

HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PRIMER PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG ANGKATAN 2022

Anita Dwi Rizqi Ardianti¹, Suprihhartini²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

²Staf Pengajar Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

*Corresponding author: Telp: +6282241230078, email: anitadwi9888@gmail.com

ABSTRAK

Dysmenorrhea merupakan gangguan yang sering dialami oleh wanita pada saat menstruasi. Salah satu penyebab dysmenorrhea adalah faktor psikis (stres). Saat stres tubuh akan memproduksi hormon adrenalin, estrogen, dan prostaglandin berlebihan sehingga dapat menyebabkan terjadinya dismenorea. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan stres dengan kejadian dismenorea primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional analitik dengan desain potong lintang (cross sectional). Kuesioner yang digunakan adalah Depression Anxiety Stress Scales (DASS) 21 dan Numeric Rating Scale (NRS). Sampel penelitian ini mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022 diambil dengan Teknik Consecutive Sampling. Jumlah sampel yang memenuhi kriteria inklusi 83 orang. Analisis data menggunakan uji Spearman Correlation, signifikan jika $p < 0,05$. Hasil univariat 83 responden didapatkan, 57 responden tidak mengalami stres (68,7%), 10 responden memiliki Tingkat stres ringan (12%) dan 9 responden memiliki tingkat stres sedang (10,8%), dan 41 responden mengalami dismenorea primer ringan (49,4%). Uji statistik menggunakan uji Korelasi Spearman dengan $p < 0,05$ diperoleh nilai signifikansi $0,018 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022. Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022.

Kata Kunci: Stres, Dismenorea Primer

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a disorder commonly experienced by women during menstruation. One of the causes of dysmenorrhea is psychological factors (stress). When stressed, the body produces excessive adrenaline, estrogen, and prostaglandin hormones, which can lead to the occurrence of dysmenorrhea. This study aims to determine the relationship between stress and the occurrence of primary dysmenorrhea in female medical students of Muhammadiyah University Semarang, class of 2022. The methodology used in this study is a cross-sectional analytical observational research approach. The NRS and the Depression Anxiety Stress Scale (DASS) 21 were the questionnaires used. Using the Consecutive Sampling Technique, this study drew its sample from the class of 2022 at Muhammadiyah University's Faculty of Medicine in Semarang. There were 83 individuals in the sample who fulfilled the inclusion criteria. The Spearman Correlation test is used in data analysis, and it is considered significant if $p < 0.05$. A total of 83

participants were analyzed using univariate statistics. Of them, 57 (66.7%) reported no stress at all, 10 (12%) reported light stress, 9 (10.8%) reported moderate stress, and 41 (49.5%) had mild primary dysmenorrhea. The class of 2022 students at Muhammadiyah University's Faculty of Medicine in Semarang had a correlation between stress levels and the occurrence of primary dysmenorrhea, according to statistical tests that used the Spearman Correlation test with a p-value less than 0.05. The significance value was 0.018, which is less than 0.05. The occurrence of primary dysmenorrhea among the class of 2022 female students at Muhammadiyah University's Faculty of Medicine in Semarang is associated with their stress levels.

Keywords: Stress, Primary Dysmenorrhoea

PENDAHULUAN (TMN, bold, 12)

Hormon reproduksi wanita menyebabkan perubahan fisiologis dalam tubuhnya yang terjadi secara berkala; perubahan ini dikenal sebagai menstruasi. Karena prostaglandin (bahan kimia yang menyebabkan otot rahim berkontraksi) menyebabkan ketidaknyamanan selama menstruasi, dismenore merupakan gejala umum menstruasi. Kram menstruasi tidak terlalu buruk bagi sebagian wanita, tetapi kram ini sangat parah sehingga menyulitkan mereka melakukan hal-hal yang biasanya mereka sukai.¹ Ketidaknyamanan ini disebut dismenore. Ketidaknyamanan menstruasi, atau dismenore, adalah tanda dari sesuatu yang lain, bukan penyakit itu sendiri. Kram menstruasi yang ekstrem terkadang disebut sebagai dismenore. Dalam situasi ini, pasien harus meredakan nyeri dengan analgesik atau menghubungi dokter dan mencari terapi, perawatan, atau pengobatan yang tepat.²

Wanita usia reproduksi lebih mungkin menderita dismenore, penyakit yang muncul saat menstruasi. Karena dismenore mengganggu aktivitas dan perhatian, siswa yang mengidapnya cenderung bekerja lebih sedikit dan berprestasi lebih sedikit dibandingkan rekan-rekan mereka yang tidak menderita dismenore.³ Insiden dismenore berkisar antara 34% di Mesir hingga 94% di Oman, dengan prevalensi ketidaknyamanan parah dari 0,9% di Korea hingga 59,8% di Bangladesh. Tingginya prevalensi gangguan menstruasi disebabkan oleh berbagai faktor

seperti stres, gaya hidup, aktivitas fisik, kondisi medis, gangguan hormonal, dan status gizi.³ Dalam penelitian yang dilakukan oleh Shita dan Purnawati (2016), 36 siswi (37,5%) melaporkan dismenore ringan, 44 siswi (45,8%) mengalami dismenore sedang, dan 8 siswi (8,3%) mengalami dismenore berat.⁴

