

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN AMENOREA PADA MAHASISWI DI KELURAHAN TLOGOMAS KECAMATAN LOWOKWARU KOTA MALANG

¹Novi Budi Ningrum ²Donna Dwinita Adelia,
^{1,2}Program Studi Diploma III
Politeknik Kesehatan Wira Husada Nusantara Malang
Email: 1novi@whn.ac.id, 2donna@whn.ac.id

ABSTRACT

Menstrual disorders are a common problem in women. Irregular menstruation can be caused by hormonal disturbances or psychological factors, such as stress, depression, and others that can affect hormone work. The physical and emotional tension that accompanies stress causes amenorrhea. Based on preliminary study results found that of 8 students 5 of them experienced menstrual delay for 3 months and 2 Between short menstrual cycle. The purpose of this research is to identify and know the relationship of stress level with the incidence of amenorrhea in the students in Tlogomas subdistrict of Lowokwaru Malang. Data collection methods in this study by using questionnaires or interviews to obtain data in the form of responses or responses from the sample research, then the data obtained then analyzed by using descriptive analysis and also using a simple linear regression analysis. The result of linear deferhana regression analysis showed that there was a significant correlation between stress level (X) to amenorrhea (Y) with the T value $t_{count} (3,530) > t_{table} (2,048)$ and $F_{count} 20,136 > F_{table} value 4,182$. The value of regression coefficient of determination of 0,308 or 30,8%.

Keywords: *Stress Level, Amenorrhea*

ABSTRAK

Gangguan menstruasi merupakan masalah yang sering terjadi pada wanita. Menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan karena adanya gangguan hormon maupun faktor psikis, seperti stres, depresi dan lain-lain yang dapat mempengaruhi kerja hormon. Ketegangan fisik dan emosional yang menyertai stres menimbulkan amenoreea. berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan bahwa dari 8 mahasiswa 5 diantaranya mengalami keterlambatan haid selama 3 bulan dan 2 diantaranya siklus haidnya pendek. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian amenoreea pada mahasiswa di kelurahan Tlogomas kecamatan Lowokwaru kota Malang. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan kuesioner atau wawancara untuk mendapatkan data berupa tanggapan atau respon dari sampel penelitian, kemudian data yang diperoleh selanjutnya dianalisa dengan menggunakan analisis deskriptif dan juga menggunakan analisa regresi linear sederhana. Hasil analisa regresi linear deferhana menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres (X) terhadap amenoreea (Y) dengan nilai t_{hitung} sebesar $(3,530) > t_{tabel} (2,048)$ dan nilai F_{hitung} sebesar $20,136 > nilai F_{tabel}$ sebesar $4,182$. Nilai koefisien regresi determinasi sebesar 0,308 atau 30,8 %.

Kata Kunci : *Tingkat Stres, Amenoreea*

PENDAHULUAN

Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari seseorang yang mencoba beradaptasi serta mengatur tekanan baik internal maupun eksternal atau yang disebut juga stresor. Semua bagian dari kehidupan dapat dipengaruhi oleh stresor. Salah satu gangguan yang dapat terjadi akibat dari stresor yaitu siklus menstruasi yang tidak teratur yang disebabkan oleh orang tersebut mengalami stres pada mental, perubahan pada perilaku, adanya masalah saat berinteraksi dengan orang lain serta adanya keluhan fisik. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi, stres melibatkan sistem neuro endokrinologi sebagai sistem yang besar peranannya dalam reproduksi wanita (Hawarii, 2008).

Saat ini orang-orang modern dihadapkan pada paradoksikal dari stres tersebut. Akibat dari stress yaitu penyakit pada fisik dapat muncul karena menurunnya daya tahan tubuh pada saat terjadinya stres. Ketidaknyamanan yang timbul akibat penyerta stres seperti emosional dan ketegangan fisik. Hal ini menjadikan seseorang termotivasi untuk melakukan tindakan-tindakan untuk mengurangi rasa stres atau yang disebut juga mekanisme koping. Mekanisme koping merupakan tindakan yang dilakukan oleh seseorang untuk menyelesaikan masalahnya, penyesuaian terhadap perubahan, reaksi terhadap kondisi yang mengancam seperti destruktif (maladaptif) dan konstruktif (adaptif).

