

TINGKAT STRES DAN DISMENOREA PADA REMAJA KELAS XI PROGRAM AKSELERASI DAN REGULER DI SMA N 3 SURAKARTA

Indah Noviandari, Winarni
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta
bunda.aya06@gmail.com

ABSTRAC

Latar belakang Masa remaja merupakan masa peralihan dimana terjadi perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik yang tidak diimbangi oleh perkembangan psikologi, serta tuntutan sekolah untuk berprestasi menyebabkan remaja mudah mengalami stres. Keadaan tersebut bisa menyebabkan gangguan sistem reproduksi, salah satunya dismenorea. **Tujuan** Mengetahui hubungan tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta. **Metode** Jenis penelitian ini adalah observasional analitik. Sampel diambil dengan menggunakan tehnik insidental sampling pada 30 siswi akselerasi dan 30 siswi reguler. Analisis data menggunakan chi kuadrat dengan $\alpha=0,05$. **Hasil** penelitian menunjukkan siswi kelas XI akselerasi mayoritas mengalami tingkat stres sedang (30%) dengan dismenorea (67%), siswi kelas XI reguler mayoritas mengalami tingkat stres ringan (43%) dengan tidak dismenorea (57%), sedangkan dari seluruh sampel mayoritas mengalami tingkat stres ringan (40%) dengan dismenorea (55%). Analisis statistik dengan chi kuadrat pada siswi kelas XI akselerasi nilai $X^2 > X^2$ tabel yaitu $17,813 > 7810$ nilai $p=0,00$, reguler nilai $X^2 > X^2$ tabel yaitu $18,723 > 7810$, nilai $p=0,00$, dan seluruh sampel diperoleh $X^2 > X^2$ tabel $37,393 > 7810$, nilai $p=0,00$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Nilai koefisiensi kontingensi siswi kelas XI akselerasi 0,610; reguler 0,620; dan seluruh sampel 0,620. **Simpulan** Ada hubungan antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta. Terdapat hubungan yang kuat antara tingkat stres dengan dismenorea.

Kata kunci : Dismenorea, Remaja, Tingkat stres

A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja mengalami perubahan yang meliputi semua perkembangan tubuh sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan fisik

yang cepat, perkembangan psikologis yang belum matang, dan tuntutan untuk berprestasi di sekolah, menyebabkan remaja mudah mengalami stres (Kusmiran, 2011 : 4).

Stres yang dialami remaja dapat mengganggu sistem reproduksinya. Salah

satu gangguan reproduksi yang dialami remaja adalah dismenorea. Hal ini terkait dengan beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya dismenorea, yang salah satunya adalah kondisi psikologis.

Dismenorea merupakan suatu gangguan yang sering dialami wanita pada saat menstruasi. Dismenorea dapat dialami oleh wanita tanpa batasan usia, akan tetapi keadaan ini lebih sering dialami oleh wanita usia remaja. Terjadinya dismenorea pada remaja menyebabkan aktivitas dan konsentrasi terganggu. Remaja yang mengalami dismenorea memiliki waktu kerja yang lebih rendah dan prestasi di sekolah yang kurang dibandingkan remaja yang tidak mengalaminya. Beberapa diantaranya bahkan harus izin sekolah atau beristirahat di UKS saat mengalami dismenorea (Gunarso, dalam Kusmiran, 2011).

Angka kejadian dismenorea di Indonesia pada tahun 2010 sebesar (64,25%) yang terdiri dari (54,89%) dismenorea primer dan (9,36%) dismenorea sekunder (Anonim, 2012, *Info sehat*, ¶1, <http://digilib.unimus.ac.id>, diperoleh tanggal 24 April 2013). Pada penelitian yang dilakukan oleh Hadi (2009), didapatkan hasil bahwa remaja sebagian besar mengalami dismenorea (87%). Hasil studi pendahuluan

yang dilakukan di SMA Negeri 3 Surakarta dengan melakukan wawancara, pada 15 siswi yang di wawancarai, terdapat (66%) siswi yang juga mengalami dismenorea. Penelitian ini penting dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI Program Akselerasi dan Reguler di SMA Negeri 3 Surakarta.

B. BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik yaitu peneliti mencoba mencari hubungan antara variabel bebas (faktor risiko) dengan variabel terikat (efek) pada waktu yang sama dan dengan pendekatan waktu cross sectional yaitu peneliti menilai pengetahuan tentang resiko stres sebagai variabel bebas bersamaan dengan menilai kejadian dismenorea sebagai variabel terikatnya (Notoatmodjo, 2010: 37). Lokasi penelitian dilakukan di SMA Negeri 3 Surakarta pada bulan Juni 2013. Populasi seluruh remaja kelas XI sejumlah 121 siswi. Jumlah sampel yang diambil dengan *insidental sampling* dimana bagian populasi yang ditemui dan memenuhi kriteria diambil sebagai sampel (Sugiyono, 2010: 67). Variabel penelitian ini: Variabel *Independent* adalah merupakan variabel yang

mempengaruhi atau yang menjadi sebab yang timbulnya variabel terikat atau dependent. Dalam penelitian ini variabel *Independent* adalah tingkat stres dan Variabel *dependent* adalah merupakan variable yang dipengaruhi ataupun yang menjadi akibat karena adanya variabel sebab, dalam penelitian ini variabel *dependent* adalah dismenorea.

Instrumen penelitian berupa kuesioner. Analisis data menggunakan Variabel yang dianalisis secara *univariat* dalam penelitian ini adalah karakteristik responden berdasarkan umur, tingkat stres dan *dismenorea*. Analisis *bivariat* dilakukan untuk mencari hubungan tingkat stres dengan dismenorea dan metode statistik yang digunakan untuk menguji pengaruh tingkat stres yang berskala ordinal dengan dismenorea yang berskala nominal menggunakan rumus *chi square* dengan kesalahan 0,05 dan *df* : 3.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Umur

Tabel 1: Distribusi Frekwensi Umur Siswi Kelas XI Akselerasi SMA N 3 Surakarta

Umur	Jumlah	Percentase
remaja awal	0	0%
remaja pertengahan	11	63%

Umur	Jumlah	Percentase
remaja lanjut	19	37%
Total	30	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 siswi akselerasi yang digunakan sebagai subyek penelitian, sebagian besar tergolong dalam remaja lanjut yaitu sebanyak 19 orang (63%), diikuti remaja pertengahan dengan jumlah 11 orang (37%), tidak ada satupun siswi yang tergolong dalam remaja awal.

Tabel 2: Distribusi Frekwensi Umur Siswi Kelas XI Reguler SMA N 3 Surakarta

Umur	Jumlah	Percentase
remaja awal	0	0%
remaja pertengahan	17	57%
remaja lanjut	13	43%
Total	30	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 siswi reguler yang digunakan sebagai subyek penelitian, sebagian besar merupakan remaja pertengahan yaitu sebanyak 17 orang (57%), diikuti remaja lanjut dengan jumlah 13 orang (43%), tidak ada satupun siswi yang tergolong dalam remaja awal.

Tabel 3: Ditribusi Frewkwensi Umur Siswi Kelas XI Akselerasi Dan Reguler SMAN 3 Surakarta

Umur	Jumlah	Percentage
remaja awal	0	0%
remaja pertengahan	28	47%
remaja lanjut	32	53%
Total	60	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 siswi akselerasi dan 30 siswi reguler yang digunakan sebagai subyek penelitian, sebagian besar merupakan remaja lanjut yaitu sebanyak 32 orang (53%), diikuti remaja pertengahan dengan jumlah 28 orang (47%), tidak ada satupun siswi yang tergolong dalam remaja awal.

Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui bahwa siswi kelas XI akselerasi dan reguler memiliki rata-rata umur yang sama. Siswi akselerasi mayoritas tergolong dalam remaja lanjut, sedangkan siswi reguler mayoritas tergolong dalam remaja pertengahan, akan tetapi dari keduanya tidak terdapat perbedaan umur yang mencolok karena baik akselerasi maupun reguler tidak ada satupun responden yang tergolong dalam remaja awal.

