

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) secara resmi mendeklarasikan virus corona atau *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) sebagai pandemi pada tanggal 9 Maret 2020. WHO memberikan nama Covid-19 pada sebuah *press release* tanggal 11 Februari 2020.¹ Pemerintah telah melakukan berbagai upaya mulai dari edukasi protokol kesehatan dengan memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak. Adanya *social distancing* hingga *physical distancing* mempengaruhi sistem pendidikan di Indonesia. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud RI) menyatakan bahwa menteri pendidikan mengeluarkan Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 tentang Pencegahan *Corona Virus Disease* (Covid-19) pada Satuan Pendidikan yang menyatakan bahwa Satuan Pendidikan dapat melakukan konsultasi dengan Dinas Pendidikan atau Lembaga Satuan Pendidikan Tinggi untuk meliburkan sekolah dan perguruan tinggi. Sebagai gantinya kegiatan pembelajaran dilakukan secara *online* untuk semua jenjang pendidikan.²

Pemerintah mengeluarkan kebijakan mengenai Belajar dari Rumah (BDR) atau *Learn From Home* (LFH) dan *Work From Home* (WFH) sebagai upaya pencegahan penularan Covid-19 di Indonesia. BDR dilakukan secara dalam jaringan (*daring*) maupun luar jaringan (*luring*).³ Hasil penelitian di

program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Mataram, menyatakan bahwa terdapat 35% responden yang mengaku sering kesulitan dalam pembelajaran daring, 61,40% kadang mengalami kesulitan, dan 3,60% mengaku tidak pernah mengalami kesulitan dalam pembelajaran daring.⁴ BDR secara daring maupun luring mempunyai dampak sangat berarti bagi beberapa individu maupun kelompok masyarakat. Kesulitan utama yang paling banyak dialami pada pembelajaran daring yaitu terkait dengan jaringan internet. Hasil sebuah penelitian menyatakan terdapat 57,86% terkendala jaringan internet, 12,14% kurang fokus dan kesulitan memahami materi perkuliahan daring, 10,00% kesulitan kuota internet yang terbatas, 9,29% terkendala dengan media daring yang digunakan, 5,00% kesulitan terkait pengerjaan tugas melalui daring, 3,57% terkendala jadwal perkuliahan, dan hanya 2,14% merasa tidak memiliki masalah dengan pembelajaran daring.⁴ Penelitian mengenai analisis kesulitan belajar Via *Whatsapp* pada siswa kelas X, menyatakan bahwa kesulitan fakta sebesar 53,0%, kesulitan konsep 37,0%, kesulitan operasi sebesar 65,3%, dan kesulitan prinsip sebesar 34,5%.⁵

Perubahan proses pembelajaran secara cepat pada masa pandemi Covid-19 ini berpengaruh terhadap stres akademik mahasiswa.⁶ Stres akademik merupakan stres yang terjadi pada lingkungan sekolah atau pendidikan.⁷ Perempuan memiliki tingkat stres lebih tinggi daripada laki-laki. Penelitian pada mahasiswa dari beberapa Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS) yang tersebar di Pulau Jawa, diketahui pembelajaran daring tidak efektif sebesar 66% dan efektif sebesar 34%. Hal tersebut

disebabkan kurangnya pemahaman mahasiswa saat belajar mandiri, biaya kuota internet yang mahal, gangguan jaringan, kegiatan perkuliahan di luar jam yang seharusnya, dan kesiapan dosen mengenai materi dan media yang digunakan.⁶ Hal tersebut memicu meningkatnya tingkat stres dan kecemasan pada mahasiswa maupun remaja di tingkat sekolah. Stres merupakan salah satu faktor psikis penyebab dismenorea. Secara psikologis, tingkat emosional wanita cenderung labil ketika mengalami menstruasi.⁸

