

## Hubungan Tingkat Stres Terhadap Gangguan Siklus Menstruasi Siswi Sman 3 Bulukumba

Nurrahmani\*<sup>1</sup>, Sitti Nurbaya<sup>2</sup>, Yusnaeni Y<sup>3</sup>

<sup>1</sup>STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

<sup>2</sup>STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

<sup>3</sup>STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

Email: penulis-korespondensi: [nurrahmani@gmail.com/085333949605](mailto:nurrahmani@gmail.com/085333949605)

(Received: 16.08.2021; Reviewed: 13.03.2022 ; Accepted: 30.04.2022)

### Abstract

The most common stress experienced by students today is academic stress which includes difficult exams, many assignments given by schools, educational institutions or academics, demands from parents to obtain good quality academic grades, and academic graduation, and there is a bad relationship from the environment, both the family environment and the social environment. The purpose of the study was to determine whether there was a relationship between stress levels and menstrual cycle disorders in female students. This research design uses a descriptive survey, namely research that takes a sample from a population and uses a questionnaire as a research instrument. The research was conducted at SMAN 3 Bulukumba. The population in this study were 49 students in class 1A, 50 students in class 1B, 50 students in class 1C and 54 students in ID class. So the number of samples in this study were 67 respondents. Based on the results of data analysis using the Chi-Square test, the  $p$  value =  $0.028 < (\alpha = 0.05)$ .  $H_a$  is accepted and  $H_o$  is rejected. Thus, it can be concluded that there is a relationship between stress levels and menstrual cycle disorders in female students.

**Keywords:** Menstrual Cycle Disorders; Stress

### Abstrak

Stress yang paling umum dialami oleh siswi saat ini merupakan stress akademik yang diantaranya ujian yang sulit, banyak tugas-tugas yang diberikan oleh sekolah, institusi atau akademik pendidikan, adanya tuntutan dari orang tua untuk memperoleh kualitas nilai akademik yang baik, serta kelulusan akademik, serta adanya hubungan yang tidak baik dari lingkungan baik lingkungan keluarga maupun lingkungan social. Tujuan penelitian untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat stress terhadap gangguan siklus menstruasi siswi. Desain penelitian ini menggunakan survei deskriptif yaitu penelitian yang mengambil sampel dari suatu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian. Penelitian dilakukan di SMAN 3 Bulukumba. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas 1A sebanyak 49 siswi, kelas 1B sebanyak 50 siswi, kelas 1C sebanyak 50 siswi dan kelas ID sebanyak 54 siswi. Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 67 responden. Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan uji Chi-Square maka diperoleh nilai  $p=0,028 < (\alpha =0,05)$ .  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan tingkat stres terhadap gangguan siklus menstruasi siswi.

**Kata Kunci :** Gangguan Siklus Menstruasi; Stress

## Pendahuluan

Siklus menstruasi yang terjadi tidak selalu teratur. Sebuah penelitian yang dilakukan di Jepang terhadap 522 wanita berusia 18 hingga 20 tahun yang belajar di Ashiya College menunjukkan bahwa 33% wanita mengalami menstruasi tidak teratur dan 66,7% wanita mengalami menstruasi normal (Fujiwara, 2007). Hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya perubahan kadar hormon akibat stres atau keadaan emosi yang tidak stabil (Gadade et al., 2017).

Stress adalah suatu fisiologis, psikologis, dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk beradaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (stressor). Stressor dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stress mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam interaksi dengan orang lain dan keluhan-keluhan fisik salah satunya gangguan siklus menstruasi. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi, stress melibatkan system *neuro endokrinologi* sebagai system yang besar perannya dalam reproduksi wanita (sriati, 2008 dalam Rahmaeati, 2011).

Stress yang paling umum dialami oleh siswi saat ini merupakan stress akademik yang diantaranya ujian yang sulit, banyak tugas-tugas yang diberikan oleh sekolah, institusi atau akademik pendidikan, adanya tuntutan dari orang tua untuk memperoleh kualitas nilai akademik yang baik, serta kelulusan akademik, serta adanya hubungan yang tidak baik dari lingkungan baik lingkungan keluarga maupun lingkungan social juga yang dapat memicu timbulnya stress yang berdampak pada kesehatan fisik dan kesehatan reproduksi wanita salah satunya adalah gangguan siklus menstruasi (kistara, dalam (rina febriani, zaitul et al., 2019)).