Selain itu stres adalah bagian yang krusial dari kehidupan dalam memberikan rasa semangat untuk aktivitas, hidup serta berkembang. Namun stres juga dapat menjadi akar permasalahan baik medis, sosiologikal dan ekonomi. Selain itu stres adalah faktor dasar dari berbagai penyakit. Salah satunya adalah dapat menyebabkan gangguan pada menstruasi (Manuaba, 2009).

Siklus menstruasi yang terganggu dapat disebabkan oleh fungsi hormon yang terganggu, kelainan pada sistemik, pembesaran kelenjar tiroid, serta produksi

yang berlebihan pada hormon prolaktin. Gangguan dari stres menstruasi terdiri dari tiga, yaitu: siklus menstruasi pendek (*polimenorea*), siklus menstruasi yang panjang (*oligomenorea*) serta tidak terjadinya menstruasi pada 3 bulan berturut-turut (*amenorea*) (Isnaeni, 2010).

Amenorea merupakan keadaan tidak terjadinya menstruasi dalam 3 bulan berturut-turut. *Amenorea* dibagi menjadi *amenorea primer* dan *amenorea sekunder*. *Amenorea primer* yaitu kejadian ini terjadi pada wanita yang berusia > 18 tahun yang tidak pernah mengalami menstruasi. Sedangkan *amenorea sekunder* yaitu seorang wanita sebelumnya pernah mengalami menstruasi namun setelahnya tidak lagi (Wiknjosastro, 2012).

Menurut Manuaba (2009) penyebab dari *amenorea primer* adalah tidak terbentuknya rahim, tidak ada liang vagina, atau gangguan hormonal sedangkan *amenorea sekunder* disebabkan oleh gangguan gizi dan metabolisme, gangguan hormonal, terdapat tumor alat kelamin, atau terdapat penyakit menahun.

Berikut ini penyebab *amenorea* menurut Dipiro (2008) ;

1. Kelainan di otak, kelenjar hipofisa, kelenjar tiroid, kelenjar adrenal, ovarium maupun bagian dari sistem reproduksi lainnya.
2. Kelainan kongenital seperti wanita yang lahir tanpa vagina dan rahim, terdapat sekat di dalam vagina, penyempitan pada mulut rahim (serviks) serta terjadinya *hymen imperforate*.
3. Berat badan yang mengalami penurunan secara signifikan akibat pola diet yang berlebihan, kemiskinan, bulimia, anoreksia dan lain-lain.
4. Penambahan berat badan
5. Kekurangan gizi

Patofisiologi terjadinya *amenorea* karena, siklus menstruasi normal terjadi karena perubahan kadar hormon dibuat dan dikeluarkan oleh indung telur. Sinyal hormon yang berasal dari kelenjar pituitari direspon oleh ovarium kemudian di otak diatur oleh hormon-hormon yang telah diproduksi. *Amenorea* yakni terjadinya gangguan pada

setiap komponen siklus peraturan. Selain itu, kejadian amenorea pada wanita yang berusia muda terkadang diabaikan bahkan disalahpahami oleh orang lain yakni kehamilan yang tidak diketahui (Dipiro, 2008).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan bahwa dari 8 mahasiswa 5 diantaranya mengalami keterlambatan haid selama 3 bulan dan 2 diantaranya siklus haidnya pendek. Oleh karena itu penulis merasa tertarik dan meneliti tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian amenorea pada mahasiswa di kelurahan Tlogomas kecamatan Lowokwaru kota Malang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survei analitik dengan menggunakan pendekatan *retrospective*.

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang pada April sampai Mei 2019.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa di Kelurahan Tlogomas sebanyak 400 orang.

Sampel pada penelitian ini yaitu mahasiswa yang mengalami amenorea di Kelurahan Tlogomas sebanyak 30 orang.

Teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat stres (X). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah amenorea (Y).

Dalam penelitian ini data dikumpulkan dengan metode wawancara, formulir kuesioner, formulir lain-lain yang berkaitan dengan penataan data dan lain-lain.

Data dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif (tabulasi silang) dan juga menggunakan model regresi linier (Setiawan, 2010).

HASIL PENELITIAN

A. Data Umum

1. Tingkat usia responden

Karakteristik usia responden yaitu mahasiswa di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang dapat dilihat pada tabel 1 berikut.

