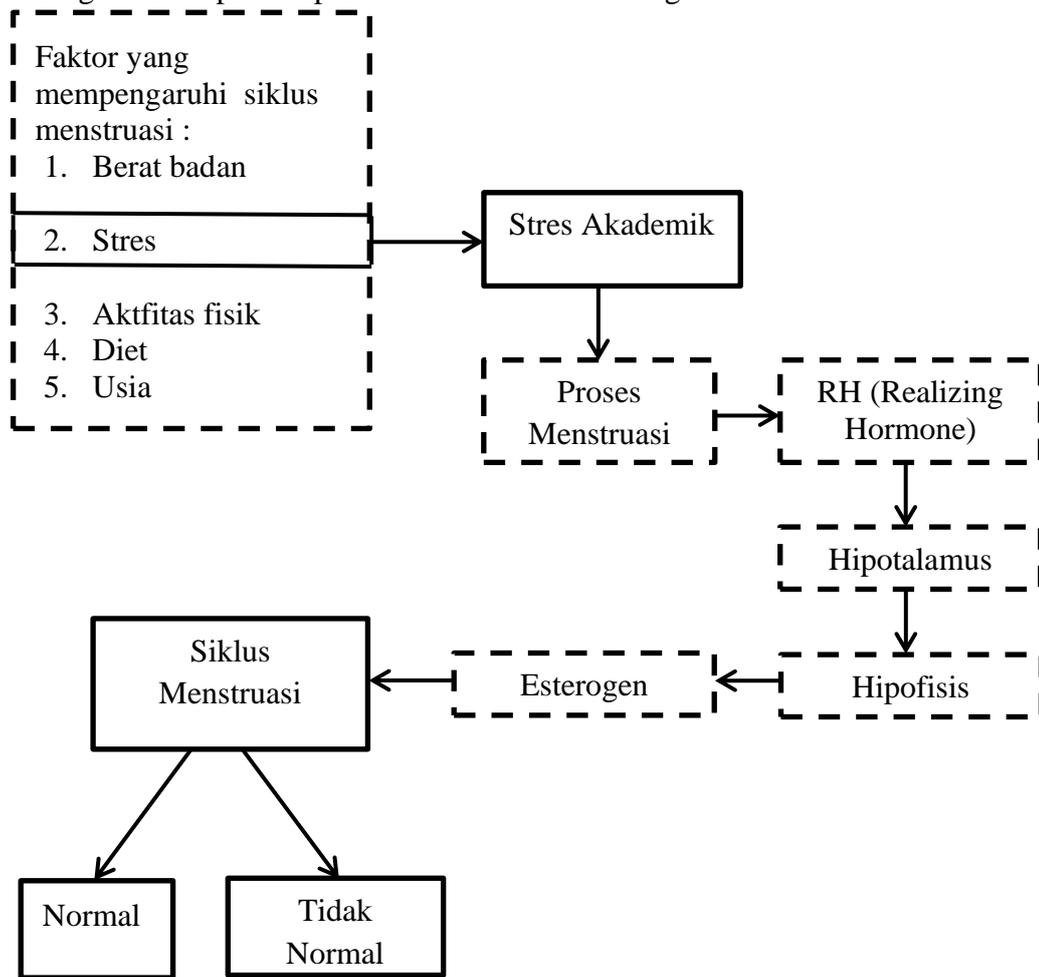
Berdasarkan hasil penelitian Sari, (2020) stres akademik memiliki hubungan yang erat dan signifikan dengan siklus menstruasi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Wahyuni & Aisyara, (2021) menunjukkan bahwa adanya hubungan stres akademik dengan siklus menstruasi. Dengan demikian diharapkan kepada mahasiswa agar tetap mempunyai koping yang baik terhadap akademik.

BAB 3
KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan fokus penelitian yang akan diteliti,

Kerangka konsep dari penelitian ini adalah sebagai berikut :



Keterangan: : Diteliti
 : Tidak diteliti

Gambar 3 1 Kerangka konsep

3.2 Deskripsi Kerangka Konsep

Input dari kerangka konsep di atas yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi seperti berat badan, stres, aktifitas fisik, diet dan gangguan endokrin, dalam stres ada juga jenis stres salah satunya yaitu stres akademik yang menjadi proses di dalam kerangka konsep, di dalam stres akademik juga terdapat beberapa aspek stres akademik yang meliputi ekspektasi akademik, tuntutan perkuliahan beban tugas dan persepsi diri akademik mahasiswa. Stres akademik juga berpengaruh dengan siklus menstruasi mahasiswi sehingga dari beberapa mereka mengalami menstruasi yang tidak normal ada juga yang normal.

3.3 Hipotesis Penelitian

Hipotesis didalam suatu penelitian ini berarti jawaban sementara penelitian, patokan, dugaan atau dalil sementara, yang kebenarannya akan di buktikan dalam penelitian tersebut (Notoadmodjo, 2010).

H1 : Ada Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi.

H0 : Tidak Ada Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi.

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif non eksperimen yang mempunyai rancangan penelitian *cross sectional*. Pendekatan *cross sectional* adalah suatu penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk faktor resiko dan variabel-variabel yang termasuk efek di observasi sekaligus pada waktu yang sama. Di dalam menjalankan survey ini antara stres akademik dengan silus menstruasi pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir diukur atau di amati pada satu waktu. Sehingga setiap subjek hanya diobservasi satu kali saja (Herianto Bambang, 2017).

4.1 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi merupakan subjek (misalnya, manusia; klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi angkatan 2019 yang keseluruhan berjumlah 81 mahasiswi.

4.2.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah populasi yang akan di teliti yang di tarik dari kerangka atau beberapa kerangka (daftar unit sampling), yang dapat di jadikan sebagai basis pengumpulan

informasi, basis untuk mempelajari parameter populasi, basis generalisasi atau inferensi (Heriyanto Bambang, 2017).

Semua anggota populasi 81 orang dijadikan sebagai subjek penelitian dan tidak ada sampel yang tidak di ambil (*Total Sampling*). Sampling ini biasanya di gunakan jika populasinya sedikit sehingga peneliti mengambil semua anggota populasi untuk di jadikan sebagai responden (Heriyanto Bambang, 2017).

4.2.3 Kriteria Sampel

Sampel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini didasarkan pada kriteria sebagai berikut:

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti (Heriyanto Bambang, 2017). Bahan pertimbangan dalam kriteria inklusi pada penelitian ini, sebagai berikut:

- (1) Mahasiswa aktif Program Studi S1 Kebidanan semester akhir di Universitas dr. Soebandi.
- (2) Mahasiswi yang bersedia menjadi responden.

2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan/mengeluarkan subyek yang tidak memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab, antara lain terdapat keadaan atau kondisi yang mengganggu pengukuran maupun interpretasi hasil, kemampuan pelaksanaan,

hambatan etis, dan subyek menolak untuk berpartisipasi (Heriyanto Bambang, 2017) .

Bahan pertimbangan dalam kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah mahasiswi yang sakit sehingga tidak bisa mengikuti penelitian.

4.3 Variabel Penelitian

Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yaitu :

- 1) Variabel bebas yaitu stres akademik.
- 2) Variabel terikat yaitu siklus menstruasi.

4.4 Tempat Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Universitas dr.Soebandi.

4.5 Waktu Penelitian

Waktu penelitian dalam melakukan penelitian ini pengambilan data dilakukan pada bulan Maret-April 2023.

4.6 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi yang menyatakan petunjuk atau kriteria dan operasi yang lengkap tentang apa yang harus diamati serta bagaimana mengamatinya dengan memiliki rujukan-rujukan empiris (Heriyanto Bambang, 2017).

