

Hubungan Tingkat Stres dan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia pada Mahasiswi Jurusan Gizi Poltekkes Makassar di Masa Pandemi Covid-19

by Fadhilah Amalia

Submission date: 16-Dec-2022 01:26PM (UTC+0700)

Submission ID: 1982650589

File name: MANUSKRIP_FADHILAH_AMALIA.docx (54.83K)

Word count: 3402

Character count: 20608

Hubungan Tingkat Stres dan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Makassar di Masa Pandemi Covid-19

Relationship of Stres Level and Menstrual Cycle to The Event of Anemia In Nutrition Department of Makassar Polytechnical Health in the Time of the Covid-19 Pandemic

Suriani Rauf¹ Adryani Adam² Hijrah Asikin³ Fadhilah Amalia⁴

¹ Poltekkes Kemenkes Makassar

² Poltekkes Kemenkes Makassar

³ Poltekkes Kemenkes Makassar

⁴ Poltekkes Kemenkes Makassar

ABSTRACT

The outbreak of the corona virus forced the government to implement PPKM to suppress the spread of the virus, which caused limited student thesis consultations with supervisors, causing stress. Stress can affect the menstrual cycle, if the menstrual cycle is short, anemia can occur. This study aims to determine the relationship between stress levels and menstrual cycles on the incidence of anemia in female final year students at the Makassar Polytechnic of Health Nutrition during the Covid-19 Pandemic. The research method is observational with a cross-sectional study approach. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test. The number of samples is 95 people. The results showed that 49.5% of female students with moderate stress levels had normal hemoglobin levels and 49.5% of female students with normal menstrual cycles had normal hemoglobin levels. The results showed that there was no significant relationship between the level of stress and the incidence of anemia during the Covid-19 pandemic ($p\text{-value} = 0.592$) and it can be concluded that there was a significant relationship between the menstrual cycle and the incidence of anemia during the Covid-19 pandemic ($p\text{-value} 0.000$).

Keywords: Anemia, Menstrual Cycle, Stres Level.

ABSTRAK

Mewabahnya virus corona membuat pemerintah memberlakukan PPKM untuk menekan penyebaran virus, yang menyebabkan konsultasi skripsi mahasiswa kepada dosen pembimbing terbatas, sehingga menimbulkan stres. Stres dapat memengaruhi siklus menstruasi, apabila siklus menstruasi yang pendek maka dapat terjadi anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan siklus menstruasi terhadap kejadian anemia pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Makassar di Masa Pandemi Covid-19. Metode penelitian bersifat observasi dengan pendekatan *cross-sectional study*. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariate dengan uji *Chi-Square*. Jumlah sampel sebanyak 95 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 49.5% mahasiswa dengan tingkat stres sedang memiliki kadar hemoglobin normal dan 49.5% mahasiswa dengan siklus menstruasi normal memiliki kadar hemoglobin normal. Hasil menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres terhadap kejadian anemia di masa pandemi Covid-19 ($p\text{-value} = 0.592$) dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi terhadap kejadian anemia di masa pandemi Covid-19 ($p\text{-value} 0.000$).

Kata kunci: Anemia, Siklus Menstruasi, Tingkat Stres

PENDAHULUAN

Mewabahnya virus corona membuat pemerintah memberlakukan PPKM untuk menekan penyebaran virus, adanya PPKM membuat konsultasi skripsi mahasiswa dengan dosen pembimbing terbatas sehingga menimbulkan stres pada sebagian mahasiswa. Stres telah menjadi bagian dari proses kehidupan mahasiswa yang menjalani masa kuliah. Hasil penelitian (Son *et al.*, 2020) sebanyak 71% mahasiswa menyatakan stres dan kecemasan meningkat akibat Covid-19, dan sebanyak 54% mahasiswa menunjukkan dampak stres (ringan, sedang, berat) pada hasil terkait akademik, kesehatan, dan gaya hidup. Sebagian besar mahasiswa 82% menunjukkan kekhawatiran tentang kinerja akademis akibat pandemi. Stres menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pola siklus menstruasi. apabila siklus menstruasi terganggu maka dapat terjadi anemia. Hasil penelitian (Herlinadiyaningsih, 2019) terhadap 147 responden bahwa sebanyak 77% remaja putri dengan lama menstruasi yang tidak normal menderita anemia sehingga hal tersebut menunjukkan bahwa 11.48 kali berisiko untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putri dengan lama menstruasi yang normal.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan tingkat stres dan siklus menstruasi terhadap kejadian anemia pada mahasiswa tingkat akhir, karena mahasiswa tingkat akhir perlu menyusun skripsi, melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) dan mempersiapkan diri untuk ujian kompetensi dalam waktu yang bersamaan sehingga hal ini dapat memicu timbulnya stres.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan siklus menstruasi terhadap kejadian anemia pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Makassar di Masa Pandemi Covid-19.