Pernyataan tentang stress yang berdampak pada gangguan siklus menstruasi adalah salah satunya perubahan kadar hormon akibat stress atau keadaan emosi yang tidak stabil. Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017, masalah remaja global meliputi gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi terkait anemia (20,3%), ketidakmampuan belajar (19,7%) dan gangguan mental (0,7%) dan obesitas (0,5%). Gangguan menstruasi sering terjadi dan menyebabkan remaja memeriksakan diri ke dokter. Gangguan menstruasi yang tidak diobati dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari (Angrainy et al., 2020).

Sedangkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2015, remaja usia 10-19 tahun merupakan 49,1% remaja putri, dan sebagian diantaranya pernah mengalami menstruasi karena perubahan hormonal akibat pubertas (Angrainy et al., 2020). Sebuah penelitian yang dilakukan di Jepang terhadap 522 wanita usia 18 sampai 20 yang belajar di Ashiya College menunjukkan bahwa 33% wanita mengalami menstruasi tidak teratur dan 66,7% wanita mengalami menstruasi normal (Fujiwara, 2007). Ahli epigee mengatakan bahwa 30% wanita usia subur memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur (Wahyuningsih, 2018).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) 2010, sebagian besar (68%) wanita di Indonesia berusia 10-59 tahun mengumumkan masa normal dan 13,7% mengalami masalah siklus bulanan yang tidak terduga selama 1 tahun terakhir. Sebagian besar (68%) wanita di Indonesia berusia 10-59 tahun mengalami menstruasi normal dan 13,7% mengalami masalah siklus kewanitaan sporadis dalam 1 tahun terakhir. Periode tak terduga yang paling tinggi adalah Gorontalo (23,3%) dan terendah di Sulawesi Tenggara 8,7%. Masalah kewanitaan yang tidak terduga mulai terjadi pada usia 45-49 tahun, 17,4% dan 50-54 tahun, 17,1%, mungkin diidentikkan dengan masa menopause. Masalah kewanitaan yang tidak dapat diprediksi pada usia 17-29 tahun dan 30-34 tahun jumlahnya cukup banyak, yaitu 16,4%. Alasan yang dikemukakan oleh wanita 10-59 tahun yang memiliki siklus tak terduga karena stress dan banyak pertimbangan adalah 5,1% (Dervis, 2013).

Data dari RISKESDA yang menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang pernah mengalami siklus feminin, waktu normal menarche di Indonesia adalah 13 tahun (20,0%) dengan kejadian sebelumnya pada periode di bawah 9 tahun dan beberapa kemudian sampai usia 20 tahun dan 7 tahun. Ada 9% tidak menjawab atau mengabaikan, ada 7,8% yang mengumumkan bahwa mereka belum keluar. Secara garis besar, masa normal menarche 13-14 tahun terjadi pada 37,5% remaja Indonesia (RISKESDA, 2015). Tingkat dismenore di planet ini sangat besar. Secara keseluruhan, lebih dari separuh wanita di setiap negara mengalami dismenore. Di AS tingkat dismenore sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sedangkan di Indonesia angka tersebut dinilai pada 55% wanita usia subur yang disiksa dengan siksaan saat haid. Frekuensi dismenore meningkat dari 45-95% pada wanita usia konsepsi. Meski pada umumnya tidak berbahaya, hal itu cenderung menjengkelkan bagi wanita yang mengalaminya. Tingkat penderitaan dan tingkat pengaruh yang meresahkan tentu tidak setara untuk setiap wanita. Ada yang belum siap bekerja (sporadis sambil cemberut), ada juga yang belum bisa melakukan latihan karena tersiksa (Proverawati, 2009). Kondisi di Indonesia, lebih banyak wanita yang mengalami dismenorea yang tidak melapor atau berobat ke dokter spesialis. Aibnya para dokter spesialis dan kecenderungan untuk menganggap remeh penyakit seringkali membuat informasi tentang korban infeksi tertentu di Indonesia tidak dapat dipastikan tanpa bayang-bayang keraguan, boleh dibilang 90% wanita di Indonesia pernah mengalami dismenore (Anurogo, 2011). Di Surabaya, tercatat separuh wanita mengalami dismenore esensial, 10% wanita mengalami siksaan berat saat siklus kewanitaan, sehingga tidak mampu melakukan olahraga setiap hari selama 1-3 hari setiap bulannya (Angka et al., 2019).