Tabel 4 1 Definisi operasional

Variabel	Definisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Hasil Ukur
Variabel Independen Stres Akademik	Respon terhadap stresor berupa peristiwa, objek atau orang di lingkungan akademik yang dinilai sebagai ancaman atau tekanan sehingga mempengaruhi kondisi fisik, perilaku, pikiran dan emosi yang diukur melalui kuesioner	Mencangkup 3 aspek: 1. Harapan akademik 2. Tuntutan perkuliahan dan ujian 3. Persepsi diri akademik mahasiswa Terdiri dari 18 pernyataan dengan pilihan jawaban: Pertanyaan positif 1: sangat setuju 2: setuju 3: netral 4: tidak setuju 5: sangat tidak setuju Pernyataan negatif: 1 : sangat tidak setuju 2 : tidak setuju 3 : netral 4 : setuju 5 : sangat setuju	Kuesioner <i>The Perception of Academic Stress Scale</i> (PASS)	Ordinal	Rendah : N < 35 Sedang : N = 35 – 49 Tinggi : N > 49
Variabel Dependen Siklus Menstruasi	Siklus menstruasi adalah perubahan fisiologis dalam endometrium yang berulang dengan interval yang teratur selama reproduksi.	1. Normal jika siklus menstruasi berkisar antara 21-35 hari. 2. Tidak normal: - <i>Polimenorea</i> adalah panjang siklus menstruasi yang sering dan biasanya terjadi pada interval kurang dari 21 hari. - <i>Oligomenorea</i> adalah panjang siklus menstruasi yang jarang dan tidak teratur, biasanya terjadi pada interval lebih dari 35 hari. - <i>Amenore</i> sekunder jika tidak mengalami menstruasi sedikitnya selama 3 bulan berturut-turut setelah terjadi menarke.	Kuisisioner Menstruasi	Nominal	1. Normal (frekuensi yang tidak mengalami gangguan siklus haid) 2. Tidak normal (<i>Polimenorea</i> , <i>oligomenorea</i> dan <i>amenore</i> sekunder)

4.7 Teknik Pengumpulan Data

4.7.1 Sumber Data

Sumber data adalah segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data yaitu data primer. Data primer adalah penelitian yang datanya diperoleh langsung dari hasil pengamatan sendiri. Contohnya penelitian mengambil data primer dengan menggunakan kuisisioner tentang stres akademik dengan siklus menstruasi.

4.7.2 Mekanisme Pengumpulan Data

- 1) Peneliti membuat kuesioner atau menggunakan kuesioner yang telah ada sebagai alat pengumpulan data.
- 2) Peneliti meminta izin kepada pihak kampus untuk mengadakan penelitian.
- 3) Setelah mendapatkan persetujuan dari pembimbing dan koordinator mata kuliah dan pihak fakultas kemudian peneliti mulai mencari responden untuk membagikan kuesioner.
- 4) Peneliti mengadakan pendekatan kepada calon responden untuk memberikan penjelasan mengenai tujuan dari penelitian, manfaat dan prosedur penelitian.
- 5) Sebelum pengisian kuesioner, peneliti terlebih dahulu menjelaskan cara pengisiannya dan responden diberikan kesempatan untuk menanyakan hal yang tidak dimengerti.

- 6) Setelah responden memahami cara pengisian kuesioner yang dilakukan melalui *google form*, maka peneliti segera membagikan link kuesionernya kepada responden yang terpilih menjadi sampel dalam penelitian.
- 7) Setelah data terkumpul, peneliti segera melakukan pengolahan data dan analisa data.

4.7.3 Alat/Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang di pilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah. Adapun instrumen yang digunakan peneliti yaitu kuisisioner.

Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuisisioner dapat berupa pertanyaan tertutup dan terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos atau internet (Nursalam, 2020). Kuisisioner yang digunakan peneliti terdiri dari tiga kuisisioner, yaitu kuisisioner identitas responden, kuisisioner stres akademik, dan kuisisioner siklus menstruasi.

1) Kuisisioner Identitas Responden

Kuisisioner identitas responden adalah kuisisioner yang bertujuan untuk mendapatkan data demografi responden dari sebuah

penelitian. Bagian pertama kuesioner A berupa isian tentang identitas responden yaitu: 1) Nama, 2) Usia, 3) Berat Bada

2) Kuisisioner Stres Akademik

Kuesioner stres akademik pada penelitian ini diukur menggunakan kuesioner *The Perception of Academic Stress Scale* (PASS) diadopsi dari peneliti sebelumnya Bedewy & Gabriel 2015 (Siti Nur Aisyah, 2021). Alat ukur ini terdiri dari 18 item yang mengukur aspek stres akademik, yaitu harapan akademik, tuntutan perkuliahan dan ujian, dan persepsi diri akademik mahasiswa. Pengisian kuesioner dengan cara memilih salah satu pilihan jawaban dari 5 alternatif jawaban yang tersedia. Jenis jawaban yang digunakan dalam instrumen ini adalah likert dengan pilihan jawaban, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, ragu-ragu, setuju, dan sangat setuju.

3) Kuisisioner Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi diukur dengan kuesioner siklus menstruasi dengan menggolongkan pola siklus menstruasi menjadi empat, yaitu:

- (1) Normal jika siklus menstruasi berkisar antara 21-35 hari.
- (2) *Polimenorea* adalah panjang siklus menstruasi yang sering dan biasanya terjadi pada interval kurang dari 21 hari.

- (3) *Oligomenorea* adalah panjang siklus menstruasi yang jarang dan tidak teratur, biasanya terjadi pada interval lebih dari 35 hari.
- (4) *Amenore* sekunder jika tidak mengalami menstruasi sedikitnya selama 3 bulan berturut-turut setelah terjadi menarke.

4.7.4 Uji Validitas dan Reliabilitas

Kuesioner sebagai alat ukur penelitian perlu diuji coba terlebih dahulu sebelum digunakan, karena untuk menilai layak tidaknya kuesioner tersebut dijadikan sebagai instrumen penelitian. Menurut Nursalam (2020), instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel.

1) Validitas

Validitas merupakan suatu indeks ketepatan alat ukur dalam mengukur suatu data. Sebuah instrument dikatakan valid jika instrumen tersebut mampu mengukur apa saja yang seharusnya diukur sesuai dengan situasi dan kondisi tertentu. Jika nilai r -hitung adalah sama atau lebih besar dari r -tabel, maka butir instrumen yang dimaksud adalah valid. Sebaliknya jika r -hitung lebih kecil dari pada r -tabel maka butir instrumen tidak valid (Nursalam, 2020).

Instrument stres akademik *Perception Academic Stress Scale* (PASS) yang dipakai yakni dalam peneliti sebelumnya yaitu Siti Nur Aisyah (2022) yang telah dilakukan uji validitas. Hasil uji validitas pada kuesioner stres akademik ini awalnya terdiri dari 18 butir pernyataan dan dilakukan uji validitas pada 31 responden dengan r-hitung 0,355. Hasilnya diketahui bahwa item yang tidak valid berjumlah 4 butir pernyataan dan pernyataan valid berjumlah 14 dengan nilai r-hitung $\geq 0,355$ pernyataan atau ini adalah yang mewakili item yang lain.

Instrumen siklus menstruasi yang diukur dalam peneliti sebelumnya yaitu Kurnia Aldiba (2022) telah dilakukan uji validitas. Hasil uji validitas dilakukan kepada responden sebanyak 35 orang dengan nilai r tabel sebesar 0,333. Hasil pengujian didapatkan nilai r hitung $\geq 0,333$ sehingga butir pertanyaan dalam instrumen dinyatakan valid.

2) Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan pada tingkat kepercayaan dan dapat diandalkan yakni menggambarkan bahwa instrumen yang digunakan dapat digunakan berulang dengan karakteristik responden yang berbeda. Pengukuran reliabilitas menggunakan *software computer* dengan rumus *cronbach* pada setiap variabel (Nursalam, 2020). Untuk pernyataan-pernyataan dalam kuisoner stres akademik nilai *alpha*

cronbach diperoleh $0,860 \geq 0,7$. Sedangkan kuisiner siklus menstruasi nilai *alpha cronbach* diperoleh $0,720 \geq 0,7$ artinya semua kuisiner dinyatakan reliabel atau konsisten.

4.8 Teknik Analisa Data

4.8.1 Pengelolahan Data

Setelah data terkumpul langkah selanjutnya adalah proses pengolahan data. Pengolahan data dan analisis data bertujuan untuk mengubah data menjadi sebuah informasi. Berikut merupakan langkah pengolahan data menurut (Nursalam, 2020).

1) *Editing*

Penyuntingan data yang akan dilakukan peneliti yaitu dengan cara memeriksa keseluruhan kuisiner apakah data yang diisi oleh responden dapat dibaca, terisi lengkap, dan serasi antar jawaban. Apabila pada proses pengisian kuisiner oleh responden terdapat beberapa poin yang belum terisi sepenuhnya, maka peneliti akan meminta kepada responden untuk melengkapinya.

2) *Coding*

Coding adalah teknik pengolahan data yang bertujuan mengklasifikasikan data dan mempermudah proses pengolahan data dengan cara memberikan kode pada suatu data.

(1) Variabel Independen (Stress Akademik)

Rendah Kode 1

Sedang Kode 2

Tinggi Kode 3

(2) Variabel Dependen (Siklus Menstruasi)

Normal Kode 1

Tidak Normal Kode 2

3) *Scoring*

Scoring adalah pemberian penilaian pada instrumen yang perlu diberikan skor.

