

ABSTRAK

Nama : Sintia Pramudia Wardani (1102018277)
Program Studi : Kedokteran
Judul : Ketidakteraturan Pola Menstruasi Akibat Stress Di Usia Remaja Pada Mahasiswi Universitas YARSI Tahun 2019 Dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

Latar Belakang : Masa remaja merupakan masa peralihan dari pubertas ke dewasa, yaitu pada umur 11- 20 tahun. Pada masa peralihan tersebut individu matang secara fisiologik, psikologik, mental, emosional, dan sosial. Kejadian yang muncul saat pubertas adalah salah satunya menarche dan perubahan psikis. Pada wanita, pubertas ditandai dengan terjadinya menstruasi. Haid (menstruasi) ialah perdarahan yang siklik dari uterus. Hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Panjang siklus haid dianggap normal biasanya adalah 28 hari. Siklus menstruasi sendiri dipengaruhi banyak hal, salah satunya adalah tingkat stres. Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia. Dalam pandangan islam darah menstruasi adalah darah yang kotor, seperti yang sudah diterangkan dalam *Al-Qur'an QS. Al-Baqarah (2): 222*. Adapun dalam analisis ayat-ayat al-Qur'an membagi stres kedalam tiga term qalaq/worry (cemas), ya's/despair(putus asa), dan qunut/helplessness(keadaan tidak berdaya).

Metode : Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, sehingga dapat ditemukan hubungan antara variable dengan desain penelitian. Pada penelitian ini, peneliti menetapkan sampel dengan *simple random sampling* dari 62 mahasiswi 2019 di Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

Hasil : Dari hasil penelitian diketahui nilai sig adalah 0,000 atau $<0,05$ dan nilai chi square 28,219 yang artinya ada hubungan antara siklus menstruasi dan stress. Sedangkan untuk lama mnstruasi nilai Sig adalah 0,552 atau $>0,05$ yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara lama menstruasi dan tingkatan stress.

Kesimpulan : Berdasarkan hasil penelitian untuk pola menstruasi dari data yang sudah didapat, disimpulkan bahwa sebagian besar Mahasiswi Universitas Yarsi 2019 mengalami ketidaknormalan pada siklus menstruasi dan terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan stress pada Mahasiswi Universitas Yarsi. Sedangkan antara lama menstruasi dengan stress tidak ada hubungan nya. Menurut pandangan islam menstruasi ialah keluarnya darah melalui kemaluan seorang perempuan yang sudah baligh dan stress merupakan salah satu faktor terjadinya ketidakteraturan siklus menstruasi di usia remaja yang dapat ditanggulangi dengan *Teknik Self Talk*.

Kata Kunci : Remaja, pola menstruasi, stress

ABSTRACT

Name : Sintia Pramudia Wardani (1102018277)

Study Program : Medicine

Title : Irregularity of Menstrual Patterns Due to Stress in Adolescents at YARSI University Student in 2019 and its Review According to The Islamic

Background : *Adolescence is a period of transition from puberty to adulthood, which is at the age of 11-20 years. During this transition period, the individual matures physiologically, psychologically, mentally, emotionally, and socially. Events that arise during puberty are menarche and psychological changes. In women, puberty is marked by the onset of menstruation. Menstruation (menstruation) is cyclic bleeding from the uterus. The day the bleeding starts is called the first day of the cycle. The length of the menstrual cycle is considered normal is usually 28 days. The menstrual cycle itself is influenced by many things, one of which is stress levels. Stress is a physiological, psychological and behavioral response of humans. In the view of Islam, menstrual blood is dirty blood, as has been explained in the Qur'an QS. Al-Baqarah (2): 222. As for the analysis of the verses of the Qur'an, stress is divided into three terms qalaq/worry (anxiety), ya's/despair (desperation), and qunut/helplessness (a state of helplessness).)*

Methods: *The type of research used in this study is an analytic observational study with a cross sectional approach, so that the relationship between variables and research design can be found. In this study, the researchers set a sample using simple random sampling from 62 2019 female students at the YARSI University Faculty of Medicine.*

Results: *From the results of the study, it is known that the sig value is 0.000 or <0.05 and the chi square value is 28.219, which means that there is a relationship between the menstrual cycle and stress. Meanwhile, for the length of menstruation, the Sig value is 0.552 or >0.05 , which means that there is no relationship between the length of menstruation and stress levels.*

Conclusion: *Based on the results of the study for menstrual patterns from the data that has been obtained, it was concluded that most of the 2019 Yarsi University students experienced abnormalities in the menstrual cycle and there was a relationship between the menstrual cycle and stress in Yarsi University students. Meanwhile, there is no relationship between the length of menstruation and stress. According to the Islamic view, menstruation is the discharge of blood through the genitals of a woman who has reached puberty and stress is a factor in the occurrence of menstrual cycle irregularities in adolescence which can be overcome with the Self Talk Technique.*

Keywords : *Adolescents, menstrual pattern, stress*