METODE

Desain, Tempat dan Waktu

Desain penelitian ini adalah observasi dengan pendekatan *cross-sectional study*. Penelitian ini dilakukan di kampus Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar pada tanggal 22 April–24 Agustus 2022.

Jumlah dan Cara Pengambilan Subyek

Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 95 orang.

Data primer yang dikumpulkan adalah identitas sampel, tingkat stres dan siklus menstruasi dengan cara melakukan wawancara dengan sampel dan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin sampel dengan menggunakan alat hemoglobinometer digital (*easy touch*) yang dilakukan oleh Ahli Teknologi Laboratorium Medik (ATLM) menggunakan metode *Point of Care Testing* (POCT).

Data sekunder yaitu gambaran umum lokasi penelitian Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar yang diperoleh dari sekretaris jurusan

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian terdiri dari mahasiswa tingkat akhir dari prodi DIII gizi sebanyak 38,9% dan mahasiswa prodi sarjana terapan gizi dan dietetika sebanyak 61,1%. Mahasiswa yang dijadikan sebagai sampel memiliki umur yang bervariasi yakni <20 tahun 1,1%, 20-22 tahun 96,8%, >22 tahun 2,1%. Hasil penelitian mengenai tingkat stres yang dialami mahasiswa sebagian besar tingkat stres sedang 86,3%.

Hasil penelitian mengenai siklus menstruasi diperoleh dari 13 poin pertanyaan mendasar. Usia pertama kali mahasiswa mengalami menstruasi sebagian besar pada usia 12-14 tahun 69,5%. Periode menstruasi yang dialami oleh mahasiswa sebagian besar periode menstruasi 21-35 hari sebanyak 65,5%. Lama menstruasi yang dialami oleh mahasiswa sebagian besar selama 3-7 hari 83,2%. Siklus menstruasi yang dialami mahasiswa yaitu sebagian besar siklus menstruasi normal sebanyak 58,9%.

Hasil penelitian mengenai keluhan fisik yang dialami mahasiswa saat menstruasi sebagian besar mengeluh nyeri perut sebanyak 54,7%. Sebagian besar mahasiswa tidak mengonsumsi tablet tambah darah saat menstruasi sebanyak 92,6%. Sebagian besar mahasiswa tidak mengonsumsi obat/minuman herbal saat menstruasi sebanyak 94,7%. Sebagian besar mahasiswa mengonsumsi sumber zat besi saat menstruasi sebanyak 63,2%. Sebagian besar mahasiswa tidak melakukan diet saat ini sebanyak 95,8%. Aktivitas fisik yang dilakukan mahasiswa sebagian besar aktivitas ringan sebanyak 83,2%.

Hasil penelitian status anemia mahasiswa jurusan gizi poltekkes Makassar diperoleh dari 3 pertanyaan. Sebagian besar mahasiswa tidak mengalami menstruasi saat pemeriksaan Hb sebanyak 80% dan tidak mengalami gejala anemia (5L) sebanyak 69,5%. Status anemia mahasiswa sebagian besar status anemia normal sebanyak 58,9%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 49,5% mahasiswa dengan tingkat stres sedang memiliki kadar hemoglobin normal. Hasil *p-value* = 0.592 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres terhadap kejadian anemia di masa pandemi Covid-19.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 49,5% mahasiswa dengan siklus menstruasi normal memiliki kadar hemoglobin normal. Hasil *p-value* 0.000 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi terhadap kejadian anemia di masa pandemi Covid-19.

PEMBAHASAN

a) Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Anemia

Tingkat stres yang dialami seseorang dapat dipengaruhi oleh kemampuan setiap individu untuk menghadapi aktivitas dan situasi-situasi yang berpotensi menimbulkan stres. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar adalah stres tingkat sedang. Gejala yang dialami oleh mahasiswa, yaitu: mudah marah, kelelahan, sulit tidur, gelisah atau khawatir dan sakit kepala. Hasil ini sesuai dengan teori mengenai gejala yang dialami seorang individu ketika mengalami stres. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Son *et al.*, 2020) sebanyak 138 siswa (71%) mengalami peningkatan stres dan kecemasan akibat wabah covid-19.