## Metode

### Lokasi, Populasi, Sampel

Rancangan penelitian ini menggunakan *survei deskriptif* yaitu penelitian yang mengambil sampel dari suatu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan metode *cross sectional* (studi potong lintang). Populasi dalam penelitian ini adalah kelas 1A sebanyak 49 siswi, kelas 1B sebanyak 50 siswi, kelas 1C sebanyak 50 siswi dan kelas 1D sebanyak 54 siswi. jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 67 responden

1. kriteria inklusi yang ditetapkan adalah:
  - a. Siswi yang bersekolah di SMA 3 bulukumba
  - b. Berusia 15-18 tahun.
  - c. Bersedia menjadi responden.
2. Kriteria eksklusi adalah:
  - a. Tidak hadir saat penelitian berlangsung.
  - b. Siswi yang tidak kooperatif

### Pengumpulan data

- a. Sebelum kuesioner diserahkan kepada responden, peneliti memberikan penjelasan tentang tujuan penelitian.
- b. Setelah responden memahami tujuan penelitian, maka responden diminta kesediaannya untuk mengisi kuesioner.
- c. Jika responden telah menyatakan bersedia, maka kuesioner diberikan dan responden diminta untuk mempelajari terlebih dahulu tentang cara pengisian kuesioner.

### Pengumpulan Data

1. *Editing* (pemeriksaan)  
Editing dilakukan untuk meneliti setiap daftar pertanyaan yang sudah diisi, editing meliputi kelengkapan pengisian, kesalahan pengisian dan konsistensi dari setiap jawaban.
2. *Coding* (pengkodeaan)  
Koding merupakan tahap selanjutnya dengan memberi kode pada jawaban dari responden tersebut. Setelah semua koesioner diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan peng"kodean" atau "coding", yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Koding atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (*data entry*).
3. *Tabulasi data*  
Memberikan skor (scoring) terhadap item-item yang perlu diberi skor. Misalnya tes, angket berbentuk pilihan ganda, rating scale, dan sebagainya. Memberikan kode-kode terhadap item-item yang perlu diberi skor.

### Analisa Data

Setelah dilakukan tabulasi data, kemudian data diolah dengan menggunakan metode uji statistik yaitu analisis univariat dilakukan untuk variabel tunggal yang dianggap terkait dengan penelitian dan analisis bivariat untuk melihat distribusi beberapa variabel yang dianggap terkait dengan menggunakan uji *chi-square*. Dalam penelitian ini mencari hubungan variable berskala kategori tidak berpasangan dengan jenis table 2x2 (komparatif kategori) dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kemaknaan 95 % ( $p < 0,05$ ) bila nilai  $p < 0,05$  maka terdapat hubungan antara variabel, jika nilai  $p > 0,05$  maka tidak terdapat hubungan antara variable

## Hasil

### 1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan karakteristik di SMAN 3 Bulukumba

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
12-16 Tahun	20	29,9
17-18 Tahun	44	65,7
19 Tahun	3	4,5
Tingkat Stres		
Stres Ringan	27	40,3
Stres Sedang	32	47,8
Stres Berat	8	11,9
Gangguan Siklus Menstruasi		
Polimenorhea	40	59,7
Oligomenorhea	27	40,3

Distribusi frekuensi berdasarkan umur siswi SMAN 3 Bulukumba dilihat dari tabel menunjukkan bahwa dari 67 jumlah responden, usia responden yang paling dominan ataupun yang paling banyak adalah usia 12-16 tahun, sebanyak 20 responden dengan nilai presentase 29,9%. umur 17-18 tahun sebanyak 44 responden dengan nilai presentase 65,7% dan yang usia paling sedikit adalah 19 tahun sebanyak 3 Responden dengan presentase 4,5%. Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres siswi SMAN 3 Bulukumba dilihat dari tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 67 responden, siswi yang paling banyak mengalami stres sedang sebanyak 32 (47,8%) sedangkan yang mengalami stres ringan sebanyak 27 (40,3%) dan yang paling sedikit adalah siswi yang mengalami stres berat dengan jumlah 8 (11,9%) responden. Distribusi frekuensi berdasarkan gangguan siklus menstruasi dilihat dari tabel menunjukkan bahwa dari 67 jumlah responden, terdapat siswi yang paling tinggi mengalami gangguan siklus menstruasi polimenorhea sebanyak 40 responde dengan nilai presentase 59,7%. sedangkan siswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi oligomenorhea sebanyak 27 responder dengan presentase 40,3%.