(1) Stres Akademik

Pertanyaan positif	Pernyataan negatif:
1: sangat setuju	1 : sangat tidak setuju
2: setuju	2 : tidak setuju
3: netral	3 : netral
4: tidak setuju	4 : setuju
5: sangat tidak setuju	5 : sangat setuju

(2) Siklus Menstruasi

1. Ya
2. Tidak

4) *Tabulating*

Tabulating merupakan proses pengelompokan data yang disesuaikan dengan variabel yang diteliti. Peneliti melakukan tabulasi dengan memasukkan data kedalam tabel yang telah dibuat. Untuk memudahkan peneliti dalam proses tabulasi, peneliti menggunakan program komputer. Selanjutnya data dihitung untuk mengetahui distribusi frekuensi dan presentase.

5) *Entry*

Entry adalah proses memasukkan jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode kedalam program atau *software computer*. Adapun cara yang dilakukan yaitu, sebagai berikut:

1. Memproses data
2. Melihat penyimpangan-penyimpangan yang terjadi
3. Mencocokkan kembali data dengan data yang ada pada kuisisioner
4. Membetulkan data entry
5. Memproses kembali dan kembali ke langkah pertama

6) *Cleaning*

Cleaning merupakan suatu proses untuk memeriksa kembali data-data yang sudah dimasukkan. Peneliti memeriksa kembali apakah ada kesalahan atau tidak karena kemungkinan kesalahan terjadi ketika memasukkan data kedalam komputer.

4.8.2 Analisa Data

Analisa data pada penelitian ini di bagi menjadi dua bagian, yaitu analisis univariat dan bivariat:

1) Analisis univariat

Analisis univariat merupakan langkah awal yang perlu di lakukan peneliti jika ingin mengetahui bagaimana gambaran data yang telah selesai (Heriyanto Bambang, 2017). Variabel yang dianalisis

adalah variabel stres akademik dan variabel siklus menstruasi. Dalam analisis ini akan menghasilkan hasil dalam bentuk distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variable, yaitu identitas responden, usia, berat badan, stres akademik dan siklus menstruasi

2) Analisis bivariat

Analisa bivariat merupakan analisa statistik yang dapat digunakan oleh peneliti untuk menerangkan keeratan hubungan antara dua variabel. Variabel independen dalam penelitian ini adalah Stres Akademik dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah Siklus Menstruasi merupakan data Ordinal dan Nominal.

Menurut Nursalam (2020) semua data yang diperoleh dari hasil Kuesioner The Perception of Academic Stress Scale (PASS) dan kuisisioner siklus menstruasi akan di olah menggunakan SPSS untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan diantara variabel dengan menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil di nyatakan berpengaruh signifikan jika nilai $p \leq 0,05$. Sehingga dapat diinterpretasikan bahwa H1 diterima artinya ada Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi.

4.8.3 Etika Penelitian

Etika dalam penelitian ini sudah memenuhi syarat layak etik dengan nomor etik (No.051/KEPK/UDS/III/2023). Permasalahan dalam etika pada penelitian yang menggunakan subjek manusia menjadi isu sentral yang berkembang saat ini. Pada penelitian di S1 Kebidanan Tingkat Akhir 2023, hampir 90% subjek yang digunakan adalah manusia, oleh karena itu peneliti harus memahami prinsip-prinsip etika penelitian (Nursalam, 2020)

1) *Inform Consent*

Merupakan cara persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian melalui lembar persetujuan (*Inform Consent*). *Inform Consent* tersebut di berikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *Inform Consent* agar subyek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya, jika subjek bersedia maka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika responden tidak bersedia maka peneliti harus menghormati responden.

2) *Anonymity*

Merupakan masalah etika dalam penelitian dengan cara tidak memberikan nama responden pada lembar alat ukur hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data.

3) *Confidentiality*

Merupakan masalah etika dengan menjamin kerahasiaan dari hasil penelitian baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

4) *Justice* (Keadilan)

Keadilan dalam penelitian memiliki arti bahwa harus terjadi pemerataan manfaat penelitian, semua responden memiliki hak yang sama dalam penelitian.

5) *Beneficence* (Kemanfaatan)

Peneliti harus mengetahui manfaat dan resiko yang dapat muncul dari penelitian yang dilakukan. Penelitian dapat dilakukan apabila manfaat lebih besar dari dampak negatif yang di timbulkan. Penelitian dilaksanakan sesuai prosedur yang dianjurkan agar tidak membahayakan responden dan guna mendapatkan manfaat semaksimal mungkin.

BAB V

HASIL PENELITIAN

Pada bab ini menjelaskan hasil mengenai "Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi". Setelah dilakukan analisa data secara statistik dengan SPSS, maka di dapatkan hasil sebagai berikut.

5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

5.1.1 Profil Universitas dr. Soebandi

Lokasi penelitian ini berada di Universitas dr.Soebandi Jember yang beralamat di jl. dr. Soebandi No.99, Cangkring, Patrang, Kec.Patrang, Kabupaten Jember, Jawa Timur. Universitas dr.Soebandi Jember adalah sebuah lembaga yayasan pendidikan yang memiliki dua fakultas yaitu Fakultas Kesehatan dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Kesehatan terdiri dari bebrapa jurusan ada Prodi S1 Kebidanan, Prodi S1 Keperawatan, Prodi S1 Farmasi, Prodi D4 Teknik Laboraturium Medis, Prodi Profesi Ners, Prodi Pendidikan Profesi Bidan dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang terdiri beberapa jurusan yaitu Prodi Manajemen S1, Prodi Ekonomi Pembangunan S1, Prodi Pendidikan Ekonomi S1, Prodi Akuntansi S1, Prodi Pendidikan Akuntansi S1, Prodi Akuntansi D3, Prodi Bisnis Digital S1 dan Prodi Kewirausahaan S1.

Universitas dr. Soebandi juga memiliki 3 gedung yaitu, gedung A yaitu Lab kebidanan dan Keperawatan, gedung B ruang dosen, gedung C Lab Farmasi dan gedung D kelas perkuliahan setiap harinya dari beberapa jurusan yang ada di Universitas dr. Soebandi Jember.

Visi Universitas dr. Soebandi yaitu ada 4 yaitu: menjadi Universitas yang unggul, berdaya guna dalam IPTEKS dan berakhlakul karimah, unggul: Sumberdaya yang kompeten, professional, inovatif dan berdaya saing, berdaya guna dalam IPTEKS: menghasilkan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni yang dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, akhlakul karima : perilaku yang baik meliputi jujur, amanah, dan bijaksana. Sedangkan Misinya ada 5 pion yaitu: Menyelenggarakan Pendidikan yang unggul dan berbasis IPTEKS, Menyelenggarakan penelitian yang inovatif dan berkontribusi pada IPTEKS, menyelenggarakan pengabdian masyarakat berbasis IPTEKS yang bermanfaat bagi masyarakat, menyelenggarakan Kerjasama dan tata kelola Universitas yang berprinsip good governance, membudayakan nilai – nilai akhlakul karimah pada setiap kegiatan civitas akademika.

5.2 Penyajian Karakteristik Data Umum

5.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik responden berdasarkan Usia pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi adalah sebagai berikut:

Tabel 5 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi Jember.

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
20-25 Tahun	74	91.4
26-30 Tahun	4	4.9
31-35 Tahun	3	3.7
Total	81	100.0

Sumber: data primer kuisisioner identitas responden mahasiswi kebidanan tingkat akhir di universitas dr. soebandi jember.

Berdasarkan tabel 5.1 sebagian besar mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi adalah usia 20-25 Tahun dengan persentase sebanyak 74 responden (91,4 %).

5.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan

Karakteristik responden berdasarkan berat badan pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir Universitas dr. Soebandi adalah sebagai berikut:

Tabel 5 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan Usia mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr.Soeabandi Jember.

Berat Badan	Frekuensi	Persentase (%)
40-50	35	43.2
51-60	31	38.3
61-70	9	11.1
71-80	4	4.9
81-90	2	2.5
Total	81	100.0

Sumber: data primer kuisisioner identitas responden mahasiswi kebidanan tingkat akhir di universitas dr. soebandi jember.

Berdasarkan tabel 5.2 sebagian besar mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi mempunyai berat badan 40-50 dengan persentase sebanyak 35 responden (43,2 %).