Penyebab mahasiswa tingkat akhir mengalami stres karena sedang dalam situasi menyusun tugas akhir dan skripsi di masa pandemi dan mengalami keterbatasan konsultasi kepada dosen pembimbing, serta persiapan ujian kompetensi yang menerapkan sistem *exit exam* sehingga rasa khawatir yang dirasakan oleh para mahasiswa memengaruhi siklus menstruasinya menjadi tidak teratur. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nababan, 2021) sebanyak 30 orang (37,97%) mengalami stres tingkat sedang dan tinggi saat menulis skripsi di masa pandemi covid-19 karena jaringan internet yang kurang stabil sehingga mahasiswa tidak dapat melakukan bimbingan online dengan dosen pembimbing dengan baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian anemia di masa pandemi covid-19 ($p\text{-value} > 0.592$), hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Haslan dan Patolla, 2021) yaitu tidak ada hubungan signifikan antara tingkat stres akibat belajar dari rumah dengan kejadian anemia ($p\text{-value} > 0.150$). Stres dapat memicu terjadi anemia karena dapat merubah nafsu makan hingga munculnya gangguan pola makan, hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hasmawati, *et al.*, 2021) sebanyak 39 mahasiswa (95,1%) mengalami tingkat stres ringan dengan asupan energi kurang. Nafsu makan dan konsumsi makanan yang kurang dapat menyebabkan asupan seseorang tidak terpenuhi, sehingga apabila asupan seseorang tidak terpenuhi khususnya sumber zat besi maka dapat menyebabkan anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fernanda *et al.*, 2021) sebanyak 74 orang (89,2%) memiliki pola makan tidak normal dengan kejadian anemia.

b) Hubungan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia

Siklus menstruasi sangat dipengaruhi oleh kondisi tubuh seperti kelelahan karena padatnya aktivitas dan pengaruh tekanan yang dapat menimbulkan stres sehingga memengaruhi hormon dalam tubuh yang dapat menyebabkan masalah menstruasi pada wanita. Lama menstruasi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti makanan yang dikonsumsi, diet yang dijalani, dan

status gizi. Kejadian anemia disebabkan karena siklus menstruasi tidak normal pada mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Gizi Poltekkes Makassar dipengaruhi oleh beberapa faktor, berdasarkan hasil penelitian yaitu: tingkat stres yang dialami, usia menarche, tidak mengonsumsi TTD saat menstruasi, adanya diet yang sedang dilakukan, dan aktivitas fisik

Siklus menstruasi yang dialami mahasiswa tingkat akhir sebagian besar tidak normal (<21 atau >35 hari) disebabkan karena tingkat stres yang dialami yang dapat mengganggu keseimbangan hormonal dalam tubuh sehingga menjadi faktor pencetus anemia, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anindita dan Ernawati, 2018) sebanyak 51,9% responden mengalami pola menstruasi tidak normal dengan anemia karena responden mengalami siklus menstruasi yang lebih cepat sehingga frekuensi menstruasi lebih sering dan darah yang keluar lebih banyak. Menstruasi pertama atau menarche, normalnya terjadi dalam rentang usia 12-14 tahun. Menarche yang tidak normal menyebabkan terjadinya gangguan menstruasi yaitu dismonore primer, mahasiswa yang mengalami usia menarche yang tidak normal yang mengakibatkan nyeri perut pada saat menstruasi berlangsung, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Qomarasari, 2021) sebanyak 61,9% sampel mengalami menarche tidak normal dan mengalami dismonore primer saat menstruasi.

Saat terjadi menstruasi zat besi ikut hilang bersama darah yang keluar, sehingga untuk mencegah terjadinya anemia dibutuhkan suplai dari asupan makanan kaya Fe dan suplemen TTD. Hasil penelitian kepatuhan konsumsi TTD saat menstruasi, yaitu sebagian besar mahasiswa tidak mengonsumsi, dikarenakan beberapa faktor seperti kurangnya niat mahasiswa dalam mengonsumsi dan membeli TTD sendiri, kurang diterimanya rasa dari TTD, sehingga hal ini tentunya berpengaruh pada kejadian anemia karena tubuh tidak mendapat suplai zat besi yang cukup setelah mengalami kehilangan darah. Diet rendah lemak dan diet rendah kalori berhubungan dengan kejadian amenorea (Saroh, 2021).