## 2. Analisis Bivariat

Tabel 2 Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Siswi SMAN 3 Bulukumba

Tingkat Stres	Gangguan Siklus Menstruasi				Total		p
	Polimenorhea		Oligomenorhea		n	%	
	n	%	n	%			
Stres Ringan	11	16,4	16	23,9	27	40,3	0,028
Stres Sedang	24	35,8	8	11,9	32	47,8	
Stres Berat	5	7,5	3	4,5	8	11,9	
Total	29	43,3	13	19,4	67	100	

Berdasarkan analisa data hubungan tingkat stres terhadap gangguan siklus menstruasi dilihat dari tabel 5 menunjukkan bahwa dari 67 responden. Pada tabel pertama dengan gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* dengan siswi yang mengalami stres ringan sebanyak 11 Responder dengan peresentase 16,4%, siswi yang mengalami stres sedang dengan gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* sebanyak 24 responder dengan presentase 35,8%, sedangkan 5 responden siswi yang mengalami stres berat dengan gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* dengan nilai presentase (7,5%).

Sedangkan pada tabel kolom kedua dengan gangguan siklus menstruasi *oligomenorhe* siswi yang mengalami stres ringan sebanyak 16 responden dengan presentase (23,9%), pada siswi yang mengalami stres sedang dengan gangguan siklus menstruasi *oligomenorhe* sebanyak 8 responden dengan presentase (11,9%), sedangkan pada siswi yang mengalami stres berat dengan gangguan siklus menstruasi *oligomenorhe* sebanyak 3 responden dengan presentase 4,5%.

Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan uji *Chi-Square* maka diperoleh nilai  $p=0,028 < (p,\alpha =0,05)$ .  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan tingkat stres terhadap gangguan siklus menstruasi siswi SMAN 3 bulukumba.

## Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 67 jumlah responden, umur 12-16 tahun, sebanyak 20 (29,9%) responden, umur 17-18 tahun sebanyak 44 responden (65,7%) dan yang umur paling sedikit adalah 19 tahun sebanyak 3 responden (4,5%). Siswa yang mengalami menstruasi kurang dari seminggu sebanyak 34 responden (50,7%) dan siswa yang mengalami menstruasi lebih dari seminggu sebanyak 33 responden (49,3%), hasil ini sama memperkuat data frekuensi dari gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* sebanyak 40 (59,7%) sedangkan siswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi *oligomenorhea* sebanyak 27 (40,3%) responden. gangguan siklus menstruasi ini terjadi dikarenakan siswi yang mengalami stres sedang sebanyak 32 (47,8%) sedangkan yang mengalami stres ringan sebanyak 27 (40,3%) dan siswi yang mengalami stres berat dengan jumlah 8 (11,9%) responden.

Berdasarkan analisa data hubungan tingkat stres terhadap gangguan siklus menstruasi dilihat dari tabel 5.6 menunjukkan bahwa dari 67 responden. Pada tabel kolom pertama dengan gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* dengan siswi yang mengalami stres ringan sebanyak 11 responden (16,4%), siswi yang mengalami stres sedang dengan gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* sebanyak 24 responden (35,8%), sedangkan 8 responden yang mengalami stres berat dengan gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* 7,5%. Pada kolom kedua dengan gangguan siklus menstruasi *oligomenorhe* siswi yang mengalami stres ringan sebanyak 16 responden (23,9%), pada siswi yang mengalami stres sedang dengan gangguan siklus menstruasi *oligomenorhe* sebanyak 8 responden (11,9%), sedangkan pada siswi yang mengalami stres berat dengan gangguan siklus menstruasi *oligomenorhe* sebanyak 3 responden dengan peresentase (4,5%).