Tabel 1: Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia (Tahun)	Jumlah Orang	Persentase (%)
> 20	11	37
17 - 20	19	63,3
> 17	0	0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswi, diantaranya 11 responden (37%) yang berusia > 20 tahun dan 19 responden (63,3%) yang berusia 17-20 tahun.

B. Data Khusus

1. Deskripsi jawaban responden tentang tingkat stres

Tabel 2: Deskripsi Tingkat Stres

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Ringan	9	30
Sedang	12	40
Berat	9	30
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswi, diantaranya sebanyak 9 mahasiswi (30 %), yang mengalami stres ringan, 12 mahasiswi (40 %) yang mengalami stres sedang dan 9 mahasiswi (30 %) yang mengalami stres berat.

2. Deskripsi jawaban responden tentang emosional

Tabel 3: Deskripsi Variabel Berdasarkan Keadaan Emosional

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Tidak mudah emosional	4	13,3
Kadang mudah emosional	15	50,0
Mudah emosional	11	36,7
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswa diantaranya 4 mahasiswa (13,3 %) yang tidak mudah tersinggung, khawatir, gelisah, kehilangan konsentrasi dan menangis, 15 mahasiswa (50 %) yang kadang mengalami mudah tersinggung, khawatir, gelisah, kehilangan konsentrasi dan menangis, 11 mahasiswa (36,7 %) mudah tersinggung, khawatir, gelisah, kehilangan konsentrasi dan menangis

3. Deskripsi jawaban responden tentang perasaan panik

Tabel 4: Deskripsi Variabel Berdasarkan Perasaan Panik

Jawaban	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Tidak	9	30,0
Kadang	16	53,3
sering	5	16,7
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 4 dapat di ketahui bahwa dari 30 responden mahasiswa, diantaranya sebanyak 9 mahasiswa (30 %) yang tidak pernah mengalami panik, 16 mahasiswa (53,3 %) yang kadang mengalami panik dan 6 mahasiswa (20 %) yang mengalami panik.

4. Deskripsi jawaban responden tentang sulit tidur

Tabel 5: Deskripsi Variabel Berdasarkan Sulit Tidur

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Tidak	3	10,0
Kadang	20	66,7
sering	7	23,3
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat deskripsikan bahwa dari 30 responden mahasiswi, diantaranya 3 mahasiswi (10,0 %) yang tidak mengalami kesulitan tidur, 20 mahasiswi (66,7 %) yang kadang mengalami kesulitan tidur dan 7 mahasiswi (23,3 %) yang sering mengalami kesulitan dalam tidur.

5. Deskripsi jawaban responden tentang nyeri otot

Tabel 6: Deskripsi Variabel Berdasarkan Nyeri Otot

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Tidak	11	36,7
kadang	16	53,3
Sering	3	10,0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 6 di atas, diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswa diantaranya 11 mahasiswa (36,7 %) yang tidak mengalami nyeri otot, 16 mahasiswa (53,3 %) yang kadang – kadang mengalami nyeri otot dan 3 mahasiswa (10 %) yang sering mengalami nyeri otot.

6. Deskripsi jawaban responden tentang nafsu makan

Tabel 7: Deskripsi Variabel Berdasarkan Nafsu Makan

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Bertambah	8	26,7
Kadang bertambah/kadang berkurang	14	46,7
Berkurang/tidak ada nafsu makan	8	26,7
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswi, diantaranya 8 mahasiswi (26,7 %) yang nafsu makannya bertambah bila stres, 14 mahasiswi (46,7 %) yang nafsu makannya kadang bertambah atau kadang berkurang bila stres, 8 mahasiswi (26,7 %) yang nafsu makannya berkurang atau tidak ada nafsu makan bila stres.

7. Deskripsi jawaban responden tentang flu

Tabel 8: Deskripsi Variabel Kerentanan Terhadap Flu

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Tidak	20	66,7
Kadang	8	26,6
Sering	2	6,7
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 8 di atas, diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswi, diantaranya 20 mahasiswi yang tidak rentan mengalami flu bila stres, 8 mahasiswi (26,6%) yang kadang – kadang rentan mengalami flu dan 2 mahasiswi (6,7%) yang sering mengalami flu bila stres.