Tingkat aktifitas fisik yang sedang dan berat dapat mempengaruhi kerja hipotalamus yang akan mempengaruhi hormon menstruasi sehingga dapat menyebabkan oligomenore. Hasil penelitian pada aktivitas mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi sebagian besar aktivitas sedang dikarenakan saat ini responden sedang melakukan penyusunan skripsi, persiapan ujian kompetensi, dan pelaksanaan PKL sehingga beberapa dari mahasiswa yang memiliki tingkat aktivitas sedang mengalami gangguan siklus menstruasi yang cepat maupun lambat, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Elza, 2020)

sebanyak 72,2% siswi dengan aktivitas sedang mengalami siklus menstruasi tidak normal.

KESIMPULAN

1. Tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Makassar sebagian besar adalah stres sedang dengan presentasi 86,3%
2. Siklus menstruasi yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Makassar sebagian besar adalah siklus menstruasi normal dengan presentasi 58,9%.
3. Status anemia pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Makassar sebagian besar adalah normal dengan presentasi 58,9%.
4. Hasil uji *Chi-Square* hubungan antara tingkat stres terhadap kejadian anemia didapatkan nilai *p-value* 0.592 sehingga tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres terhadap kejadian anemia di masa pandemi Covid-19.
5. Hasil uji *Chi-Square* hubungan antara siklus menstruasi terhadap kejadian anemia didapatkan nilai *p-value* 0.000. sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi terhadap kejadian anemia di masa pandemi Covid-19.

SARAN

Bagi mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Makassar disarankan agar dapat mengelola stres untuk menghindari salah satu faktor pencetus gangguan siklus menstruasi dan mengonsumsi tablet tambah darah saat mengalami menstruasi agar tidak mengalami anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. and Wijatmadi, B. (2012) *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Alayoubi, F. M. et al. (2019) 'Anemia and Dietary Behaviors among Young Adults in Riyadh, Saudi Arabia', *INNOVATIONS in pharmacy*, 10(4), p. 15.
- Anindita, A. Q. and Ernawati (2018) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan', *Skripsi Fakultas Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang*, 1(1), pp. 1–15.
- Aryahi, F. (2016) *Stres Belajar (Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling)*. Makassar: Edukasi Mitra Grafika.
- Daryanti, E. and Marlina, L. (2021) *Kesehatan Perempuan dan Perencanaan Keluarga*. Tasikmalaya: Langgam Pustaka.
- Dieny, F. F., Rahadiyanti, A. and Marfu'ah, D. (2019) *Gizi Prakonsep*. Jakarta: Bumi Medika.
- Elza, A. N. (2020) 'Hubungan Tingkat Stress dan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Model MAN 2 Kota Madiun', *Skripsi Sekolah Tinggi Ilmu*

Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun, pp. 1–127.

- Ernita et al. (2018) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Singapore: Elsevier Ltd.
- Fernanda, C. et al. (2021) 'Hubungan Asupan, Status Gizi, Aktivitas Fisik, Tingkat Stres, dan Siklus Menstruasi', *Sport and Nutrition Journal*, 3(1), pp. 1–14.
- Fitriningtyas, E., Redjeki, E. S. and Kurniawan, A. (2017) 'Usia Menarche, Status Gizi, Dan Siklus Menstruasi Santri Putri', *Preventia: The Indonesian Journal of Public Health*, 2(2), p. 58.
- Hackney, A. C. (2016) *Sex Hormones, Exercise and Women*. United States: Springer.
- Haslan, H. and Patolla (2021) 'Pengaruh Stres Akibat Belajar dari Rumah (BDR) dan Pola Menstruasi terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(3), pp. 244–250.
- Hasmawati, Usman and Umar, F. (2021) 'Hubungan Stres dengan Pola Konsumsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Muhammadiyah Parepare', *Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 4 no 1(1), pp. 122–134.
- Herlinadiyaningsih, R. P. S. (2019) 'Hubungan Pola Menstruasi dan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri', *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), pp. 1–11.
- Iis Hanifa, R. I. (2020) 'Hubungan Lama Menstruasi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri', *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 10(19), pp. 18–23.
- Islamy, A. and Farida, F. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), p. 13.
- Kemenkes RI (2018) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018', *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Kementerian Kesehatan (2018) 'Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)'.
- Lubis, N. L. (2014) *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. 3rd edn. Jakarta: Kencana.
- Marmi (2013) *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Nababan, D. P. (2021) 'Tingkat Stres pada Mahasiswa Penulis Skripsi di Masa Pandemic Covid-19', *Skripsi Universitas Sanata Dharma*, 19, pp. 1–101.
- Nurbaya, S., Yusra and Handayani, S. I. (2019) *Cerita Anemia*. Jakarta: UI Publishing.
- Nurrahman, N. H. et al. (2021) 'Faktor dan Dampak Anemia pada Anak-Anak, Remaja, dan Ibu Hamil', *Journal of Science, Technology and Entrepreneur*, 2(2), pp. 46–50.
- Nurwana, N., Sabilu, Y. and Fachlevy, A. (2017) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian

- Disminorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), p. 185630.
- Pili, U. (2019) 'Gambaran Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Mahasiswa Tingkat 1 Program Studi Farmasi Poltekkes Kupang Tahun 2018/2019', *Skripsi Poltekkes Kemenkes Kupang*.
- Purba, D. H. et al. (2021) *Kesehatan dan Gizi untuk Anak*. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Putra, K. K. (2021) 'Stres pada Mahasiswa Penulis Skripsi', *Jurnal Moralitas*, 3(2), pp. 44–53.
- Putra, W. Y. D. (2017) 'Perbedaan Tingkat Stres dan Tingkat Insomnia yang Berasal dari Semarang dan Non Semarang di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Qomarasari, D. (2021) 'Hubungan Usia Menarche, Makanan Cepat Saji (Fast Food), Stress Dan Olahraga Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Man 2 Lebak Banten', *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 4(2), pp. 30–38.
- Rahmawati, I. and Rahmawati, A. (2012) *Mengenal Psikologi Bencana*. Malang: Bayumedia Publishing.
- Sari, M. H. N. et al. (2022) *Obstetri dan Ginekologi untuk Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Sari, M. R. (2020) 'Hubungan Pola Menstruasi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Tembilahan', *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 3(1), pp. 28–36.
- Saroh, N. Y. M. (2021) 'Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta', *Skripsi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Sinaga, E. et al. (2017) *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Global One.
- Sitepu, B. L. B. (2018) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Tigapanah Kab. Karo Tahun 2018', *Politeknik Kesehatan Medan*.
- Soekirman et al. (2006) *Hidup Sehat Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia*. Jakarta: Primamedia Pustaka.
- Son, C. et al. (2020) 'Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study', *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), pp. 1–14.
- Sunaryo (2004) *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Wati, N. K. (2019) 'Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Smpn 2 Ponorogo', *Universitas Muhammadiyah Ponorogo*, 3(2), pp. 1–46.
- Wirenviona, R. et al. (2021) *Kesehatan dan Reproduksi dan Tumbuh Kembang Janin sampai Lansia pada Perempuan*. Surabaya: Airlangga University Press.

LAMPIRAN

Tabel 2
Distribusi Responden Berdasarkan Program Studi

Program Studi	n	% ⁷
Diploma III	37	38.9
Sarjana Terapan	58	61.1
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Umur	n	% ⁴
<20 tahun	1	1.1
20–22 tahun	92	96.8
>22 tahun	2	2.1
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022.

Tabel 4
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir di masa pandemi covid-19

Tingkat Stres	n	% ⁴
Ringan	8	8.4
Sedang	82	86.3
Berat	5	5.3
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 5
Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pertama Kali Mengalami Menstruasi¹⁸

Usia Pertama Menstruasi	n	% ¹⁸
<12 tahun	10	10.5
12–14 tahun	52	69.5
>14 tahun	33	34.7
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022.

Tabel 6
Distribusi Responden Berdasarkan Periode Menstruasi

Periode Menstruasi	n	%
<21 hari	13	13.7
21–35 hari	66	65.5
>35 hari	16	16.8
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022.