Menurut Sriati (2008) Kondisi psikologis remaja dipengaruhi oleh umur. Seiring pertambahan umur, psikologis remaja akan semakin matang dan stabil. Adanya perbedaan respon psikologis seorang remaja pada tahap awal, pertengahan dan lanjut berarti akan mempengaruhi pada kondisi kesehatan reproduksi seorang remaja. Remaja dengan kematangan psikologis yang lebih baik akan memberikan respon yang lebih positif terhadap perubahan yang mereka alami, sehingga hal ini dapat menjelaskan tentang adanya keterkaitan antara umur, psikologis, dan kesehatan reproduksi. Meskipun demikian, masih terdapat banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis remaja, sehingga kondisi psikologis remaja tidak hanya diukur dengan umur.

b. Tingkat stres

Tabel 4: Ditribusi Frewkwensi Tingkat Stres Pada Siswi Kelas XI Akselerasi SMA N 3 Surakarta

Tingkat Stres	Jumlah	Percentage
Normal	6	23%
Ringan	8	27%

Tingkat Stres	Jumlah	Percentage
Sedang	9	30%
Parah	7	20%
Total	30	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 responden yang menjadi subjek penelitian, sebagian besar responden mengalami tingkat stres sedang yaitu sebanyak 9 orang (30%), diikuti tingkat stres ringan 8 orang (27%), tingkat stres parah 7 orang (23%), dan tingkat stres normal 6 orang (20%).

Tabel 5: Distribusi Frekwensi Tingkat Stres Pada Siswi Kelas XI Reguler SMA N 3 Surakarta

Tingkat Stres	Jumlah	Percentage
normal	8	27%
ringan	13	43%
sedang	4	13%
parah	5	17%
Total	30	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 responden yang menjadi subjek penelitian, sebagian besar responden mengalami tingkat stres ringan yaitu sebanyak 13 orang (43%), diikuti tingkat stres normal 8 orang (27%), tingkat stres parah 5 orang (17%), dan tingkat stres sedang 4 orang (13%).

Tabel 6: Distribusi Frekwensi Tingkat Stres Pada Siswi Kelas XI Akselerasi Dan Reguler SMA N 3 Surakarta

Tingkat Stres	Jumlah	Percentage
normal	14	23%
ringan	21	40%
sedang	13	25%
parah	12	9%
Total	60	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 siswi akselerasi dan 30 siswi reguler yang menjadi subjek penelitian, sebagian besar responden mengalami tingkat stres ringan yaitu sebanyak 21 orang (35%), diikuti tingkat stres normal 14 orang (23%), tingkat stres sedang 13 orang (22%), dan tingkat stres parah 12 orang (20%).

Berdasarkan data tersebut diatas, dapat diketahui bahwa siswi akselerasi mengalami tingkat stres yang lebih tinggi (mayoritas sedang) dibandingkan dengan siswi reguler (mayoritas ringan). Stres yang dialami oleh sebagian besar responden (siswi akselerasi dan reguler) adalah tingkat stres ringan.

Menurut Papalia, dkk.,(dalam Nurmalitasari, 2010) masa remaja

memiliki tingkat stres yang meningkat karena remaja harus berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan emosional dalam dirinya serta mengatasi konflik-konflik yang terjadi dalam hidupnya. Melihat realita yang terjadi pada masa remaja ini, serta dihadapkan dengan stressor yang tinggi tentunya akan sangat berpengaruh pada kondisi psikologis remaja.

Menurut Davidson dan Coper (dalam Nurmalitasari, 2010) terdapat dua faktor yang mempengaruhi stres yaitu faktor eksternal dan internal. Salah satu faktor internal individu yaitu karakteristik kepribadian. Karakteristik kepribadian adalah satu aspek yang disebut *locus of control* internal atau efikasi diri. Efikasi diri merupakan kepercayaan yang membuat perilaku berbeda-beda. Konseptualisasi efikasi diri pada situasi akademik disebut efikasi diri akademik.

Berdasarkan penelitian Uwah, dkk., (dalam Nurmalitasari, 2010) yang berjudul "*School Belonging, Educational Aspirations, and*

Academic Self-Efficacy Among African American Male High School Students: Implications for School Counselors" menjelaskan bahwa efikasi diri akademik bersifat memprediksi kemampuan siswa untuk sukses. Siswa dengan efikasi diri yang lebih tinggi memiliki kemampuan akademis yang lebih tinggi karena mereka akan lebih gigih, dan mengembangkan penentuan sasaran lebih baik serta monitoring waktu strategi dibandingkan siswa lain. Efikasi diri ini yang mempengaruhi prestasi siswa akselerasi cenderung lebih baik dibandingkan siswa reguler meskipun siswa akselerasi memiliki tingkat stres yang lebih tinggi, karena siswa akselerasi memiliki kesiapan yang lebih matang terhadap tantangan belajar yang lebih berat.