Secara hormonal, kondisi psikis atau stres berpengaruh terhadap dismenorea. Pada saat stres, tubuh akan memproduksi hormon adrenalin, estrogen, progesteron, dan prostaglandin yang berlebihan. Akan terjadi respon neuroendokrin yang menyebabkan CRH akan menstimulasi ACTH dan meningkatkan sekresi kortisol adrenal. Hormon-hormon tersebut akan menghambat sekresi *Follicle Stimulating Hormon* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH) sehingga menyebabkan sintesis dan pelepasan progesteron terganggu. Terjadi peningkatan sintesis kadar prostaglandin F2a dan E2 saat kadar progesteron rendah. Prostaglandin menyebabkan otot uterus dan pembuluh darah menegang. Tingginya kadar estrogen dapat menyebabkan peningkatan kontraksi uterus secara berlebihan sedangkan progesteron yang bersifat menghambat kontraksi rendah. Peningkatan hormon adrenalin menyebabkan terjadinya ketegangan otot tubuh termasuk otot rahim. Kondisi tersebut juga memicu peningkatan kontraksi berlebihan ketika menstruasi dan menimbulkan nyeri.⁹ Faktor lain yang mempengaruhi yaitu usia *menarche*,

lama menstruasi, riwayat keluarga, aktivitas fisik, dan Indeks Masa Tubuh (IMT).¹⁰

Masa remaja merupakan masa penuh dengan transisi perubahan fisik, emosi, dan psikis menuju kedewasaan. Perubahan tersebut dapat dilihat melalui tanda seks primer dan sekunder. Menstruasi merupakan tanda seks primer pada wanita, sedangkan tanda seks sekunder pada wanita di antaranya payudara membesar, pinggul melebar, dan tumbuhnya rambut di ketiak dan sekitar kemaluan. Menstruasi merupakan proses peluruhan lapisan bagian dalam pada dinding rahim wanita (endometrium) yang mengandung banyak pembuluh darah dan secara umum berlangsung selama 5-7 hari setiap bulannya.¹¹ Wanita biasanya mengalami menstruasi pertama kali (*menarche*) pada usia 12-14 tahun.¹² Menurut Pedoman Pelaksanaan Kegiatan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) Kesehatan Reproduksi untuk Petugas Kesehatan di Tingkat Pelayanan Dasar, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), menjelaskan bahwa tidak seimbangya perubahan kejiwaan dan perubahan fisik yang begitu cepat, dapat membingungkan para remaja.¹³ Gangguan selama menstruasi kerap dirasakan beberapa wanita menjelang maupun saat menstruasi, salah satunya yaitu rasa nyeri haid yang disebut dismenorea. Kebanyakan wanita mengalami tingkat nyeri yang bervariasi. Hal tersebut muncul dalam bentuk rasa tidak nyaman, sedangkan pada beberapa perempuan dapat menderita rasa sakit yang mampu menghentikan aktivitas sehari-hari.¹⁴

Dismenorea merupakan nyeri pada saat menstruasi. Nyeri tersebut dirasakan pada daerah perut bagian bawah yang kadang menjalar ke punggung.

Hal ini dapat terjadi pada wanita dewasa maupun remaja yang sedang mengalami menstruasi. Dismenorea diakibatkan oleh hiperkontraktilitas uterus yang disebabkan oleh prostaglandin. Seorang wanita yang mengalami dismenorea memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak daripada wanita yang tidak dismenorea. Prostaglandin dapat menimbulkan rasa nyeri, hal itu terjadi ketika kadar progesteron dalam darah rendah.¹⁵

Review WHO mengenai rata-rata kejadian dismenorea pada wanita muda terjadi antara 16,8-81%. Inggris melaporkan wanita yang mengeluh mengalami dismenorea sebanyak 45-97%, yang mana prevalensi hampir sama ditemui di negara-negara Eropa. Bulgaria menempati prevalensi terendah dengan 8,8% dan Finlandia menempati prevalensi tertinggi yaitu 94%.¹⁶ Pada tahun 2012, WHO menyatakan terdapat 1.769.425 jiwa atau 90% dari kaum perempuan di dunia mengalami keluhan dismenorea dengan 10-15% mengalami dismenorea berat. Sebuah *systematic review* dan *meta analysis* dengan 37 studi pada 20.813 perempuan menyatakan bahwa, prevalensi dismenorea sebesar 71,1%.¹⁷ Angka kejadian dismenorea di Indonesia pada kaum perempuan tercatat 64,25% dengan variasi 54,89% mengalami dismenorea primer dan 9,36% mengalami dismenorea sekunder.¹⁸ Data lain menyebutkan prevalensi dismenorea tertinggi sering ditemukan pada remaja wanita, diperkirakan antara 20-90% dan sekitar 15% remaja mengalami dismenorea berat.¹⁸ Prevalensi pada remaja putri yang mengalami kejadian dismenorea di Indonesia sekitar 55%. Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) wanita usia produktif yang mengalami dismenorea sebanyak 52%. Pada

