

**HUBUNGAN PEMBATASAN AKTIVITAS REMAJA
DENGAN TINGKAT STRES DAN SIKLUS HAID
PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI MAN II
KULON PROGO TAHUN 2021**

Wahyu Setyarini¹, Heru Subaris², Heni Puji³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jln Tata Bumi No3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email:wahyuelnuna@gmail.com, heru.subarisk@poltekkesjogja.ac.id,
henipujiw@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Covid-9 merupakan penyakit yang diakibatkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Corona Virus*. Pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mencegah penularan penyakit ini. Pembatasan aktivitas akibat pandemi *covid-19* mengharuskan remaja lebih banyak melakukan kegiatan di rumah, dapat berakibat terganggunya siklus haid dan memicu terjadinya stres.

Tujuan: Mengetahui hubungan pembatasan aktivitas remaja pada masa pandemi Covid-19 dengan tingkat stress dan siklus haid.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan pada 44 responden di MAN II Kulon Progo. Sampel diambil dengan metode *simple random sampling*.

Hasil: Siswa yang mematuhi pembatasan aktivitas belajar di sekolah, 39 siswi (88,6%) mengalami stres kategori sedang. Mayoritas siswi yakni 63,6% mengikuti pembatasan aktivitas di tempat umum mengalami stres dalam kategori sedang. Hasil uji bivariat tingkat stres dan siklus haid diperoleh tingkat stress tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gangguan siklus haid yang tidak normal. Rata-rata siklus haid sebelum pandemi lebih tinggi yang artinya pembatasan aktivitas remaja pada masa pandemi *covid-19* berdampak terhadap siklus haid. Hasil uji bivariat memperoleh hasil nilai *chi square test* diperoleh 6,570 dengan angka signifikan adalah 0,173 ($p<0,05$), artinya status gizi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan siklus haid siswi kelas XII di MAN II Kulon Progo.

Kesimpulan: pembatasan aktivitas pada masa pandemi covid-19 menyebabkan stres ringan dan sedang. Pembatasan aktivitas remaja secara keseluruhan tidak memberikan dampak yang signifikan terhadap siklus haid dan tidak ada hubungan antara status gizi dengan siklus haid.

Kata kunci : pambatasan aktivitas, siklus haid, stres

**THE RELATIONSHIP OF YOUTH ACTIVITY RESTRICTIONS
WITH STRESS LEVEL AND MENS CYCLE
DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN MAN II
KULON PROGO YEAR 2021**

Wahyu Setyarini¹, Heru Subaris², Heni Puji³

^{1,2,3} Department of Midwifery Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jln Tata Bumi No 3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email:wahyuelnuna@gmail.com, heru.subarisk@poltekkesjogja.ac.id,
henipujiw@gmail.com

ABSTRACT

Background: Covid-9 is a disease caused by the Severe Acute Respiratory Syndrome Corona Virus. The Indonesian government has established a policy of Large-Scale Social Restrictions (PSBB) to prevent the transmission of this disease. Activity restrictions due to the COVID-19 pandemic require teenagers to do more activities at home, which can result in disruption of the menstrual cycle and trigger stress.

The purpose of study: to determine the relationship between limiting adolescent activity during the Covid-19 pandemic with stress levels and menstrual cycles.

Methods: This research is a descriptive analytic study using a cross sectional approach which was conducted on 44 respondents at MAN II Kulon Progo. Samples were taken by simple random sampling method.

Results: Students who comply with the restrictions on learning activities at school are 39 students (88.6%) has moderate stress category. The majority of students, (63.6%), followed the restrictions on activities in public places and experienced stress in the moderate category. The results of the bivariate test of stress levels and menstrual cycles showed that stress levels did not have a significant interrelation with the incidence of abnormal menstrual cycle disorders. The average menstrual cycle before the pandemic was higher, which means that restrictions on adolescent activities during the COVID-19 pandemic had an impact on the menstrual cycle. The results of the bivariate test obtained that the chi square test value was 6.570 with a significant number of 0.173 ($p < 0.05$), meaning that nutritional status had no significant relationship with the menstrual cycle of class XII students at MAN II Kulon Progo

Conclusion: There is no interrelation between nutritional status and the menstrual cycle.

Keywords: activity restriction, menstrual cycle, stress