c. Dismenorea

Tabel 7: Distribusi Frekwensi Dismenorea Pada Siswi Kelas XI akselerasi SMA N 3 Surakarta

Kategori	Jumlah	Percentage
dismenorea	20	67%
tidak dismenorea	10	33%
Total	30	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 siswi akselerasi yang menjadi subjek penelitian, sebagian besar responden mengalami dismenorea yaitu sebanyak 20 orang (67%), sedangkan siswi yang tidak mengalami dismenorea terdapat 10 orang (33%).

Tabel 8: Distribusi Frekwensi Disminorea Pada Siswi Kelas XI Reguler SMA N 3 Surakarta

Kategori	Jumlah	Percentage
dismenorea	17	57%
tidak dismenorea	13	43%
Total	30	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 siswi reguler yang menjadi subjek penelitian, sebagian besar responden tidak mengalami dismenorea yaitu sebanyak 17 orang (57%), sedangkan siswi yang mengalami dismenorea terdapat 13 orang (43%).

Tabel 9: Distribusi Frekwensi Disminorea Pada Siswi Kelas XI Akselerasi Dan Reguler SMA N 3 Surakarta

Kategori	Jumlah	Percentage
dismenorea	33	55%
tidak dismenorea	27	45%
Total	60	100%

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Dari 30 siswi akselerasi dan 30 siswi reguler yang menjadi subjek penelitian, sebagian besar responden mengalami dismenorea yaitu sebanyak 33 orang (55%), sedangkan siswi yang tidak mengalami dismenorea terdapat 27 orang (45%).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kejadian dismenorea pada siswi akselerasi lebih tinggi (67%) dibandingkan dengan kejadian dismenorea pada siswi reguler (43%). Persentase kejadian dismenorea di SMA Negeri 3 Surakarta sebesar (55%).

Menurut Selye (dalam fernand, 2007) Kondisi respon stres yang tidak spesifik dapat menimbulkan ketegangan pada organ tubuh dan menyebabkan penyakit. Colbert (2011: 19) berpendapat bahwa stres menyebabkan respon hormonal yang sama dalam tubuh. Hal ini berarti pada saat terjadi kenaikan tingkat stres, juga terjadi peningkatan respon hormonal dalam tubuh. Terjadinya peningkatan respon hormonal ini mempengaruhi

sistem endokrin dalam tubuh, yang salah satunya mensekresi hormon prostaglandin secara berlebihan. Hormon prostaglandin bekerja untuk meningkatkan kontraksi otot-otot rahim. Hal ini yang menyebabkan terjadinya nyeri yang berlebihan (dismenorea) pada saat menstruasi. Oleh karena itu, penulis dapat menyimpulkan adanya kemungkinan bahwa stres dapat menyebabkan gangguan menstruasi seperti siklus yang tidak teratur, nyeri berlebihan (dismenorea) saat menstruasi, dan bahkan haid terhenti untuk sementara waktu (Proverawati dan Misaroh, 2009: 83).

Stres dapat mengaktivasi hipotalamus untuk bertindak memberikan respon terhadap stres yang berupa sekresi hormon. Seperti yang dijelaskan Sriati (2008) bahwa hipotalamus akan mensekresi hormon CRF (*Corticotropin Releasing Factor*) yang dapat mengaktifkan korteks adrenal. Hormon CRF (*Corticotropin Releasing Factor*) juga bekerja pada kelenjar hipofisis yang selanjutnya

akan mensekresi hormon ACTH (*adenocorticotropin hormon*) yang akan dibawa melalui aliran darah ke korteks adrenal. Hormon ini dapat memberi sinyal ke kelenjar endokrin lain untuk melepaskan sekitar 30 hormon, termasuk hormon prostaglandin yang dapat mempengaruhi terjadinya gangguan reproduksi, sehingga melalui jalan ini stres menyebabkan gangguan dismenorea (Dawood, 2006:12) .

2. Analisis Bivariat

Analisis *bivariate* digunakan untuk mengetahui hubungan antara variable bebas yaitu tingkat stres dengan variable terikat yaitu dismenorea.