5.3 Penyajian Karakteristik Data Khusus

5.3.1 Mengetahui Stres Akademik pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi

Berikut hasil penelitian terhadap 81 responden berdasarkan Stres Akademik pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir Universitas dr. Soebandi :

Tabel 5 3 Stres Akademik pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi

Stres Akademik	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	7	8.6
Sedang	19	23.5
Tinggi	55	67.9
Total	81	100.0

Sumber: data primer kuisisioner Stres Akademik pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan sebagian besar 55 responden (67,9%) dengan stres akademik tinggi, 19 responden (23,5%) dengan stres akademik sedang, dan 7 responden (8,6%) dengan stres akademik rendah.

5.3.2 Mengetahui Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi

Berikut hasil penelitian terhadap 81 responden berdasarkan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi :

Tabel 5 4 Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi.

Siklus Menstruasi	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	35	43.2
Tidak Normal	46	56.8
Total	81	100.0

Sumber: data primer kuisisioner Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan sebagian besar 46 responden (56,8 %) dengan siklus menstruasi tidak normal, sedangkan 35 responden (43,2%) dengan siklus menstruasi normal.

5.3.3 Menganalisis Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi

Berikut hasil penelitian terhadap 81 responden berdasarkan tabulasi silang antara Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi :

Tabel 5 5 Tabulasi Silang Analisis Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi .

Stres Akademik	Siklus Menstruasi				Total	<i>p value</i>
	Normal		Tidak Normal			
	F	%	F	%	N	%
Rendah	6	85.7%	1	14.3%	7	100.0%
Sedang	10	52.6%	9	47.4%	19	100.0%
Tinggi	19	34.5%	36	65.6%	55	100.0%
Total	35	43.2%	46	56.8%	81	100.0%

Berdasarkan tabel 5.8 Hasil analisis dari tabulasi silang didapatkan total stres akademik rendah 7 responden (100,0%) dengan siklus menstruasi normal 6 responden (85,7%) dan siklus menstruasi tidak normal 1 responden (14,3%), sedangkan total stres akademik sedang 19 responden (100,0%) dengan siklus menstruasi normal 10 responden (52,6%) dan siklus menstruasi tidak normal 9 responden (47,4%), sedangkan total stres akademik tinggi 55 responden (100,0%) dengan siklus menstruasi normal 19 responden (34,5%) dan siklus menstruasi tidak normal 36 responden (65,6%). Sehingga di dapatkan hasil nilai uji signifikansi nilai *p value* 0,02 ($<\alpha = 0,05$) yang berarti H1 diterima dan H0 ditolak sehingga dapat diambil kesimpulan ada Hubungan Stres Akademik dengan Siklus

Menstruasi pada Mahasiswa Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.
Soebandi.

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Interpretasi Hasil dan Diskusi Hasil

6.1.1 Stres Akademik Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi

Berdasarkan hasil penelitian tentang Stres Akademik pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi, yang dapat dilihat di tabel 5.3 tentang stres akademik didapatkan data kuisioner stres akademik sebagian besar 55 responden (67,9%) dengan stres akademik tinggi, 19 responden (23,5%) dengan stres akademik sedang dan 7 responden (8,6%) dengan stres akademik rendah, dapat disimpulkan bahwa stres akademik pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi yaitu mayoritas tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Ishmah Rosyidah *et al* (2020) bahwa sebagian besar mahasiswi kesehatan dengan tingkat stres akademik tinggi .

Stres akademik atau *academic stressor* bersumber dari proses belajar mengajar yang mempengaruhi proses berfikir, fisik, emosi dan perilaku yang ditimbulkan. Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok individu yang merupakan bagian dari sasaran integrasi akademik, menjadi kelompok yang rentan untuk mengalami ketidakseimbangan *homeostatis* akibat stres yang berasal dari kehiduapn akademik. Faktor

yang mempengaruhi stres akademik yaitu adaptasi proses belajar yang terdiri dari, jadwal perkuliahan, relasi teman, kurang motivasi akademik, koping yang tidak adekuat dan pembelajaran sistem blok (Sari, 2020) .

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa responden dengan stres akademik tinggi menggambarkan bahwa Stres yang tidak dapat dikendalikan atau diatasi mahasiswa akan mempengaruhi pikiran, perasaan, reaksi fisik, dan tingkah lakunya. Maka dari itu secara kognitif mahasiswa kesulitan memusatkan perhatian dalam belajar, sulit mengingat materi, sulit memahami bahan pelajaran, berpikir negatif pada diri dan lingkungannya dan secara efektif munculnya rasa cemas, sensitif, sedih, kemarahan, frustrasi. Secara fisiologis munculnya reaksi muka memerah, pucat, lemah dan merasa tidak sehat, jantung berdebar-debar, gemetar, sakit perut, pusing, badan kaku dan berkeringat dingin.

6.1.2 Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr.Soebandi

Berdasarkan hasil penelitian tentang siklus menstruasi pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi , yang dapat dilihat pada tabel 5.4 tentang siklus menstruasi didapatkan data kuisisioner siklus menstruasi di ketahui bahwa 46 responden (56,8%) dengan siklus menstruasi tidak normal dan 35 responden (43,2%) dengan siklus menstruasi normal, dapat disimpulkan bahwa siklus menstruasi pada mahasiswi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi yaitu

mayoritas siklus menstruasinya tidak normal. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Ardiles Wahyu et al (2022) bahwa sebagian besar mahasisiwi tingkat akhir dengan siklus menstruasi tidak normal.

Menstruasi adalah siklus discharge fisiologik darah dan jaringan mukosa melalui vagina dari uterus yang tidak hamil di bawah kendali hormonal dan berulang tanpa adanya kehamilan selama periode reproduktif, menstruasi biasanya berlangsung selama lima sampai tujuh hari dan rata-rata darah yang keluar, adapun gangguan siklus menstruasi yaitu hipermenorea dan hipomenorea. Selain itu pola siklus menstruasi yaitu eumenorrhea, polimenorea, oligamnorea dan amenorrhea (Sari, 2020). Menstruasi/haid dipengaruhi oleh RH (*Realizing hormone*) yang disalurkan dari *hiptalamus* ke *Hipofisis*. Pengeluaran RH sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik estrogen terhadap Hipotalamus juga pengaruh dari luar seperti cahaya, bau-bauan, dan hal-hal psikologik. Faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi yaitu berat badan, stres, aktifitas fisik dan diet (Mayasari Bety et al., 2021).

Dalam penelitian ini sebagian besar usia 20-25 tahun dengan persentase sebanyak 74 responden (91,4 %), usia 26-30 tahun sebanyak 4 responden (4,9%) dan usia 31-35 tahun sebanyak 3 responden (3,7%). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa usia responden dalam kategori dewasa (20-25 tahun) dianggap lebih memahami tentang cara pemeliharaan kesehatan terutama terkait organ reproduksi.

6.1.3 Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasisiwi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi

Berdasarkan analisa data dari Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasisiwi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi dengan menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil analisa uji signifikansi didapatkan nilai *p value* 0,02 ($\alpha=0,05$) yang artinya H1 diterima dan H0 di tolak, sehingga dapat di interpretasikan ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasisiwi kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi. Hasil penelitian ini sesuai dengan peneliti sebelumnya yaitu Wahyuni and Aisyara, (2021) bahwa ada hubungan stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswi di Yayasan Ranah Minang Padang.

Stres seringkali membuat siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal ini terjadi karena stres sebagai rangsangan sistem saraf diteruskan ke susunan saraf pusat yaitu *limbic system* melalui transmisi saraf, selanjutnya melalui saraf autonom akan diteruskan ke kelenjar-kelenjar hormonal (*endokrin*) hingga mengeluarkan secret (cairan) neurohormonal menuju hipofisis melalui sistem prontal guna mengeluarkan gonadotropin dalam bentuk FSH dan LH, produksi kedua hormon tersebut dipengaruhi oleh *Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH) yang di salurkan dari *hipotalamus* ke *hipofisis*. Pengeluaran GnRH sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik estrogen terhadap hipotalamus sehingga selanjutnya mempengaruhi proses menstruasi (Ausrianti, 2019)

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa Gangguan pada siklus menstruasi melibatkan mekanisme regulasi intergratif yang mempengaruhi proses biokimia dan seluler seluruh tubuh termasuk otak dan psikologis. Pengaruh otak dalam reaksi hormonal terjadi melalui jalur hipotalamus-hipofisis-ovarium yang meliputi multi efek dan mekanisme kontrol umpan balik. Pada keadaan stres terjadi aktivasi pada amygdala pada sistem limbik. Solusi untuk menghindari siklus menstruasi tidak normal yaitu menghindari stres berlebihan seperti mengerjakan tugas satu persatu sesuai jadwal, mencukupi kebutuhan tidur dan meminta bantuan kepada keluarga / orang tua apabila ada materi pelajaran yang tidak dipahami. Selain itu, upaya untuk mencegah terjadinya gangguan siklus menstruasi yaitu mengurangi stres dengan penggunaan mekanisme koping yang baik misalnya dengan mengatur diet dan nutrisi, istirahat dan tidur, berolahraga, berhenti merokok, menghindari minuman keras, mengatur berat badan, mengatur waktu dengan tepat, terapi psikofarmaka, terapi somatis dan terapi religius.