8. Deskripsi jawaban responden tentang Amenorea

Tabel 9: Deskripsi Variabel Berdasarkan Amenorea

Jawaban (Bulan)	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
3	24	80,0
4 – 5	6	20,0
> 6	0	0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 9 di atas, diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswi, sebagian besar yakni 24 mahasiswi yang mengalami amenorea selama 3 bulan dan sisanya 6 mahasiswi yang mengalami amenorea selama 4 – 5 bulan.

9. Deskripsi jawaban responden tentang Galaktore

Tabel 10: Deskripsi Variabel Berdasarkan Galaktore

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Tidak	30	100
Kadang	0	0
Sering	0	0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 10 diatas, diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswi, semuanya yakni 30 responden mahasiswi tidak mengalami galaktore atau pembentukan air susu.

C. Data Penunjang

Selain itu peneliti juga menyajikan data penunjang sebagai berikut:

1. Deskripsi jawaban responden tentang nyeri kepala/pusing

Tabel 11: Deskripsi Variabel Berdasarkan Nyeri Kepala/ Pusing

Jawaban	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Tidak	2	6,7
Kadang	13	43,3
Sering	15	50,0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 11 di atas, diketahui bahwa dari 30 responden mahasiswi, diantaranya 2 mahasiswi (6,7%) yang tidak mengalami nyeri kepala/pusing bila stres, 13 mahasiswi (43,3%) yang kadang-kadang mengalami nyeri pada kepala atau pusing dan 15 mahasiswi (50%) yang sering mengalami nyeri kepala/pusing bila stres.

D. Analisis Hasil Pengujian

Analisis statistik dan pengujian penelitian dengan regresi linear penelitian

Variabel		Rata-rata	Terkecil	Terbesar	Standar Deviasi
Tingkat stress (X)	30	14,600	11	17	1,631
Amenorea (Y)	30	5,733	5	6	0,449

Berdasarkan data pada tabel 12 dapat diketahui bahwa dari jawab 30 responden mahasiswi didapatkan skor rata-rata tingkat stres (X) sebesar 14,00 dengan nilai terkecil 11 dan nilai terbesar 17 serta standar deviasi sebesar 1,631 sedangkan untuk skor rata-rata Amnorea (Y) adalah 5,733 dengan nilai terkecil 5

Variabel	Koefisien Regresi	Standar Error	t _{hitung}	t _{tabel}	sig.
Tingkat stres (X)	0,151	0,043	3,530	2,048	0,001

Dari tabel 13 hasil analisis dapat dilihat melalui bentuk persamaan regresi linear berganda berikut:

$$y = 3,894 + (0,151) X \dots\dots\dots$$

Dari persamaan tersebut di atas dapat terlihat bahwa nilai koefisien regresi variabel tingkat stres (X) bernilai positif dapat disimpulkan bahwa variabel tingkat stres (X) memiliki hubungan yang kuat terhadap amenorea (Y), dimana semakin tinggi tingkat stres seseorang (X) maka

Sumber Variasi	Derajat Bebas	Jumlah Kuadrat	Kuadrat Tengah	F _{hitung}	F _{tabel}	Sig.
Regresi	1	1,478	1,478	12,461	4,182	0,001
Galat	28	3,322	0,119			
Total	29	4,800				

Koefisien Determinasi (R^{square}) = 0,308

ini bertujuan untuk mengetahui dan mengukur hubungan tingkat stres dengan kejadian amenorea pada mahasiswa di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

Berdasarkan hasil dari penyebaran kuesioner pada 30 mahasiswi dengan variabel yang dikaji adalah tingkat stres dan amenorea sebagai berikut.

Tabel 12: Nilai Mean, Nilai Terkecil, Nilai Terbesar Dan Deviasi Standar

dan nilai terbesar 6 serta standar deviasi 0,449.