penelitian lain menyebutkan, di DIY belum ada data pasti mengenai prevalensi dismenorea yang tertulis di Dinkes DIY, namun pada sebuah penelitian yang dilakukan pada siswi salah satu SMP di Kabupaten Bantul Yogyakarta, menyatakan bahwa 64.4% siswi pada sekolah tersebut mengalami dismenorea yang mayoritas berumur 14 tahun.¹⁹

Jumlah kelompok remaja (usia 10-19 tahun) di dunia diperkirakan berjumlah 1,2 milyar atau 16% dari jumlah penduduk dunia. Menurut WHO terdapat 360 juta atau sekitar 20% remaja dari penduduk di Asia Tenggara.²⁰ Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut sensus penduduk 2020 oleh Badan Pusat Statistik (BPS) sebanyak 46.9 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk Indonesia. Menurut BPS DIY jumlah kelompok usia 10-19 tahun di DIY tahun 2020 yaitu 519.321 jiwa.²¹ Menurut sensus penduduk 2020 oleh BPS, Kepala BPS Suhariyanto menyampaikan, hanya ada dua provinsi di Indonesia yang jumlah penduduk perempuannya melebihi jumlah penduduk berjenis kelamin laki-laki, yaitu DIY dengan rasio 98 dan Sulawesi Selatan dengan rasio rasio 99.²²

Menurut sensus penduduk 2020 DIY, Kabupaten Bantul menjadi kabupaten/ kota dengan rasio jenis kelamin tertinggi, yakni sebanyak 99,25 dibanding total DIY yaitu 98,22.²¹ Jumlah remaja perempuan yang lebih banyak daripada remaja laki-laki, membuat peneliti tertarik mengetahui tingkat kejadian dismenorea dan stres akademik pada remaja putri di wilayah tersebut. Kabupaten Bantul memiliki 17 kecamatan, yang terdiri dari 75 desa dan 933 dusun. Bantul merupakan ibu kota Kabupaten Bantul, DIY.²³ Berdasarkan studi

pendahuluan di Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul (Dinkes Bantul), kunjungan kasus dismenorea per Desember 2020 di Puskesmas Bantul I sebanyak 2 orang dan Bantul II sebanyak empat orang sehingga tidak ada prevalensi yang tepat mengenai kasus dismenorea pada remaja putri yang tercatat pada Dinkes Bantul. Banyak remaja putri yang tidak melakukan kunjungan ke fasilitas kesehatan saat mengalami dismenorea dan menganggap hal tersebut wajar saat mengalami menstruasi. Hal itu membuat peneliti memilih tempat penelitian pada sebuah sekolah yang mana remaja putri yang akan menjadi responden akan diketahui secara pasti populasinya.

Pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) rata-rata usia siswi antara 15-18 tahun. Menurut penelitian Parker (2020) dalam Sanday, S (2019) mengatakan usia paling rentan mengalami dismenorea adalah usia 14-19 tahun. Sejalan dengan penelitian Sanctis (2015) dalam Sanday, S (2019) bahwa usia rata-rata remaja mengalami dismenorea adalah 17 tahun. Hal ini membuat peneliti memilih jenjang SMA khususnya siswi kelas XI yang mempunyai rata-rata usia 17 tahun.¹⁹ Berdasarkan data Lembaga Tes Masuk Perguruan Tinggi (LTMPT) diketahui SMA di Kabupaten Bantul dengan peringkat tertinggi diraih oleh SMA N 1 Bantul dan menduduki peringkat ke-6 dalam urutan provinsi. Pada pelaksanaan Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB), SMA N 1 Bantul merupakan salah satu SMA yang menyediakan kuota penerimaan siswa dan jumlah rombongan belajar (rombel) terbanyak dengan jumlah daya tampung 324 siswa yang terbagi menjadi 9 rombel.⁹ Berdasarkan data tersebut maka peneliti memilih SMA N 1 Bantul sebagai lokasi penelitian dengan