6.2 Keterbatasan Penelitian

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu peneliti tidak memasukkan faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi dari aspek aktifitas fisik dan pola diet.

6.3 Implikasi Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak khususnya mahasiswi kebidanan untuk di jadikan referensi ilmu di bidang kebidanan khususnya dalam lingkup kesehatan reproduksi wanita.

6.3.1 Pelayanan Kebidanan

Hasil penelitian ini sebagai seorang bidan diharapkan mampu mengaplikasikan asuhan kebidanan secara komprehensif dimulai dari pengkajian hingga evaluasi dengan *evidence based*.

6.3.2 Pendidikan Kebidanan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi ilmu dibidang kebidanan khususnya dalam biologi reproduksi.

6.3.3 Penelitian Kebidanan

Melaksanakan program kesehatan dengan prosedur *Health Education*: Promotif (promosi kesehatan), Preventif (pencegahan), Kuratif (pengobatan), Rehabilitatif (peningkatan kualitas hidup). Serta dapat digunakan sebagai bekal untuk melaksanakan penelitiann selanjutnya dengan hasil yang baik.

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

7.1.1 Stres Akademik pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi sebagian besar memiliki stres akademik tinggi.

7.1.2 Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi sebagian besar memiliki siklus menstruasi tidak normal.

7.1.2 Ada Hubungan antara Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi Jember.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Responden

Bagi responden terutama bagi mahasiswi ada beberapa upaya agar terhindar dari stres akademik yang berpengaruh pada masalah menstruasi dengan berolahraga atau menyalurkan hobi dan melakukan aktifitas kesenangan lainnya, mengatur pola makan yang sehat dan bergizi, mengelola aktivitas akademiknya secara efektif; mengatur jadwal dan lamanya belajar, mengerjakan tugas sesuai dengan kemampuannya, berfikiran positif, serta bertukar informasi dengan teman terkait masalah/tugas yang tidak bisa ditangani.

7.2.2 Bagi Mahasiswi Tingkat Akhir

Agar mengatur aktifitas akademiknya secara efektif dan dapat membagi waktunya di dalam proses mengerjakan skripsi, berkonsultasi dengan dosen jika ada masalah dalam kademik.

7.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan khususnya Universitas dr. Soebandi Jember agar melakukan koordinasi baik antar dosen mata kuliah untuk mengatur beban dan jumlah tugas yang diberikan, deadline, dan jadwal praktikum yang paten. Mengubah cara mengajar lebih santai dan fleksibel serta menarik, melibatkan mahasiswa atau dengan kuis atau beberapa pertanyaan pada saat pembelajaran agar menjalin komunikasi antara dosen dan mahasiswa serta mengulas pengetahuan mahasiswa tentang pemahaman materi.

7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan ada peneliti yang memberikan intervensi untuk mengurangi stres akademik pada mahasisiwa tingkat akhir sehingga menstruasi tidak terganggu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani Murti, Patimah Meti, S. S. (2022) *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. 1st edn. Edited by S. N. Sahara Rantika Maida. Padang Sumatra Barat: https://www.google.co.id/books/edition/Manajemen_Kesehatan_Menstruasi/3JWbEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=faktor+yang+mempengaruhi+silus+menstruasi&pg=PA32&printsec=frontcover. Available at: https://www.google.co.id/books/edition/Manajemen_Kesehatan_Menstruasi/3JWbEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=faktor+yang+mempengaruhi+silus+menstruasi&pg=PA32&printsec=frontcover.
- Anjarsari (2020) 'HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI (Relationship Stress Levels with Menstrual Cycle in Adolescent Girls)', *Psychiatry Nursing Journal*, 2(1), pp. 2–5. Available at: <http://e-journal.unair.ac.id/PNJ%7C1JournalHomepage:https://e-journal.unair.ac.id/PMNJ/index>.
- Apriliani, I. M. *et al.* (2021) 'Open access Open access', *Citizen-Based Marine Debris Collection Training: Study case in Pangandaran*, 2(1), pp. 56–61.
- Ardiles Wahyu K, Dian Pitaloka Priasmoro, C. Y. I. P. (2022) 'RS dr . SOEPRAOEN MALANG penelitian Rosdiana Putri Arsaningtias', (1).
- Ausrianti, R. (2019) 'MENARA Ilmu Vol. XIII No.5 April 2019', *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmu*, XIII(5), p. 124. Available at: <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1397>.
- Bambang, Herianto (2017) *METODE PENELITIAN KUANTITATIF TEORI DAN APLIKASI*. 4th edn. Edited by R. Nana. Surabaya: CV.Perwira Media Nusantara.
- Bambang, Heriyanto (2017) *METODE PENELITIAN KUANTITATIF TEORI DAN APLIKASI*. 4th edn. Edited by R. Nana. Surabaya: CV.Perwira Media Nusantara.
- Hadi Irwan, Rinancy Hariet, Ratnasari Febi, N. N. (2021) *PSIKOSOSIAL DAN BUDAYA DALAM KEPERAWATAN*. 1st edn. Edited by Y. S. Rosyad. Jawa Barat: Media Sains Indonesia dan Penulis. Available at: www.penerbit.medsan.co.id.
- Ishmah Rosyidah *et al.* (2020) 'Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unhas', *Abdi*, 2(1), pp. 33–39. Available at: <https://core.ac.uk/display/287297367?msclid=547abde7a93211ec9abc57c66c7fa12a>.
- Lubis, H., Ramadhani, A. and Rasyid, M. (2021) 'Stres Akademik Mahasiswa

dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19', *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), p. 31. doi: 10.30872/psikostudia.v10i1.5454.

- Luluk Widya Ratna, M. M. B. (2018) 'PERILAKU MALAS BELAJAR MAHASISWA DI LINGKUNGAN KAMPUS UNIVERSITAS TRUNOJOYO MADURA Mei Mita Bella, Luluk Widya Ratna Universitas Trunojoyo Madura', *Jurnal Universitas Trunojoyo Madura*, 12, pp. 280–303.
- Lutfina Indrie, Said Asbath, V. P. (2021) *Inovasi Pembelajaran Berbasis Blended Learning Di Keperawatan*. 1st edn. Edited by Martini Made. Bandung Jawa Barat: https://www.google.co.id/books/edition/Inovasi_Pembelajaran_Berbasis_Blended_Le/VdVDEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=definisi+mahasiswa&pg=PA29&printsec=frontcover. Available at: https://www.google.co.id/books/edition/Inovasi_Pembelajaran_Berbasis_Blended_Le/VdVDEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=definisi+mahasiswa&pg=PA29&printsec=frontcover.
- Mantolas, S. L., Nurwela, T. S. and Gerontini, R. (2019) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Keperawatan Angkatan VI Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STUKes) Citra Husada Mandiri Kupang (CHMK)', *Chmk Midwifery Scientific Journal*, 2, pp. 494–494.
- Mayasari Bety, Arismawati Fitra Dian, R. A. W. (2021) 'JURNAL SURYA Pengaruh Stress Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja Putri', *Mayasari Bety, Arismawati Fitra Dian, Riska Aprilia Wardani*, 13(03), pp. 247–252. Available at: <http://jurnal.uml.ac.id>.
- Nurdianti, R., Rahmawati, A. and Srimulyati, P. (2022) 'STRES DENGAN KETERATURAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMK 123 Fakultas Keperawatan , Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya Article Information Keywords', *Healthcare Nursing Journal*, 4(2), pp. 291–295.
- Nursalam (2020) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. 5th edn. Edited by P. P. Lestari. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Paratita, K. A. (2022) 'HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA KEPERAWATAN SELAMA PEMBELAJARAN ONLINE DI MASA PANDEMI COVID-19', *Keprawatan*, 1, p. 123. Available at: http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/340/1/18010054_Ayashah_Pratika_Kirana.pdf.
- Puspita Maya Irma, Anifah Fulatul, Adyani Asta, R. W. A. (2022) *Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dan Primenopause*. 1st edn. Edited by P. M.