Peneliti melakukan wawancara dari 67 sampel yang bersedia diwawancarai oleh peneliti sebanyak 10 siswi dan dari 10 siswi yang diwawancarai hanya 5 siswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi meskipun banyak tugas yang diberikan oleh guru, namun siswi masih bisa menyelesaikan dengan tepat waktu dan mengganggu siklus menstruasi ini dikarenakan dukungan dari orang tua sehingga siswi tidak merasa stres berkepanjangan dari hasil analisis kuesioner dari 32 responden (47,8%) yang mengalami stres sedang ditandai dengan tanda gejala seperti mudah marah, sulit untuk beristirahat, mudah tersinggung, dan gelisah hal ini sesuai dengan teori *Psychology Foundation* (Bariyyah dan Latifah, 2015) stres yang berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari.

Hasil data ini menunjukkan masih banyak siswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi dapat dilihat dari 67 jumlah responden, terdapat siswi yang paling tinggi mengalami gangguan siklus menstruasi *polimenorhea* sebanyak 40 responden (59,7%) sedangkan siswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi *oligomenorhe* sebanyak 27 (40,3%).

Peneliti melakukan wawancara dari 67 sampel yang bersedia diwawancarai oleh peneliti sebanyak 10 siswi dan dari 10 siswi yang diwawancarai hanya 5 siswi yang mengalami siklus menstruasi yang pendek atau kurang dari 21 hari, siswi mengatakan "saya kadang mengalami menstruasi 2 kali dalam 1 bulan dengan darah yang begitu banyak keluar dan saya sampai menghabiskan pembalut 4 sampai 5 buah dalam sehari untuk mengantinya. Dan itu terjadi jika dirinya merasa tertekan dengan keinginannya yang tidak dipenuhi oleh orangtua" peneliti menyimpulkan bahwa responden mengalami stres ringan karena di pengaruhi oleh status pekerjaan orang tua dan ekonomi keluarga. Dimana banyak keinginan dan permintaan dari anak yang harus terpenuhi sehingga menimbulkan emosi yang tidak stabil, namun dengan penghasilan dari pekerjaan yang ditekuni oleh orang tua mampu memperbaiki status ekonomi sehingga mampu memenuhi kebutuhan anaknya meskipun tidak seluruhnya.

Dari hasil analisis kuesioner tentang siswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi lebih dari 21 hari dengan volume pendarahan lebih banyak dari bulan sebelumnya sebanyak 29 responden (43,3%) dan yang mengalami menstruasi lebih dari seminggu adalah 33 responden (49,3%). Dari hasil wawancara peneliti dengan 5 siswi yang mengalami tingkat stres sedang, dikarenakan siswi mengalami kelelahan dalam aktivitas sehari-hari ketika berada di sekolah seperti tugas di sekolah, bimbingan belajar di luar sekolah yang membuat sulit untuk beristirahat dirumah sehingga remaja putri menjadi mudah marah, mudah tersinggung dan gelisah. Dapat dilihat dari hasil analisis kuesioner siswi yang mengalami stres ringan 27 responden (40,3%).

Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan uji *Chi-Square* maka diperoleh nilai  $p=0,028 < (p,\alpha =0,05)$ .  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan tingkat stres terhadap gangguan siklus menstruasi siswi SMAN 3 bulukumba.

Sejalan dengan hasil penelitian eni (2018) yang membahas tentang hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri, dengan Hasil uji korelasi Chi-Square didapatkan nilai  $p=.016$ . Hal ini berarti terdapat hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi.

Diperkuat Nurul Anjarsari dan Etika Purnama Sari tentang hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada remaja putri Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian adalah 92 remaja putri kelas 2 SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya yang diambil dengan teknik Simple Random Sampling. Instrumen pengumpulan data tingkat stres dengan menggunakan Kuesioner DASS 42 dan kuesioner siklus menstruasi, serta uji korelasi Chi-Square.

## Kesimpulan

1. Ada hubungan stres berat terhadap gangguan siklus menstruasi siswi SMAN 3 bulukumba.
2. Ada hubungan stres sedang terhadap gangguan siklus menstruasi siswi SMAN 3 bulukumba.
3. Ada hubungan stres ringan terhadap gangguan siklus menstruasi siswi SMAN 3 bulukumba.