memperhitungkan ketatnya persaingan sebagai sekolah dengan peringkat 10 besar di provinsi yang besar kemungkinan terjadinya stres akademik. Besarnya jumlah siswi sebagai populasi juga dipertimbangkan agar persebaran remaja menjadi lebih luas.

Menurut profil SMA N 1 Bantul pada Data Pokok Pendidikan, diperoleh data bahwa terdapat 27 rombel yang dibagi menjadi tiga kelas yaitu kelas 10 total 322 siswa dengan jumlah siswi sebanyak 228, kelas 11 total 324 siswa dengan jumlah siswi sebanyak 220, dan kelas 12 total 308 siswa dengan jumlah siswi sebanyak 194. Berdasarkan kondisi tersebut, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19.

B. Rumusan Masalah

Kebijakan pemerintah mengenai Belajar dari Rumah (BDR) yang dilakukan secara daring maupun luring, bertujuan untuk mencegah penularan Covid-19 agar tidak menyebar luas di Indonesia. Terdapat 97,86% remaja memiliki masalah dengan pembelajaran daring.⁴ Penelitian pada mahasiswa dari beberapa Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS) yang tersebar di Pulau Jawa, diketahui pembelajaran daring tidak efektif sebesar 66% dan efektif sebesar 34%. Hal tersebut disebabkan kurangnya pemahaman mahasiswa saat belajar mandiri, biaya kuota internet yang mahal, gangguan jaringan, kegiatan perkuliahan di luar jam yang seharusnya, dan kesiapan dosen mengenai materi dan media yang digunakan.⁶ Hal tersebut

memicu meningkatnya tingkat stres dan kecemasan pada remaja. Stres merupakan *predisposing factor* dismenorea.²⁴ Stres akademik merupakan stres yang terjadi pada lingkungan sekolah atau pendidikan.⁷

Menurut Isnaeni (2010) tubuh akan memproduksi adrenalin, estrogen, progesteron, dan prostaglandin dalam jumlah yang banyak ketika mengalami stres. Estrogen dapat meningkatkan kontraksi uterus, sedangkan progesteron mengambat kontraksi uterus. Hal tersebut menyebabkan nyeri saat menstruasi. Hormon adrenalin juga meningkat dan menyebabkan otot-otot dada dan uterus tegang sehingga menyebabkan nyeri saat menstruasi.²⁵ Ditambah tidak seimbangny perubahan kejiwaan dan perubahan fisik yang begitu cepat dapat membingungkan para remaja.¹³ Gangguan selama menstruasi pada beberapa wanita muncul dalam bentuk rasa tidak nyaman, sedangkan beberapa yang lain menderita rasa sakit yang mampu menghentikan aktivitas sehari-hari.²⁶

Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) wanita usia produktif yang mengalami dismenorea sebanyak 52%. Sebuah penelitian yang dilakukan pada siswi salah satu SMP di Kabupaten Bantul Yogyakarta, menyatakan bahwa 64.4% siswi pada sekolah tersebut mengalami dismenorea yang mayoritas berumur 14 tahun.¹⁹ Tingginya angka kejadian dismenorea pada remaja di Indonesia khususnya di DIY, serta transisi perubahan pembelajaran yang terjadi begitu cepat memicu terjadinya stres akademik membuat peneliti merasa perlu dilakukan penelitian akan keterkaitan hal tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka pertanyaan penelitian ini “Adakah hubungan

stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik (usia *menarche*, siklus menstruasi, lama menstruasi, dan riwayat keluarga yang mengalami dismenorea) pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19.
- b. Diketuainya proporsi kejadian stres akademik pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19.
- c. Diketuainya proporsi kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19.
- d. Diketuainya pengaruh variabel pengganggu terhadap tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan kebidanan khususnya Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR).