- Irma. Malang:
https://www.google.co.id/books/edition/ASUHAN_KEBIDANAN_PADA_REMAJA_DAN_PERIMEN/IYSfEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&q=asuhan+kebidanan+pada+remaja+dan+primer&pg=PA45&printsec=frontcover. Available at:
https://www.google.co.id/books/edition/ASUHAN_KEBIDANAN_PADA_REMAJA_DAN_PERIMEN/IYSfEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&q=asuhan+kebidanan+pada+remaja+dan+primer&pg=PA45&printsec=frontcover.
- Richard, J., Setiawan, A. and Virlia, S. (2022) 'HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN KETERGANTUNGAN MEROKOK PADA MAHASISWA Relationship Between Academic Stress and Cigarette Dependency on College Students', *Psibernetika*, 15(1), pp. 10–20. doi: 10.30813/psibernetika.
- Sari, I. N. (2020) 'Hubungan Tingkat Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Program Studi D3 Farmasi Tingkat 1 (Satu) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram Tahun 2019', *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 5(1), p. 52. doi: 10.31764/mj.v5i1.1082.
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S. and Mei, M. F. (2020) 'Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi)', *Jurnal Basicedu*, 4(3), pp. 733–739. doi: 10.31004/basicedu.v4i3.431.
- Sinaga Ernawati, Saribanon Nonon, Sa'adah Nailus Suprihatin, Salamah Ummu, Murti Andani Yulia, Triasminati Agustiar, L. S. (2017) *Kesehatan Menstruasi*. 1st edn. Edited by L. S. Sinaga Ernawati, Saribanon Nonon, Sa'adah Nailus Suprihatin, Salamah Ummu, Murti Andani Yulia, Triasminati Agustiar. Jakarta Selatan:
<http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-erna-Buku%20Kesehatan%20Menstruasi.pdf>. Available at:
[http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-erna-Buku Kesehatan Menstruasi.pdf](http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-erna-Buku%20Kesehatan%20Menstruasi.pdf).
- Suparyanto dan Rosad (2015 (2020) 'STUDI KORELASI ANTARA PERILAKU AKTIVITAS FISIK BERAT DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI UKM IKS PI KERA SAKTI RANTING UNITRI MALANG', *Suparyanto dan Rosad (2015, 5(3)*, pp. 248–253.
- Syaiful, Y. and Naftalin, S. V. (2018) 'Abdominal stretching exercise menurunkan intensitas iismenorea pada remaja putri', *Jurnal Ilmu kesehatan*, 7(1), pp. 269–276. Available at: <http://ejurnaladhkdr.com/index.php/jik/article/view/195>.

- Tasalim Rian, C. A. R. (2021) *Stres Akademik Dan Penanganannya*. 1st edn. Edited by Guepedia/At. Banjarmasin: Guepedia. Available at: https://play.google.com/books/reader?id=SqpMEAAAQBAJ&pg=GBS.PA2&hl=en_US.
- Wahyuni, L. T. and Aisyara, W. A. (2021) 'Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Yayasan Ranah Minang Padang', *Jurnal Kesehatan Lentera* ..., 4(2), pp. 477–484. Available at: <https://jurnal.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/view/104%0Ahttps://jurnal.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/download/104/82>.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat permohonan bersedia menjadi responden

SURAT PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Kepada:

Yth. Bapak/Ibu/Saudara/i

di-Universitas dr. Soebandi Jember

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr.Soebandi:

Nama : Afii Faturrohmah

NIM : 19050003

Akan melakukan penelitian tentang “Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir Universitas dr.Soebandi” maka saya mengharap bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai responden.

Partisipasi Bapak/Ibu/Saudara/i bersifat bebas artinya tanpa adanya sanksi apapun. Semua informasi dan data pribadi Bapak/Ibu/Saudara/i atas penelitian ini tetep dirahasiakan oleh peneliti.

Jika Bapak/Ibu/Saudara/i bersifat menjadi responden dalam penelitian kami mohon untuk menandatangani formulir persetujuan menjadi peserta penelitian. Demikian permohonan saya, atas kerjasama dan perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Jember, 2023
Peneliti,

Afii Faturrohmah

Lampiran 2 Surat persetujuan menjadi responden penelitian

SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr. Soebandi Jember yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Afii Faturrohmah

Nim : 19050003

Judul : Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir Universitas dr.Soebandi

Saya telah mendapatkan informasi tentang penelitian tersebut dan mengerti tujuan dari penelitian tersebut, demikian pula kemungkinan manfaat dan resiko dari keikutsertaan saya. Saya telah mendapatkan kesempatan untuk bertanya dan seluruh pertanyaan saya telah dijawab dengan cara yang saya mengerti.

Saya mengerti bahwa keikutsertaan saya ini adalah suka rela dan saya bebas untuk berhenti setiap saat, tanpa memberikan alasan apapun. Dengan menandatangani formulir ini, saya juga menjamin bahwa informasi yang saya berikan adalah benar.

Jember, 2023

Responden,

(.....)

Lampiran 3 Instrumen penelitian

KUISIONER PENELITIAN

Petunjuk Pengisian Kuisisioner :

1. Pertanyaan kuisisioner ini di tujukan langsung kepada responden dengan menggunakan *google form*
2. Kuisisioner A (Identitas Responden) isilah jawaban yang menurut saudara paling sesuai dengan diri saudara.
3. Kuisisioner B (Stres Akademik) Pilihlah satu pilihan yang tersedia dengan memberikan tanda cheklist (√) pada krom tersedia.
4. Kuisisioner C (Siklus Menstruasi) berilah tanda checklist (√) pada kolom "Ya" atau "Tidak" sesuai dengan apa yang Saudara rasakan.
5. Jawablah pertanyaan ini dengan benar dan sejujur-jujurnya
6. Selamat mengisi !

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama (Inisial) :
2. Usia :
3. Berat Badan :

B. Kuesioner The Perception of Academic Stress Scale (PASS)

Kuesioner ini dilakukan melalui *google form* dan terdiri dari beberapa pertanyaan, di sini anda diminta untuk memberikan respon atau jawaban yang sesuai dengan diri anda sendiri. Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

R : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Selanjutnya anda diminta untuk menjawab kuesioner dengan cara memberi tanda (√) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman anda dan sebelum mengirim kuesioner dimohon memeriksa kembali jawaban anda, dimohon tidak mengosongkan satu pernyataan. Data kuisisioner ini saya ambil guna untuk penelitian dan saya menjaga kerahasiaannya, hanya peneliti dan responden yang mengetahui jawaban responden.

No	Pertanyaan	STS	TS	R	S	SS
1	Saya yakin saya bisa mendapatkan nilai yang bagus selama pembelajaran					
2	Saya yakin bahwa saya akan sukses setelah saya lulus nanti					
3	Saya mampu membuat keputusan akademik dengan mudah saat pembelajaran selama perkuliahan					
4	Waktu yang diberikan untuk perkuliahan dan Menyelesaikan tugas-tugas kuliah sudah cukup					
5	Saya mempunyai waktu yang cukup untuk beristirahat setelah mengerjakan tugas perkuliahan					
6	Dosen saya memberikan kritik terhadap kemampuan akademik saya selama kuliah					
7	Saya merasa khawatir jika gagal dalam ujian skripsi					
8	Kekhawatiran saya tentang gagal ujian skripsi merupakan kelemahan diri saya					
9	Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis					

	terhadap pencapaian akademik saya					
10	Saya rasa materi penelitian yang diberikan terasa sangat sulit					
11	Saya rasa tugas kuliah yang diberikan dosen terlalu banyak saat pembelajaran selama perkuliahan					
12	Saya tidak bisa memahami materi secara penuh ketika saya datang terlambat					
13	Tuntutan akademik dari orang tua diluar kemampuan saya membuat saya stres					
14	Kompetensi dengan teman saya dalam mendapatkan nilai bagus cukup ketat selama perkuliahan					
15	Pertanyaan saat ujian skripsi biasanya sulit di pahami					
16	Biasanya waktu yang diberikan untuk menjawab ujian skripsi sangat singkat					
17	Saya merasa sangat tegang pada waktu ujian skripsi					
18	Walaupun saya sudah lulus, saya khawatir tidak mendapatkan pekerjaan					

C. SIKLUS MENSTRUASI

berilah tanda checklist (√) pada kolom "Ya" atau "Tidak" sesuai dengan apa yang Saudara rasakan.

