

HUBUNGAN ANTARA STRES DAN POLA MENSTRUASI PADA REMAJA PEREMPUAN SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI DI KOTA YOGYAKARTA

Hardiknas S. Saneba, Nuring Pangastuti, Shinta Prawitasari

Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan

Universitas Gadjah Mada Yogyakarta

INTISARI

Latar Belakang: Perubahan pada siklus menstruasi dapat disebabkan oleh kelainan primer maupun sekunder pada organ reproduksi. Stres merupakan salah satu penyebab gangguan sekunder pada sistem reproduksi yang dapat menyebabkan *functional hypothalamic amenorrhea (FHA)*, *premature ovarian failure (POF)*, atau perubahan pada karakteristik siklus menstruasi melalui penekanan pada aksis hipotalamus-pituitari-gonad. Beberapa penelitian mendukung pernyataan ini, namun masih terdapat variasi untuk mengidentifikasi ambang batas dimana tingkat stres dapat mengganggu siklus menstruasi.

Tujuan: Mengetahui bagaimana hubungan antara stres dengan gangguan menstruasi pada remaja perempuan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri di kota Yogyakarta.

Metode: Metode penelitian ini adalah *Cross-sectional*. Subyek penelitian terdiri dari remaja perempuan kelas X dan XI SMA Negeri di kota Yogyakarta yang berusia 15-18 tahun dan data-data diperoleh melalui pengisian kuesioner *online*. Gangguan menstruasi ditentukan berdasarkan kriteria *The International Federation of Gynecology and Obstetrics (FIGO) abnormal uterine bleeding (AUB) system-1* tahun 2018 yang direvisi. Tingkat stres diukur melalui skor *Perceived Stress Scale (PSS)* dan variabel luar yang dievaluasi adalah indeks massa tubuh dan aktivitas fisik dengan intensitas sedang. Analisis data menggunakan uji *Chi Square* dan analisis regresi logistik.

Hasil: Dari total 596 responder yang memenuhi kriteria inklusi, prevalensi tingkat stres tinggi sebesar 70,47% dan gangguan menstruasi sebesar 43,29%. Analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres tinggi ($p= 0,830$; RP 1,022), indeks massa tubuh ($p= 0,542$; RP 1,094), maupun aktivitas fisik intensitas sedang ($p= 0,717$; RP 1,045) terhadap gangguan menstruasi. Hasil yang sama ditunjukkan melalui analisis multivariat.

Kesimpulan: Tingkat stres tinggi ditemukan pada sebagian besar remaja perempuan di kota Yogyakarta, namun tidak terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap gangguan menstruasi.

Kata kunci: gangguan menstruasi, stres, remaja perempuan

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND MENSTRUAL PATTERNS IN ADOLESCENT WOMEN AT PUBLIC SENIOR HIGH SCHOOL IN THE CITY OF YOGYAKARTA

ABSTRACT

Background: Changes in the menstrual cycle can be caused by primary or secondary abnormalities in the reproductive organs. Stress is one of the causes of secondary disorders of the reproductive system that can cause functional hypothalamic amenorrhea (FHA), premature ovarian failure (POF), or changes in the characteristics of the menstrual cycle through emphasis on the hypothalamic-pituitary-gonadal axis. Several studies support this claim, but there are still variations to identify the threshold at which stress levels can disrupt the menstrual cycle.

Objective: This study aim to identify the relationship between stress and menstrual disorders in adolescent girls at public senior high school in the city of Yogyakarta.

Method: This is a cross-sectional study. The research subjects consisted of 15-18 years old female adolescents grade X and XI in Yogyakarta City Public Senior High School and the data were obtained through online questionnaires. Menstrual disorders were determined based on the revised 2018 criteria of The International Federation of Gynecology and Obstetrics (FIGO) abnormal uterine bleeding (AUB) system-1. Stress levels were measured by means of the Perceived Stress Scale (PSS) score and the external variables evaluated were body mass index and moderate intensity physical activity. Data analysis used Chi Square test and logistic regression analysis.

Results: Of the total 596 respondents who met the inclusion criteria, the prevalence of high stress levels was 70.47% and menstrual disorders was 43.29%. Bivariate analysis showed that there was no significant relationship between high stress levels ($p = 0.830$; RP 1.022), body mass index ($p = 0.542$; RP 1.094), and moderate intensity physical activity ($p = 0.717$; RP 1.045) on menstrual disorders. The same results were shown through multivariate analysis.

Conclusion: High stress levels are found in the majority of female adolescents in the city of Yogyakarta, but there is no relationship between stress levels and menstrual disorders

Keywords: menstrual disorders, stress, adolescent girls