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti Selanjutnya
Memberikan pengalaman dan pengetahuan terutama tentang penelitian dan hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya tentang nyeri haid (dismenorea).
- b. Bagi Responden
Mendapatkan informasi mengenai hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri sehingga mampu menjadi upaya promotif dan preventif bagi teman dan sebayanya dalam menghadapi dismenorea pada saat BDR.
- c. Bagi Guru, Karyawan, dan Karyawati di SMA N 1 Bantul
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pencegahan masalah mengenai hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Populasi dan Sampel	Variabel	Metode	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Hubungan Intensitas Nyeri Dismenore dengan Aktivitas Belajar pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMA N 1 Banguntapan Yogyakarta, Sanday, dkk. ¹⁹	Populasi yaitu 133 remaja putri dari kelas X-XI di SMA N 1 Banguntapan Yogyakarta. Jumlah sampel sebanyak 80 responden yang masuk kriteria inklusi dan eksklusi.	Variabel bebas pada penelitian ini adalah nyeri dismenore dan variabel terikatnya adalah aktivitas belajar remaja putri.	<i>Non-eksperimen</i> desain <i>cross sectional</i> .	Didapatkan responden mengalami dismenore ringan 42,5% dan dismenore berat 57,5%. Responden yang merasa terganggu aktivitas belajarnya 88,8%, cukup terganggu 7,5% dan yang tidak merasa terganggu 3,8%. Terdapat hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar pada remaja putri usia 15-18 tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta.	Desain penelitian secara <i>cross sectional</i> .	Waktu (2019), tempat, sasaran, metode, dan variabel penelitian.
2.	Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres, dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman, Nuraini, S. Dkk. ²⁵	Populasi penelitian adalah Seluruh mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman, didapatkan sampel sebanyak 87 orang menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .	Variabel bebas yaitu usia menarche, status gizi, stres, dan kadar hemoglobin. Variabel terikat yaitu kejadian dismenorea primer.	Observasi analitik desain <i>cross sectional</i> .	Didapatkan responden mengalami dismenorea primer sedang (51,7%), usia menarche kategori normal (47,1%), status gizi overweight (35,6%), stres tingkat sedang (35,6%) dan kadar hemoglobin (Hb) normal (66,7%). Ada hubungan antara usia menarche, status gizi, dan stres, tetapi tidak ada hubungan kadar Hb dengan kejadian dismenorea primer.	Metode observasi analitik, desain penelitian secara <i>cross sectional</i> dan variabel terikat yaitu dismenorea.	Perbedaan dari penelitian ini adalah waktu (2020), tempat, sasaran, dan variabel bebas.

3.	<i>Prevalence and Predictors of Dysmenorrhea among Adolescent's Schoolgirls (Morocco)</i> , Lghoul, S., dkk. ²⁷	Dengan jumlah 364. <i>random sample</i> .	Variabel bebas yaitu prevalensi dan faktor penyebab dismenorea. Variabel terikat yaitu kejadian dismenorea.	<i>Descriptive cross sectional</i>	Rata-rata umur <i>menarche</i> sekitar 2.89 ± 1.34 tahun; prevalensi dari dismenorea yaitu 78% and 58.1% di antaranya menderita dismenorea berat yang meningkat dengan jelas sesuai usia. Dismenorea menyebabkan ketidakhadiran sebanyak 13% dari sejumlah perempuan dan kebanyakan disertai sakit punggung, kelelahan, iritasi, dan kecemasan. Umur ginekologi didapatkan sebagai faktor prediksi dari dismenorea di kalangan siswi.	Desain penelitian secara <i>cross sectional</i> dan variabel terikat yaitu kejadian dismenorea	Perbedaan dari penelitian ini adalah waktu (2020), tempat, sasaran, metode, dan variabel bebas.
4.	<i>Relation between Menstrual Profile and Pshychological Stress with Dysmenorrhea</i> , Maryam, dkk. ²⁸	Populasi 136 mahasiswi kedokteran Universitas Padjajaran dengan menggunakan total sampling.	Variabel bebas yaitu <i>menstrual profile</i> dan <i>psychological Stress condition</i> . Variabel terikat yaitu tingkat nyeri dismenorea.	Observasio nal analitik desain <i>cross sectional</i> .	<i>Menstrual profile</i> yaitu riwayat keluarga dengan dismenorea, berhubungan erat dengan dismenorea pada perempuan. Selain itu terdapat hubungan antara <i>severity of Stress</i> dengan dismenorea.	Metode observasiona l analitik, desain penelitian secara <i>cross sectional</i> dan variabel terikat bebas yaitu tingkat nyeri dismenorea.	Perbedaan dari penelitian ini adalah waktu (2016), tempat, sasaran, dan variabel bebas.