- a. Hubungan tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI akselerasi

Tabel 10: Hubungan Tingkat Stres dengan Dismenorea pada Remaja Kelas XI Akselerasi di SMA Negeri 3 Surakarta

Tingkat Stres	Dismenorea				Total	
	Tidak Dismenorea		Dismenorea			
	n	%	n	%	n	%
Normal	5	16,7	1	3,3	6	100
Ringan	5	16,7	3	10	8	100
Sedang	0	0	9	30	9	100
Parah	0	0	7	23,3	7	100
Total	10	33	20	67	30	100

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Berdasarkan hasil uji analisis statistik *chi-kuadrat*, dengan $df=3$ didapatkan nilai $X^2 > X^2$ tabel yaitu $17,813 > 7810$. Nilai $p=0,00$ dengan $\alpha=0,05$ didapatkan hasil $p < \alpha$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI akselerasi di SMA Negeri 3 Surakarta. Koefisien kontingensi sebesar 0,610, berdasarkan tabel koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara variabel tingkat stres dengan dismenorea pada siswi akselerasi.

- b. Hubungan Tingkat Stres dengan Dismenorea pada Remaja Kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Reguler

Tabel 11: Hubungan Tingkat Stres dengan Dismenorea pada Remaja Kelas XI Reguler di SMA Negeri 3 Surakarta

Tingkat Stres	Dismenorea					
	Tidak Dismenorea		Dismenorea		Total	
	n	%	n	%	n	%
Normal	8	26,7	0	0	8	100
Ringan	9	30	4	13,3	13	100
Sedang	0	0	4	13,3	4	100
Parah	0	0	5	16,7	5	100
Total	17	57	13	43	30	100

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Hasil uji analisis statistik *chi-kuadrat*, dengan $df=3$ didapatkan nilai $X^2 > X^2$ tabel yaitu $18,723 > 7810$. Nilai $p=0,00$ dengan $\alpha=0,05$ didapatkan hasil $p < \alpha$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI reguler di SMA Negeri 3 Surakarta. Koefisien kontingensi sebesar 0,620, berdasarkan tabel koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara variabel tingkat stres dengan dismenorea pada siswi reguler.

- c. Hubungan Tingkat Stres dengan Dismenorea pada Remaja Kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Akselerasi dan Reguler

Tabel 12: Hubungan Tingkat Stres dengan Dismenorea pada Remaja Kelas XI Akselerasi dan Reguler di SMA N 3 Surakarta

Tingkat Stres	Dismenorea					
	Tidak Dismenorea		Dismenorea		Total	
	n	%	n	%	n	%
Normal	13	21,7	1	1,7	14	100
Ringan	14	23,3	7	11,7	21	100
Sedang	0	0	13	21,7	13	100
Parah	0	0	12	20	12	100
Total	27	45	33	55	60	100

Sumber: data primer diolah tahun 2013

Hasil uji analisis statistik *chi-kuadrat*, dengan $df=3$ didapatkan nilai $X^2 > X^2$ tabel yaitu $37,393 > 7810$. Nilai $p=0,00$ dengan $\alpha=0,05$ didapatkan hasil $p < \alpha$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI program akselerasi dan reguler di SMA Negeri 3 Surakarta. Koefisien kontingensi sebesar $0,620$, berdasarkan tabel koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara variabel tingkat stres dengan dismenorea pada siswi akselerasi dan reguler di SMA Negeri 3 Surakarta.

Tabel 10 menunjukkan bahwa siswi dengan tingkat stres sedang dan parah mengalami dismenorea, tabel 11 menunjukkan bahwa siswi dengan tingkat stres sedang dan parah mengalami dismenorea, sedangkan pada tabel 12 yang merupakan data dari keseluruhan siswi (akselerasi dan reguler) menunjukkan bahwa siswi dengan tingkat stres sedang dan parah seluruhnya mengalami dismenorea.

Pada saat ini, telah banyak fakta yang mengungkapkan hubungan antara stres dengan menstruasi yang merupakan masalah kesehatan bagi wanita (Kaplan and Manuck, dalam Nazar, 2012). Berdasarkan data wawancara dari beberapa studi, menunjukkan bahwa gangguan reproduksi yang abnormal berhubungan dengan stres psikologi (Nepomnaschy, dalam Nazar, 2012), dan dari hasil penelitian beberapa studi juga menjelaskan bahwa sewaktu stres terjadi aktivasi aksis hipotalamus-pituitari-adrenal bersama-sama dengan sistem saraf autonom yang menyebabkan beberapa perubahan, diantaranya pada sistem reproduksi (Chrousos dkk, dalam Nazar, 2012).