## Saran

1. Bagi Institusi  
Agar penelitian ini dapat menjadi acuan untuk melakukan dan mengefektifkan program dalam pemberian pembelajaran dan melihat kondisi psikis dan tingkat stress pada siswi yang mengalami gangguan menstruasi
2. Bagi Kepala Sekolah SMAN 3 Bulukumba  
Agar para guru lebih mengenal tentang psikis siswi untuk lebih mengetahui terkait dengan tingkat stres terhadap gangguan siklus menstruasi yang terjadi siswi.
3. Bagi Peneliti Lain  
Penelitian ini sebagai bahan masukan bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian tentang gangguan siklus menstruasi dan dapat menambah variable yang lain seperti " Pengetahuan dan perilaku siswi terhadap gangguan menstruasi"

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak / ibu dosen dan seluruh staff di STIKES Nani Hasanuddin Makassar atas bimbingan dan arahnya, Kepada orang tua, rekan, sahabat, saudara serta berbagai pihak khususnya partisipan dalam penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terimakasih atas setiap doa dan bantuan yang diberikan.

## Referensi

- Alimah, Nur dan Linda Agustina. 2014. "Faktor-faktor yang mempengaruhi minat mahasiswa mengikuti pendidikan profesi akuntan". *Accounting Analysis Journal* 3
- Andi Tenri Angka (2019) Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Kebersihan Organ Reproduksi Pada Saat Menstruasi Di Smp Negeri 27 Makassar
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013. RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) 2010. Jakarta.
- Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon, Suprihatin, Nailus Sa'adah, Ummu Salamah, Yulia Andani Murti, Agusniar Trisnamiati, Santa Lorita. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Diterbitkan oleh : Universitas Nasional IWWASH Global One
- Farida Aryahi, (2016) *STRES BELAJAR (SUATU PENDEKATAN DAN INTERVENSI KONSELING)*. Makassar. Diterbitkan oleh Edukasi Mitra Grafika.
- Govarest, S. and Gregoire, J. 2018. *Stressfullacademic Situations: Study on Appraisil Variables in Adolescence*. *British journal of Clinical Psychology*, 54, 261-271.
- Nugraha Setiawan, (2007). *Penentuan Ukuran Sampel Memakai Rumus Slovin Dan Tabel Krejcie-Morgan: Telaah Konsep Dan Aplikasinya*
- Nurul Anjarsari and Etika Purnama Sari (2020) Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. STIKES Adi Husada Surabaya, Indonesia. Laman Jurnal: <https://e-journal.unair.ac.id/PNJ> <http://dx.doi.org/10.20473/pnj.v1i1.19135>
- Profil Dinkes (Sul-Sel 2011) <http://dinkes.sulselprov.go.id/uploads/info/PROFIL-KESEHATAN-2011.pdf>
- Riset Kesehatan Dasar. (2010). *Perkembangan Status Kesehatan Masyarakat Indonesia*. <http://digilib.unimus.ac.id/download.php?id=13019>.
- Rizka Angrainy, Penti Dora Yanti dan Elvi Oktavia (2020) Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sman 5 Pekanbaru Tahun 2019. *Jurnal Ilmu Kebidanan* <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan>
- Sandu Siyoto, dan M. Ali Sodik, M.A, (2015), *Dasar metodegi penelitian*. Diterbitkan oleh: Literasi Media Publishing
- Sari, I. M. (2016). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Diploma IV Bidan*. Universitas Aisyiah Yogyakarta.
- Wahjono, Sentot Imam. (2010). *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Wahyuningsih Eni (2018) *Tingkat Stres Remaja Dengan Siklus Menstruasi Studi Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang*
- World Health Organization*, 2014. *Guidelines for An Integrated Approach to Nutritional Care of HIV-infected Children* (6 month-14 years). Diunduh dari <http://www.who.int/nutrition/publications/hiv-aids/9789241597524/en/index.html> pada tanggal 20 Mei 2021/
- World Health Organization* , 2017. *The sexual and reproductive health of younger adolescents*. Diunduh dari [http://libdoc.who.int/publications/2011/9789241501552\\_eng.pdf](http://libdoc.who.int/publications/2011/9789241501552_eng.pdf) pada tanggal 20 Mei 2021.