Tabel 13: Nilai Koefisien Regresi, Standar Error, t_{hitung} dan t_{tabel} tingkat stres (X)

semakin tinggi amenorea (Y) begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan uji t asupan nutrisi (X) dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} > t_{tabel} yaitu 3,530 > 2,048 menunjukkan bahwa tingkat stres (X) memiliki hubungan erat dengan amenorea (Y)

Tabel 14: Analisis Ragam Regresi Variabel tingkat stres (X) dan Amenorea(Y)

Berdasarkan tabel 14 pengujian hasil hipotesis model regresi menggunakan uji F. Dalam tabel distribusi F diapatkan nilai tabel dengan *degrees of freedom* (df) $n_1 n_2$ 29, nilai regresi jumlah kuadrat 1,478 dengan kuadrat tengah 1,478 dan diketahui bahwa nilai F_{hitung} sebesar 12,461 > nilai F_{tabel} sebesar 4,182 dengan nilai signifikan $0,001 < \alpha$ (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel bebas tingkat stres (X) mempunyai hubungan dengan variabel terikat yaitu amenorea (Y).

Dari hasil R^2 (*koefisien determinasi*) menunjukkan bahwa variabel bebas dalam model yang dianalisis, sudah bisa menerangkan atau menjelaskan hubungan variabel bebas dengan variabel tidak bebas. Hal tersebut dapat dilihat pada nilai R^2 yaitu sebesar 0,308 atau 30,8 % maka dengan demikian berarti bahwa tingkat stres (X) mempengaruhi dalam amenorea (Y) sebesar 30,8 % sedangkan sisanya sebesar 69,2 % dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak termaksud dalam penelitian ini.

E. Pembahasan Hasil Penelitian

Dari hasil analisa yang diperoleh pada variabel tingkat stres (X) sebesar (3,530) > t_{tabel} (2,048) dengan nilai signifikan 0,001. Dalam hal ini tingkat stres (X) berhubungan erat dengan amenorea (Y). Hal ini sesuai dengan pendapat Sriati (2008) bahwa stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari seseorang yang mencoba beradaptasi serta mengatur tekanan baik internal maupun eksternal atau yang disebut juga stresor. Stresor dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam interaksi dengan orang lain dan keluhan-keluhan fisik salah satunya gangguan siklus menstruasi. Dan menurut Wiknjosastro (2012) amenorea merupakan keadaan tidak terjadinya menstruasi dalam 3 bulan berturut-turut. Amenorea dibagi menjadi amenorea primer dan amenorea sekunder. Amenorea primer yaitu kejadian ini terjadi pada wanita yang berusia > 18 tahun yang tidak pernah mengalami menstruasi. Sedangkan amenorea sekunder yaitu seorang wanita sebelumnya

pernah mengalami menstruasi namun setelahnya tidak lagi.

Berdasarkan nilai F_{hitung} sebesar 12,461 > nilai F_{tabel} sebesar 4,182 dengan nilai signifikan 0,000 artinya ada hubungan yang erat dan signifikan antara tingkat stres (X) dengan amenorea (Y). Dimana semakin tinggi tingkat stres seseorang maka semakin tinggi amenorea atau semakin rendah tingkat stres seseorang maka semakin rendah kejadian amenorea. hal ini juga sejalan dengan pendapat Kusmiran (2011) bahwa stres menyebabkan perubahan sistemik dalam tubuh, khususnya sistem persyarafan dalam hipotalamus melalui perubahan prolaktin atau endogenausopiat yang dapat memengaruhi elevasi kortisol basal dan menurunkan hormon lutein (LH) yang menyebabkan amenorea. Adapun menurut Hawarii (2008) stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari seseorang yang mencoba beradaptasi serta mengatur tekanan baik internal maupun eksternal atau yang disebut juga stresor. Semua bagian dari kehidupan dapat dipengaruhi oleh stresor. Salah satu gangguan yang dapat terjadi akibat dari stresor yaitu siklus menstruasi yang tidak teratur yang disebabkan oleh orang tersebut mengalami stres pada mental, perubahan pada perilaku, adanya masalah saat berinteraksi dengan orang lain serta adanya keluhan fisik. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi, stres melibatkan sistem neuro endokrinologi sebagai sistem yang besar peranannya dalam reproduksi wanita.

Dari hasil koefisien regresi determinasi sebesar 0,308 atau 30,8 % maka dengan demikian berarti bahwa tingkat stres (X) mempengaruhi dalam amenorea (Y) sebesar 30,8 % sedangkan sisanya sebesar 69,2 % dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak termaksud dalam penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dan analisa yang telah disampaikan. Maka kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah:

1. Adanya hubungan yang signifikan dari variabel tingkat stres (X) terhadap amenorea (Y) yang dibuktikan dengan nilai t_{hitung} sebesar (3,530) > t_{tabel} (2,048).

2. Adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres (X) dengan amenorea (Y) dengan nilai F_{hitung} sebesar 12,461 > nilai F_{tabel} sebesar 4,182 .
3. Nilai koefisien regresi determinasi sebesar 0,308 atau 30,8 %, dimana tingkat stres (X) mempengaruhi dalam amenorea (Y) sebesar 0,308 % sedangkan sisanya sebesar 0,692 atau 69,2 % dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak termaksud dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Yayasan BSMT, Direktur Akademi Kebidanan Wira Husada Nusantara Malang, Lurah Tlogomas, para responden dan seluruh civitas akademika yang telah berperan dalam terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Carlson, N.R., 2005. *Foundation Of Physiological Psychology*. Edisi 6. Permission Departemen, Diakses Tanggal 02 Maret 2017.
- Chomaria, Nurul (2009). *Tips Jitu Dan Praktis Mengusir Stress*. Diva Press (Anggota Ikapi), Jogjakarta.
- Dipiro Tj, Talbert Lr, Dkk. 2008. *Pharmacotherapy: A Pathophysiology Approach*. The Mc Graw-Hill Companies Inc, USA.
- Ernawati, (2007). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Mekanisme Koping Pada Mahasiswa USU*, Universitas Sumatra Utara, Indonesia.
- Hawari, dadang. 2008. *Stres, Cemas Dan Depresi*. FKUI, Jakarta.
- Hidayat, Aziz Alimul, 2007. *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika, Jakarta.
- Isnaeni Desty Nur, 2006. *Hubungan Antara Stres Dengan Pola Menstruasi Pada Mahasiswa DIV Kebidanan Jalur Reguler Universitas Sebelas Maret Surakarta*. Jurnal kesehatan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Diakses tanggal 02 maret 2017.
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Salemba Medika, Jakarta.
- Lusik, Bob. 2007. *Kendalikan Stres Anda*. Gramedia, Jakarta.
- Manuaba, I.A.C. 2002. *Gawat-Darurat Obstetri-Ginekologi & Obstetri-Ginekologi*. EGC, Jakarta.
- Manuaba, I.B.G. 2003. *Memahami Kesehatan Reproduksi Remaja*. EGC, Jakarta.
- Manuaba. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Edisi 2. EGC, Jakarta.
- Mumpuni Dan Wulandari, 2010. *Cara Jitu Mengatasi Stres*. Andi, Yogyakarta.
- Notoadmodjo, 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar*. Cetakan Ke-2. Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nurliyanti. 2014. *Pengaruh Terapi Tawa Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Semester Awal Psik Fk Uh*. Skripsi. Makassar , Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanudin. Diakses tanggal 02 maret 2017.
- Nursalam. 2003. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis Dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Ed. I. EGC, Jakarta.
- Owen, Elisabeth., (2005). *Panduan Kesehatan Bagi Wanita*. Jakarta. Prestasi Pustakaraya.
- Pardede, Nanchy. 2002. *Tumbuh Kembang Anak Dan Remaja*. Sagung Seto, Jakarta.
- Pinel, J P J. 2009. *Biopsikologi*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Pinel. 2009. *Stres Dan Kesehatan. Dalam: Biopsikologi Edisi Ke-7*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar. Sosial Untuk Profesi Bidan. Jakarta. EGC; 2008.
- Prawiroharjo, S. 2005. *Ilmu Kandungan*. YBPSP. Jakarta
- Rasmun 2004. *Stres, Koping Dan Adaptasi (Edisi Pertama)*. Jakarta. Sagung Seto.
- Setiawan, Ari, Saryono. 2010. *Mertodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 Dan S2*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Soetjningsi. 2004. *Tumbuh Kembang Anak Dan Remaja*. Sagung Seto, Jakarta.
- Sriati. 2008. *Tinjauan Tentang Stress*. <http://www.akademik.unsri.ac.id/> Diakses Tanggal 02 Maret 2017.

Syaifuddin. *Buku Acuan Pelayanan Antenatal
Dan Neonatal*. YBPSP, Jakarta.
Wiknjosastro, H. 2006. *Ilmu Kandungan*.
YBSP, Jakarta.