Tabel 7
Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi

Lama Menstruasi	n	%
<3 hari	1	1.1
3–7 hari	79	83.2
>7 hari	15	15.8
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 8
Distribusi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi

Siklus Menstruasi	n	%
Normal	56	58.9
Tidak Normal	39	41.1
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 9
Distribusi Responden Berdasarkan Periode Menstruasi Setiap Bulan

Periode Menstruasi Setiap Bulan	n	%
Tetap	35	36.8
Kadang-Kadang	42	44.2
Tidak Tetap	18	18.9
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 10
Distribusi Responden Berdasarkan Keluhan Fisik
yang Dialami Saat Menstruasi

Keluhan Fisik Saat Menstruasi	n	%
Nyeri Payudara	27	28.4
Nyeri Perut	52	54.7
Keduanya	9	9.5
Lainnya	3	3.2
Tidak ada	4	4.2
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 11
Distribusi Responden yang Mengonsumsi Tablet
Tambah Darah Saat Menstruasi

Mengonsumsi TTD	n	%
Ya	7	7.4
Tidak	88	92.6
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 12
Distribusi Responden yang Mengonsumsi Obat/
Minuman Herbal Saat Menstruasi

Konsumsi Obat/Minuman Herbal	n	%
Ya	5	5.3
Tidak	90	94.7
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 13
Distribusi Responden yang Mengonsumsi
Sumber Zat Besi Saat Menstruasi

Konsumsi Sumber Zat Besi	n	%
Ya	60	63.2
Tidak	35	36.8
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 14
Distribusi Responden yang Melakukan Diet Saat Ini

Melakukan Diet Saat Ini	n	%
Ya	4	4.2
Tidak	91	95.8
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 15
Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas
yang Dilakukan Saat Ini

Jenis Aktivitas	n	%
Aktivitas Ringan	79	83.2
Aktivitas Sedang	16	16.8
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 16
Distribusi Responden yang Mengalami Menstruasi
Saat Pemeriksaan Kadar Hb

Menstruasi Saat Cek Hb	n	%
Ya	19	20
Tidak	76	80
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 17
Distribusi Responden yang Mengalami Gejala Anemia

Mengalami Gejala Anemia	n	%
Ya	29	30.5
Tidak	66	69.5
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 18
Distribusi Responden Berdasarkan Status Anemia

Kadar Hemoglobin	n	%
Normal	56	58.9
Anemia	39	41.1
Total	95	100

Sumber: Data Primer, 2022

13 Tabel 19
Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Stres
Terhadap Kejadian Anemia

Tingkat Stres	Kejadian Anemia				p-value
	Normal		Anemia		
	n	%	n	%	
Ringan	5	5.3	3	3.2	0.592
Sedang	47	49.5	35	36.8	
Berat	4	4.2	1	1.1	
Total	56	58.9	39	41.1	

Sumber: Data Primer, 2022.

13 Tabel 20
Tabulasi Silang Hubungan Siklus Menstruasi
Terhadap Kejadian Anemia

Siklus Menstruasi	Kejadian Anemia				p-value
	Normal		Anemia		
	n	%	n	%	
Normal	47	49.5	9	9.5	0.000
Tidak Normal	9	9.5	30	31.6	
Total	56	58.9	39	41.1	

Sumber: Data Primer, 2022.

Hubungan Tingkat Stres dan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia pada Mahasiswi Jurusan Gizi Poltekkes Makassar di Masa Pandemi Covid-19

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

20%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	uit.e-journal.id Internet Source	1 %
2	journal.fkm.ui.ac.id Internet Source	1 %
3	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	1 %
4	ojs.uho.ac.id Internet Source	1 %
5	repository.stikeshangtuah-sby.ac.id Internet Source	1 %
6	repository.usd.ac.id Internet Source	1 %
7	www.researchgate.net Internet Source	1 %
8	repository.unej.ac.id Internet Source	1 %
	repository.utu.ac.id	

9	Internet Source	1 %
10	stikessantupaulus.e-journal.id Internet Source	1 %
11	www.jurnal.poltekkespalu.ac.id Internet Source	1 %
12	www.lontar.ui.ac.id Internet Source	1 %
13	digilib2.unisayogya.ac.id Internet Source	1 %
14	Submitted to Universitas Airlangga Student Paper	1 %
15	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	1 %
16	ojs.unm.ac.id Internet Source	1 %
17	repo.unida.gontor.ac.id Internet Source	1 %
18	123dok.com Internet Source	1 %
19	Submitted to State Islamic University of Alauddin Makassar Student Paper	1 %
20	docplayer.info Internet Source	

Exclude quotes Off
Exclude bibliography On

Exclude matches < 1%

Hubungan Tingkat Stres dan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia pada Mahasiswi Jurusan Gizi Poltekkes Makassar di Masa Pandemi Covid-19

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

/0

GENERAL COMMENTS

Instructor

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10