Berdasarkan uji analisis statistik dengan *chi kuadrat* tentang hubungan tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta, baik program akselerasi, program reguler, maupun seluruh siswi (akselerasi dan reguler) didapatkan hasil $X^2 > X^2$ tabel. Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima dengan

kesimpulan ada hubungan antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta. Koefisiensi kontingensi mendapatkan hasil yang berada pada rentang nilai 0,60-0,799 yang berarti ada hubungan yang kuat antara tingkat stres dan dismenorea pada remaja kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta.

Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Yuli (2009) dengan judul "Hubungan antara Stres dengan kejadian Dismenorea Primer" yang mendapatkan hasil penelitian bahwa sebanyak (76,0%) dari sampel mempunyai kategori cenderung mengalami stres berat dan mengalami dismenorea primer. Hasil serupa juga didapatkan oleh Purwanti (2008) dalam penelitiannya yang berjudul "Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMK Hidayah Banyumanik" yaitu terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMK Hidayah Banyumanik.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI di SMA N 3 Surakarta dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Mayoritas siswi kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Akselerasi mengalami tingkat stres sedang (30%), Mayoritas siswi kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Reguler mengalami tingkat stres ringan (43%), Mayoritas siswi kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Akselerasi dan Reguler mengalami tingkat stres ringan (40%), Mayoritas siswi kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Akselerasi mengalami dismenorea (67%), Mayoritas siswi kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Reguler tidak mengalami dismenorea (57%), Mayoritas siswi kelas XI di SMA Negeri 3 Surakarta Program Akselerasi dan Reguler mengalami dismenorea (55%), Ada hubungan antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI akselerasi di SMA Negeri 3 Surakarta, Ada hubungan antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI reguler di SMA Negeri 3 Surakarta, Ada hubungan antara tingkat stres dengan dismenorea pada remaja kelas XI Program Akselerasi dan Reguler

di SMA Negeri 3 Surakarta, Tingkat stres dibandingkan dengan tingkat stres (ringan) pada siswi akselerasi lebih tinggi (sedang) dan kejadian dismenorea yang dialami siswi disertai kejadian dismenorea yang lebih tinggi reguler.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (24 April 2013), "Info Sehat", (Angka kejadian dismenorea di Indonesia), Tersedia : <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/137/jtptunimus-gdl-husnipriya-6810-2-babi.pdf> (Diakses : 24 April 2013)
- Bakker, J., Pechenizkiy, M. & Sidorova, N. (2012), *what's your current stress level?*, Detection of Stress Patterns from GSR Sensor Data, Department of Computer Science Eindhoven University of Technologi, Netherlands.
- Colbert, D. (2011). *Stress Cara Mencegah dan Menanggulangnya*. Denpasar : Udayana University Press.
- Dawood, MY. (2006). *Primary dysmenorrhea advances in pathogenesis and management*. Departments of Obstetrics and Gynecology and Physiology 108(2):428-41. West Virginia University School of Medicine, Morgantown.
- Fernand. (2007), *How to Measure Stress in Humans*, Document Prepared by the Centre for Studies on Human Stress, Lafontaine Hospital, Quebec, Canada.
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nazar, M. (2012). *Hubungan Tingkat Stres terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja Kelas XII di SMA Negeri 64 Jakarta*. Skripsi, S I Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurmalitasari, I.W. (2010). *Stres pada Siswa SMA Negeri 3 Semarang Ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Jenis Kelas*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.
- Proverawati, A. & Misaroh, S. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Mulia Medika.

Purwanti, S. (2008). *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di SMK Hidayah Banyumanik*. Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Sriati, A. (2008), *Tinjauan Tentang Stres*, Universitas Padjadjaran Fakultas Ilmu Keperawatan, Jatinagor, Bandung.

Sugiyono. (2010), *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.

Yuli, F. (2009). *Hubungan antara Stres dengan Kejadian Dismenore Primer*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.