Variabel psikologis, seperti stres, mungkin berkontribusi terhadap dismenore. Kecemasan terjadi ketika mekanisme pertahanan seseorang kewalahan oleh faktor eksternal yang membahayakan kesejahteraannya. Selain menyebabkan dismenore (nyeri saat menstruasi) dan menstruasi tidak teratur, stres juga dapat mengganggu fungsi normal sistem endokrin.⁵ Saat gelisah, tubuh seseorang akan memproduksi bahan kimia adrenalin, estrogen, dan prostaglandin dalam jumlah berlebihan. Kontraksi rahim diperkuat ketika kadar estrogen terlalu tinggi. Begitu pula dengan hormon adrenalin yang meningkat, yang pada gilirannya akan mengencangkan seluruh otot di tubuh, termasuk otot rahim. Kram menstruasi mungkin merupakan gejala penyakit ini, yang menyebabkan peningkatan kontraksi menstruasi. Sementara itu, peningkatan hormon prostaglandin akan memicu kontraksi otot rahim dan dapat menyebabkan vasospasme arteriol uterus sehingga menyebabkan iskemia dan kram pada perut bagian bawah yang akan memicu nyeri.⁴

Terdapat korelasi yang kuat antara tingkat stres mahasiswa dengan perannya sebagai

aktivis akademik. Setiap anak mempunyai penyebab stres yang berbeda-beda. Ada dua jenis pemicu stres potensial: internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri seperti kesehatan fisik, tipe kepribadian dan motivasi diri siswa itu sendiri, sedangkan faktor eksternal umumnya berasal dari luar individu seperti faktor keluarga, fasilitas, lingkungan, pekerjaan, hubungan dengan teman. dan lain-lain.⁶

Stres akademik biasanya menjadi sumber stres utama bagi mahasiswa. Suatu kondisi dimana seorang individu berada di bawah tekanan sebagai akibat dari persepsi dan evaluasi mahasiswa terhadap pengetahuan dan pengajaran tinggi atau dapat disebut juga stres akademik. Ada kemungkinan siswa mengalami stres akademik akibat tuntutan belajar sehari-hari yang dihadapinya di lingkungan kelas, berpikir maju dan kritis, hidup mandiri, dan situasi sosial.⁶ Pada penelitian yang dilakukan Puspitha, Sari, dan Oktaria (2017) pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, peneliti menemukan bahwa 17,8% mahasiswa mengalami stres ringan, 37,7% mengalami stres sedang, 36,3% mengalami stres berat, dan 8,2% mengalami stres sangat berat.⁶ Dalam penelitian berbeda, Augesti et al. (2015) mengevaluasi tingkat stres yang dialami mahasiswa yang bersekolah di institusi yang sama. Mereka menemukan bahwa mahasiswa pada tahun pertama kuliah memiliki tingkat stres yang lebih besar dibandingkan mahasiswa pada tahun terakhir studi. Sejumlah faktor dapat menyebabkan stres yang dialami siswa. Faktor-faktor tersebut mencakup, namun tidak terbatas pada, pergeseran metode pembelajaran, tugas perkuliahan, dan tujuan keberhasilan. Selain itu, stres siswa dapat disebabkan oleh masalah yang lebih bersifat pribadi seperti kesulitan keuangan, perpisahan dengan orang tua, dan proses adaptasi dengan lingkungan baru. perawatan dan pengobatan medis.⁷

Islam mengenalkan stres di dalam kehidupan ini sebagai cobaan.⁸

Allah SWT berfirman sebagai berikut dalam ayat 155 Surat Al Baqarah:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالْأَمْوَالِ وَالنَّمْرِ وَالصَّبْرِ وَالصَّبْرِ

Artinya : “Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar.”

Dalam ayat 139 surat Ali 'Imron, Allah SWT memberikan petunjuk tentang cara mengatasi stres dan cara menghindarinya:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.”

Berdasarkan bukti-bukti yang telah disampaikan sebelumnya, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang kini mempertimbangkan untuk melakukan penelitian tentang hubungan stres dengan dismenore primer pada angkatan 2022.

