

HUBUNGAN STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS HAID

Era Nurpadila, Sri Kustiyati, SST., M. Keb

Eranrfdla14@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Pendahuluan: Stres merupakan respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap tuntutan beban. Pada saat remaja terjadi perubahan-perubahan emosi yang tidak stabil akibat fluktuasi hormonal selama siklus haid. Remaja putri yang mengalami menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan oleh perubahan kadar hormon akibat stres atau sedang dalam keadaan emosi. **Tujuan:** Untuk mengetahui adanya hubungan stres dengan gangguan siklus haid pada siswi SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban. **Metode:** Metode penelitian ini adalah analitik korelatif dengan desain cross sectional. Subjek penelitian sebanyak 48 orang siswi SMA kelas 1,2 dan 3 SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. **Hasil:** Mayoritas gangguan siklus haid sampel adalah tidak normal (79,2%). Mayoritas stress sampel adalah stress sedang (41,7%) Hasil penelitian dengan uji statistik *Chi Square* didapatkan nilai ($p=0,000$) dimana *P value* lebih kecil dari *signifikan* (0,005) berarti terdapat hubungan yang *signifikan* antara stres dengan gangguan siklus haid. **Kesimpulan:** Terdapat korelasi yang bermakna antara stres dengan gangguan siklus haid di SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban.

Kata Kunci: *Menstruasi, Stres, Remaja Putri, Regresi Korelasi*