

BAB 6

PEMBAHASAN

5.3 Pembahasan

5.3.1 Tingkat Stres Pada Siswi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Darul Islam Gresik bahwa hampir setengahnya dari 100 responden mengalami stres normal sebanyak 50 siswi (50,0%), mengalami stres ringan sebanyak 21 siswi (21,0%), mengalami stres sedang sebanyak 23 siswi (23,0%), mengalami stres berat sebanyak 6 siswi (6,0%) dan tidak ada satupun yang mengalami stres berat 0 (0%).

Stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres yaitu lingkungan, kognitif, kepribadian, sosial-budaya. (Arikunto, 2013)

Stres sedang yang dialami siswi bisa disebabkan oleh permasalahan akademik maupun non akademik yang menyebabkan penurunan minat dan efektivitas penurunan energi cenderung mengekspresikan pandangan pada orang lain, perasaan marah, kecewa, frustrasi, bingung, putus asa, serta melemahkan tanggung jawab (Shinta, 2014)

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Toduho et al.13 (2014) mengenai hubungan antara stres psikologis dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 1 di SMA Negeri 3 Kepulauan Tidore, Maluku Utara.

Hasil yang didapatkan didapatkan 15 responden mengalami stres ringan (22,1%), 49 responden mengalami stres sedang (72,1%) dan 4 responden mengalami stres berat (5,9%).

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muniroh, dkk (2017) mengenai hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri di Asrama III Nusantara Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang hasil yang didapat hampir setengah dari 69 responden yang mengalami stres ringan sebanyak 33 orang (47,8%), mengalami stres sedang sebanyak 10 orang (14,5%) ,mengalami stres berat sebanyak 5 orang (7,2%) dan mengalami stres sangat berat sebanyak 1 orang (1,4%).

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Luthfa (2017) mengenai gambaran siklus menstruasi pada remaja putri dilihat berdasarkan tingkat stress di Pondok Pesantren Kuno Putri Gamping Sleman. Hasil yang didapat dari 49 responden mengalami stres ringan sebanyak 17 orang (34,7%), mengalami stres sedang sebanyak 19 orang (38,8%), mengalami stres berat sebanyak 2 orang (4,1%) dan mengalami stres sangat berat sebanyak 1 orang (2,0%).

5.3.2 Gangguan Siklus Menstruasi Pada Siswi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Darul Islam Gresik bahwa sebagian besar dari 100 responden mengalami 1 gangguan siklus menstruasi sebanyak 53 siswi (53,0%) , mengalami >1 gangguan siklus menstruasi sebanyak 33 siswi (33,0%) dan sebagian kecil tidak mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 14 siswi (14,0%).

Menstruasi merupakan perdarahan dari uterus yang terjadi secara periodik dan siklik. Hal ini disebabkan karena pelepasan (deskuamasi) endometrium akibat hormon ovarium (estrogen dan progesteron) mengalami penurunan terutama progesteron, pada akhir siklus ovarium, biasanya dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Meskipun menstruasi merupakan proses alamiah yang dialami oleh perempuan, hal ini menjadi masalah utama dalam masyarakat jika terjadi gangguan menstruasi (Kusmiran, 2014). Ada beberapa faktor penyebab gangguan siklus menstruasi yaitu berat badan, aktifitas fisik, stres, diet, Paparan lingkungan dan kondisi kerja, Sinkronisasi proses menstrual (interaksi sosial dan lingkungan), gangguan endokrin, gangguan perdarahan. (Kusmiran, 2014)

Hal ini memungkinkan karena proses siklus menstruasi tidak berjalan normal bisa disebabkan karena gangguan indung telur, gangguan hipotalamus, stres atau depresi, obesitas, tumor yang mensekresikan estrogen. Gangguan tersebut menyebabkan hormon yang berperan dalam siklus terganggu, hormon tersebut adalah FSH, LH, estrogen dan progesteron.

Gangguan dari stres menstruasi terdiri dari lima yaitu polimenorea siklus yang memendek atau <21 hari, oligomenorea siklus yang memanjang atau >35 hari, amenorea jika menstruasinya tidak datang dalam 3 bulan berturut-turut, hipermenorea jika terjadi perdarahan menstruasi yang terlalu banyak dari normal atau >8 hari dan dismenorea nyeri perut saat menstruasi. (Kusmiran, 2011)