NO	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah pola siklus menstruasi anda dalam 3 bulan terakhir di antara 21-35 hari?		
2	Apakah pola siklus menstruasi anda dalam 3 bulan terakhir kurang dari 21 hari?		
3	Apakah pola siklus menstruasi anda dalam 3 bulan terakhir lebih dari 35 hari?		
4	Apakah anda tidak menstruasi selama 3 bulan terakhir?		

Lampiran 4 Tabulasi

NAMA	USIA	KODING	BERAT BADAN	KODING	STRES AKADEMIK			SIKLUS MENS	
					KATEGORI	SKORING	KODING	KATEGORI	KODING
RESPONDEN 01	23	1	45	1	Tinggi	62	3	Normal	1
RESPONDEN 02	22	1	80	4	Tinggi	56	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 03	22	1	59	2	Tinggi	53	3	Normal	1
RESPONDEN 04	27	2	62	3	Tinggi	55	3	Normal	1
RESPONDEN 05	22	1	52	2	Tinggi	65	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 06	22	1	55	2	Tinggi	60	3	Normal	1
RESPONDEN 07	21	1	49	1	Sedang	48	2	Normal	1
RESPONDEN 08	22	1	45	1	Tinggi	54	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 09	21	1	48	1	Tinggi	55	3	Amenorea	2
RESPONDEN 10	21	1	48	1	Tinggi	62	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 11	21	1	65	3	Sedang	46	2	Oligomenorea	2
RESPONDEN 12	23	1	46	1	Sedang	45	2	Oligomenorea	2
RESPONDEN 13	21	1	40	1	Tinggi	60	3	Normal	1
RESPONDEN 14	22	1	40	1	Tinggi	59	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 15	22	1	62	3	Tinggi	63	3	Amenorea	2
RESPONDEN 16	22	1	60	2	Tinggi	65	3	Normal	1
RESPONDEN 17	22	1	55	2	Tinggi	51	3	Normal	1
RESPONDEN 18	22	1	55	2	Sedang	42	2	Oligomenorea	2
RESPONDEN 19	21	1	44	1	Tinggi	65	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 20	23	1	52	2	Sedang	48	2	Normal	1
RESPONDEN 21	23	1	50	1	Tinggi	52	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 22	22	1	59	2	Tinggi	58	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 23	23	1	47	1	Tinggi	58	3	Normal	1
RESPONDEN 24	22	1	50	1	Rendah	32	1	Oligomenorea	2
RESPONDEN 25	21	1	48	1	Sedang	40	2	Normal	1

RESPONDEN 26	22	1	60	2	Tinggi	58	3	Normal	1
RESPONDEN 27	23	1	43	1	Sedang	45	2	Oligomenorea	2
RESPONDEN 28	34	3	75	4	Tinggi	55	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 29	22	1	76	4	Rendah	34	1	Normal	1
RESPONDEN 30	22	1	50	1	Rendah	32	1	Normal	1
RESPONDEN 31	23	1	50	1	Tinggi	50	3	Normal	1
RESPONDEN 32	23	1	62	3	Tinggi	53	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 33	22	1	50	1	Sedang	45	2	Normal	1
RESPONDEN 34	22	1	40	1	Rendah	30	1	Normal	1
RESPONDEN 35	25	1	55	2	Tinggi	53	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 36	22	1	55	2	Tinggi	50	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 37	24	1	60	2	Tinggi	58	3	Normal	1
RESPONDEN 38	24	1	60	2	Tinggi	51	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 39	23	1	56	2	Sedang	49	2	Oligomenorea	2
RESPONDEN 40	22	1	52	2	Sedang	57	2	Normal	1
RESPONDEN 41	21	1	90	5	Tinggi	49	3	Normal	1
RESPONDEN 42	21	1	46	1	Rendah	33	1	Normal	1
RESPONDEN 43	21	1	52	2	Tinggi	59	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 44	22	1	53	2	Sedang	46	2	Normal	1
RESPONDEN 45	22	1	56	2	Tinggi	52	3	Amenorea	2
RESPONDEN 46	21	1	43	1	Sedang	36	2	Normal	1
RESPONDEN 47	21	1	46	1	Tinggi	52	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 48	22	1	49	1	Sedang	48	2	Normal	1
RESPONDEN 49	22	1	64	3	Tinggi	57	3	Amenorea	2
RESPONDEN 50	22	1	60	2	Tinggi	61	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 51	23	1	60	2	Tinggi	54	3	Amenorea	2
RESPONDEN 52	23	1	42	1	Tinggi	52	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 53	31	3	48	1	Sedang	39	2	Oligomenorea	2

RESPONDEN 54	24	1	74	4	Tinggi	53	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 55	27	2	65	3	Tinggi	54	3	Normal	1
RESPONDEN 56	22	1	50	1	Tinggi	50	3	Normal	1
RESPONDEN 57	22	1	48	1	Tinggi	50	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 58	23	1	59	2	Tinggi	54	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 59	23	1	45	1	Tinggi	77	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 60	23	1	54	2	Rendah	29	1	Normal	1
RESPONDEN 61	22	1	50	1	Tinggi	55	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 62	20	1	90	5	Tinggi	57	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 63	22	1	63	3	Tinggi	61	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 64	22	1	63	3	Sedang	38	2	Normal	1
RESPONDEN 65	22	1	69	3	Tinggi	57	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 66	21	1	43	1	Rendah	30	1	Normal	1
RESPONDEN 67	22	1	43	1	Tinggi	49	3	Normal	1
RESPONDEN 68	33	3	54	2	Sedang	49	2	Oligomenorea	2
RESPONDEN 69	23	1	49	1	Tinggi	56	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 70	23	1	51	2	Tinggi	61	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 71	22	1	45	1	Tinggi	62	3	Amenorea	2
RESPONDEN 72	30	2	60	2	Tinggi	58	3	Amenorea	2
RESPONDEN 73	28	2	55	2	Sedang	35	2	Normal	1
RESPONDEN 74	22	1	49	1	Sedang	48	2	Polimenorea	2
RESPONDEN 75	22	1	60	2	Sedang	45	2	Polimenorea	2
RESPONDEN 76	23	1	54	2	Tinggi	59	3	Oligomenorea	2
RESPONDEN 77	23	1	60	2	Tinggi	55	3	Normal	1
RESPONDEN 78	21	1	50	1	Tinggi	50	3	Normal	1
RESPONDEN 79	23	1	55	2	Tinggi	54	3	Normal	1
RESPONDEN 80	22	1	48	1	Tinggi	52	3	Polimenorea	2
RESPONDEN 81	23	1	58	2	Tinggi	63	3	Normal	1

Lampiran 5 Hasil SPSS

Data Umum dan Data Khusus

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-25	74	91.4	91.4	91.4
	26-30	4	4.9	4.9	96.3
	31-35	3	3.7	3.7	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

Berat Badan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	40-50	35	43.2	43.2	43.2
	51-60	31	38.3	38.3	81.5
	61-70	9	11.1	11.1	92.6
	71-80	4	4.9	4.9	97.5
	81-90	2	2.5	2.5	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

Stres Akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	7	8.6	8.6	8.6
	Sedang	19	23.5	23.5	32.1
	Tinggi	55	67.9	67.9	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

Siklus Menstruasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	35	43.2	43.2	43.2
	Tidak Normal	46	56.8	56.8	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

Stres Akademik * Siklus Menstruasi Crosstabulation

		Siklus Menstruasi		Total	
		Normal	Tidak Normal		
Stres Akademik	Rendah	Count	6	1	7
		% within Stres Akademik	85.7%	14.3%	100.0%
	Sedang	Count	10	9	19
		% within Stres Akademik	52.6%	47.4%	100.0%
	Tinggi	Count	19	36	55
		% within Stres Akademik	34.5%	65.6%	100.0%
Total		Count	35	46	81
		% within Stres Akademik	43.2%	56.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	7.524 ^a	2	.023
Likelihood Ratio	7.858	2	.020
Linear-by-Linear Association	7.187	1	.007
N of Valid Cases	81		

Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian

Pembagian Link Google Form

Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir Di Universitas ...
docs.google.com

Assalamualaikum wr wb
Selamat siang teman-teman seperjuangan 😊🙏

Saya Afii Faturrohmah dari prodi S1 kebidanan. Tujuan saya di sini yaitu untuk melakukan penelitian skripsi saya yang berjudul "Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi". Berikut saya lampirkan link kuesioner penelitian saya:
<https://forms.gle/5ETfLzTJYgatWwsX8>

Teman-teman tinggal mengisi saja pertanyaan yang sudah terlampir di google form tersebut. Jika ada pertanyaan terkait pengisian kuisisioner yang tidak di pahami hubungi nomer peneliti ya 087760365131.
Saya tunggu pengisian kuesionernya sampai jam 15.00 besok ya teman-teman 😊🙏 .
Terimakasih untuk partisipasinya 🙏🙏 .
Wassalamualaikum wr wb

16.01 ✓

Ini link nya ya rekan? 😊 16.01 ✓

Natasya Fauziyah M Keb
Anda
Ini link nya ya rekan? 😊
Siap
16.26

Yashinta Kumala Dewi Keb
Anda
Assalamualaikum wr wb
Selamat siang teman-teman seperjuangan 😊🙏
...
Sudahh 🙏
17.54

Alivia Eka Putri Keb
Anda
Assalamualaikum wr wb
Selamat siang teman-teman seperjuangan 😊🙏
...
Done
18.35

S1 kebidanan 19A
AdelMidwifery|S1'19, Alifia Midwifery S1'|19, ...

Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat A...
docs.google.com

Assalamualaikum wr wb
Selamat siang teman-teman seperjuangan 😊🙏

Saya Afii Faturrohmah dari prodi S1 kebidanan. Tujuan saya di sini yaitu untuk melakukan penelitian skripsi saya yang berjudul "Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi". Berikut saya lampirkan link kuesioner penelitian saya:
<https://forms.gle/5ETfLzTJYgatWwsX8>

Teman-teman tinggal mengisi saja pertanyaan yang sudah terlampir di google form tersebut. Jika ada pertanyaan terkait pengisian kuisisioner yang tidak di pahami hubungi nomer peneliti ya 087760365131.
Saya tunggu pengisian kuesionernya sampai jam 15.00 besok ya teman-teman 😊🙏 .
Terimakasih untuk partisipasinya 🙏🙏 .
Wassalamualaikum wr wb

14.00 ✓

HAL PENTING S1. NO...
hanya admin yang dapat mengiri...

Diteruskan

Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Kebidanan ...
docs.google.com

Assalamualaikum wr wb
Selamat siang teman-teman seperjuangan 😊🙏

Saya Afii Faturrohmah dari prodi S1 kebidanan. Tujuan saya di sini yaitu untuk melakukan penelitian skripsi saya yang berjudul "Hubungan Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi kebidanan Tingkat Akhir di Universitas dr. Soebandi". Berikut saya lampirkan link kuesioner penelitian saya:
<https://forms.gle/5ETfLzTJYgatWwsX8>

Teman-teman tinggal mengisi saja pertanyaan yang sudah terlampir di google form tersebut. Jika ada pertanyaan terkait pengisian kuisisioner yang tidak di pahami hubungi nomer peneliti ya 087760365131.
Saya tunggu pengisian kuesionernya sampai jam 15.00 besok ya teman-teman 😊🙏 .
Terimakasih untuk partisipasinya 🙏🙏 .
Wassalamualaikum wr wb

12.13 ✓

Lampiran 7 Layak Etik

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
 "ETHICAL EXEMPTION"

No.051/KEPK/UDS/III/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Afi Faturrohamah
Principal In Investigator

Nama Institusi : UNIVERSITAS dr.SOEBANDI
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI KEBIDANAN
 TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS dr.SOEBANDI"**

*"THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS AND THE MENSTRUAL CYCLE IN FINAL LEVEL OF
 MIDWIFERY AT dr.SOEBANDI UNIVERSITY"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 24 Maret 2023 sampai dengan tanggal 24 Maret 2024.

This declaration of ethics applies during the period March 24, 2023 until March 24, 2024.



March 24, 2023
Professor and Chairperson,



Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb

Lampiran 8 Turnitin



Similarity Report ID: oid:20222:35975759

PAPER NAME

SKRIPSI AFII FATURROHMAH.docx

WORD COUNT

10294 Words

CHARACTER COUNT

67558 Characters

PAGE COUNT

74 Pages

FILE SIZE

199.7KB

SUBMISSION DATE

May 23, 2023 12:39 PM GMT+7

REPORT DATE

May 23, 2023 12:41 PM GMT+7**● 25% Overall Similarity**

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 25% Internet database
- 10% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 11% Submitted Works database

● Excluded from Similarity Report

- Small Matches (Less than 30 words)
- Manually excluded sources
- Manually excluded text blocks

Lampiran 9 Lembar Konsultasi

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
 Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536.
 E. mail : info@ubd.ac.id Website : http://www.ubd.ac.id

**LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI
 PROGRAM STUDI SI KEBIDANAN
 UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

Nama Mahasiswa : Afi Faturrohmah
 NIM : 19050003
 Judul : Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir Universitas dr. Soebandi

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
1.	29-11-2022	Konsultasi judul pertama menggunakan via zoom	<i>[Signature]</i>	1.	28-11-2022	Revisi judul skripsi	<i>[Signature]</i>
2.	6-12-2022	Konsultasi judul ke 2 menggunakan via zoom	<i>[Signature]</i>	2.	7-12-2022	Acc judul	<i>[Signature]</i>

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
 Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536.
 E. mail : info@ubd.ac.id Website : http://www.ubd.ac.id

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
3.	01-05-2023	Bab 5 acc. lanjut bab 6	<i>[Signature]</i>	3.	01-05-2023	Bab 5 acc. lanjut bab 6	<i>[Signature]</i>
4.	08-05-2023	Bab 6 pembahasan opsi penulis Citakan data umum untuk memperkuat pembahasan	<i>[Signature]</i>	4.	08-05-2023	Bab 6 pembahasan opsi penulis Citakan data umum untuk memperkuat pembahasan	<i>[Signature]</i>
5.	15-05-2023	Bab 7 Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus penelitian. Tarian di sesuaikan dengan hasil penelitian	<i>[Signature]</i>	5.	15-05-2023	Bab 7 Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus penelitian. Tarian di sesuaikan dengan hasil penelitian	<i>[Signature]</i>
6.	17-05-2023	Buat abstrak Perbaiki dapus dan lampiran	<i>[Signature]</i>	6.	17-05-2023	Buat abstrak Perbaiki dapus dan lampiran	<i>[Signature]</i>
7.	19-05-2023	Acc sidang ujian hasil	<i>[Signature]</i>	7.	19-05-2023	Acc sidang ujian hasil	<i>[Signature]</i>

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
 Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536.
 E. mail : info@ubd.ac.id Website : http://www.ubd.ac.id

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
3.	7-12-2022	Konsultasi judul ke 3 melalui via whatsApp	<i>[Signature]</i>	3.	15-12-2022	Revisi bab 1 lanjut bab 2	<i>[Signature]</i>
4.	12-12-2022	Acc judul	<i>[Signature]</i>	4.	20-12-2022	Revisi bab 2 lanjut bab 3	<i>[Signature]</i>
5.	21-12-2022	Revisi bab 1	<i>[Signature]</i>	5.	03-01-2023	Revisi bab 3 lanjut bab 4	<i>[Signature]</i>
6.	02-01-2023	Revisi bab 2	<i>[Signature]</i>	6.	31-01-2023	Revisi bab 4	<i>[Signature]</i>
7.	27-01-2023	Revisi bab 3 dan bab 4	<i>[Signature]</i>	7.	01-02-2023	Acc seminar proposal	<i>[Signature]</i>
8.	02-01-2023	Acc seminar proposal	<i>[Signature]</i>				

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
 Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536.
 E. mail : info@ubd.ac.id Website : http://www.ubd.ac.id

**LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI
 PROGRAM STUDI SI KEBIDANAN
 UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

Nama Mahasiswa : Afi Faturrohmah
 NIM : 19050003
 Judul : Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan Tingkat Akhir Universitas dr. Soebandi

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
1.	27-03-2023	Olah data, Tabulasi	<i>[Signature]</i>	1.	27-03-2023	Olah data, Tabulasi	<i>[Signature]</i>
2.	29-03-2023	Bab 5 data umum dan data khusus di perbaiki	<i>[Signature]</i>	2.	29-03-2023	Bab 5 data umum dan data khusus di perbaiki	<i>[Signature]</i>

Lampiran 10 CV**A. BIODATA PENELITI**

Nama : Afii Faturrohmah
TTL : Bondowoso, 08 April 2001
Alamat : Dsn.Kampung Malang, Kel.Kampung Malang, Kec.Sempol,
Kab.Bondowoso, Jawa Timur, Indonesia
No HP : 087760365131
Email : afiinot08@gmail.com
instagram : @afiifah_ftr

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDN SEMPOL 1
2. SMPN 1 SEMPOL
3. SMAN 1 TAMANAN
4. Universitas dr.Soebandi Jember