5. <i>The Effect of Stress on Menstrual Dysfunction in Female Students of Higher Educational Institutions in Moscow</i> , Lesmaya, dkk. ²⁹	Populasi pada penelitian ini 136 siswa perempuan dengan grup satu sebanyak 112 perempuan dengan menstruasi tidak teratur dan grup dua sebanyak 24 perempuan tanpa gangguan reproduksi.	Variabel bebas yaitu Stres. Variabel terikat yaitu gangguan menstruasi.	Observasi analitik desain <i>prospective cohort study</i> dan <i>systematic review</i> .	82,4% siswa perempuan mengalami gangguan menstruasi. Persentase tertinggi yaitu <i>premenstrual syndrom</i> (91,1%) dan dismenorea primer (85,7%). Siswa dengan stres yang tinggi dan depresi lebih signifikan dengan siklus menstruasi yang tidak teratur dibandingkan dengan kelompok perempuan yang tidak mengalami gangguan menstruasi.	Metode observasi analitik, dan variabel bebas yaitu berkaitan stres.	Perbedaan dari penelitian ini adalah waktu (Oktober 2018-Maret 2019), tempat, sasaran, desain penelitian, dan variabel terikat.
6. <i>Relationship between Examination Stress and Menstrual Irregularities among Medical Students of Rawalpindi Medical University</i> , Natt, dkk. ³⁰	Sampel pada penelitian ini 246 mahasiswi kedokteran Universitas Kedokteran Rawalpindi.	Variabel bebas yaitu <i>examination stress</i> . Variabel terikat yaitu <i>menstrual irregularities</i> .	Observasi deskriptif desain <i>cross sectional</i> .	Terdapat 34,1% mahasiswi kedokteran yang mengalami menstruasi tidak teratur, 37,4% mengalami siklus menstruasi lebih pendek. 36,9% memerlukan intervensi pada gangguan menstruasi mereka dan sebanyak 25 responden menyatakan efektif. 69% menderita <i>premenstrual symptoms</i> dan hanya 6 responden yang menderita kondisi medis kronis.	Desain penelitian secara <i>cross sectional</i> dan variabel bebas yaitu berkaitan dengan stres.	Perbedaan dari penelitian ini adalah waktu (2018), tempat, sasaran, metode penelitian, dan variabel terikat.

7. <i>Effect of Cognitive Behavioral Therapy on Depression, Anxiety, Stress, Achievement, and Coping Strategy among Young Female Students with Primary Dysmenorrhea,</i> Hassan, dkk. ³¹	Sampel penelitian sebanyak 116 mahasiswi keperawatan yang dibagi menjadi dua grup.	pada ini 116 yang menjadi dua grup.	Variabel bebas yaitu <i>Cognitive Behavioral Therapy on Depression, Anxiety, Stress, Achievement, and Coping Strategy</i> . Variabel terikat yaitu Dismenorea primer.	<i>Quasi-experimental (pre-post) research.</i> <i>Cognitive behavior therapy</i> mempeunyai efek positif pada tingkat nyeri, sulit konsentrasi, keterbatasan aktivitas fisik, pembatasan sosial, perubahan emosi, dan prestasi akademik. Terdapat perubahan signifikan pada depresi, <i>anxiety</i> , stres, dan upaya penanganan pada dismenorea primer.	Variabel terikat yaitu dismenorea.	Metode dan desain penelitian, waktu, tempat, sasaran, dan variabel bebas.
---	--	-------------------------------------	---	---	------------------------------------	---