METODOLOGI

Untuk mengetahui bagaimana tingkat stres mempengaruhi frekuensi kejadian dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran angkata Tahun 2022 Universitas Muhammadiyah Semarang, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian observasional analitik cross-sectional. Pada penelitian ini populasi targetnya adalah mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022. Kemudian peneliti menggunakan rumus Slovin untuk menghitung ukuran sampel penelitian ini, dan diperoleh sebanyak tujuh puluh tiga peserta, Delapan puluh tiga peserta diperlukan untuk penelitian ini karena margin kesalahan 10%

disertakan dalam prediksi putus sekolah. Teknik Consecutive Sampling digunakan sebagai metode pengambilan sampel dalam penelitian ini. Variabel yang digunakan terbagi menjadi variabel bebas dan variabel terikat. Stres menjadi variabel bebas (independen) yang digunakan dalam penelitian ini, dan dismenore sebagai variabel terikat (dependen). Survei merupakan instrumen pengumpulan data utama dalam penelitian ini, dengan item berupa Lembar Informed Consent, dan Kuesioner Depression Anxiety Stress Scales (DASS) 21 dan kuesioner Numeric Rating Scale (NRS). Teknik analisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2023 dengan sampel mahasiswa Fakultas Kedokteran Unimus Angkatan 2022, didapatkan jumlah sampel yang sesuai dengan kriteria sebanyak 83 orang.

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Berdasarkan Usia Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang Angkatan 2022

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
18 tahun	11	13,3
19 tahun	49	59
20 tahun	18	21,7
21 tahun	4	4,8
22 tahun	1	1,2
Total	83	100

Sumber: Data penelitian diolah (2023)

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022 berusia 19 tahun yaitu sebanyak 49 orang (59%) responden, untuk yang berusia 18 tahun sebanyak 11 orang (13,3%), yang berusia 20 tahun sebanyak 18

orang (21,7%), dan yang berusia 21 tahun sebanyak 4 orang (4,8%), dan hanya 1 orang (1,2%) mahasiswa yang berusia 22 tahun.

Tabel 2. Karakteristik Berdasarkan Usia Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang Angkatan 2022

Tingkat Stress	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	57	68,7
Ringan	10	12
Sedang	9	10,8
Berat	5	6
Sangat Berat	2	2,4
Total	83	100

Sumber: Data penelitian diolah (2023)

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022 tidak mengalami stres yaitu sebanyak 57 orang (68,7%), sedangkan stres yang dihadapi oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022 adalah tingkat stres ringan yaitu sebanyak 10 orang (12%) dan sedang sebanyak 9 orang (10,8%).

Tabel 3. Karakteristik Berdasarkan Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang Angkatan 2022

Kejadian Dismenorea	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak nyeri	4	4,8
Ringan	41	49,4
Sedang	28	33,7
Berat	10	12
Total	83	100

Sumber: Data penelitian diolah (2023)

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kejadian dismenorea primer kategori ringan yaitu sebanyak 41 orang (49,4%), hanya 4 orang (4,8%) responden yang tidak mengalami

nyeri. Sebanyak 28 orang (33,7%) mengalami dismenorea primer kategori sedang dan sebanyak 10 orang (12%) mengalami dismenorea primer kategori berat.

Analisis Bivariat

Berikut ini akan disajikan hasil pengujian menggunakan uji Spearman Correlation.

Tabel 4. Hubungan Stres Dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang Angkatan 2022

Tingkat Stres					Total	p-value	r
	Tidak Nyeri	Ringan	Sedang	Berat			
Normal	3 (5,3%)	30 (52,6%)	22 (38,6%)	2 (3,5%)	57 (100%)	0,018	0,259
Ringan	1 (10%)	6 (60%)	2 (20%)	1 (10%)	10 (100%)		
Sedang	0 (0%)	3 (33,3%)	4 (44,4%)	2 (22,2%)	9 (100%)		
Berat	0 (0%)	2 (40%)	0 (0%)	3 (60%)	5 (100%)		
Sangat berat	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	2 (100%)	2 (100%)		
Total	4 (4,8%)	41 (49,4%)	28 (33,7%)	10 (12%)	83 (100%)		

Hasil perhitungan Spearman Correlation diperoleh nilai sig. = 0,018 < 0,05, artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,259 masuk kategori lemah, berarti ada hubungan yang lemah antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022.

gejala-gejalanya, antara lain gelisah, tidak sabar, sulit bersantai, sulit tidur, sulit bersantai, tidak sabar, dan tidak sabar. Ketika ditanya tentang gejala psikologis depresi, responden menyebutkan perasaan putus asa, kurangnya emosi positif, hidup tidak bermakna, kurangnya harapan masa depan, kesedihan, dan kurangnya motivasi untuk mengambil tindakan. Ketika ditanya tentang stres, responden melaporkan jantung berdebar-debar, gemetar (misalnya di tangan), mulut kering, ketakutan, dan serangan panik⁹

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Dalam artikel ini, kami akan menguraikan temuan penelitian yang mengamati mahasiswi kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang yang lulus tahun 2022 dan seberapa sering dismenore primer dikaitkan dengan tingkat stres mereka. Ide-ide teoritis dari penelitian sebelumnya diintegrasikan dengan temuan empiris dalam perdebatan ini.

Berdasarkan penelitian di atas, sepuluh mahasiswa (12%) dan sembilan mahasiswa (10,8%) angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang masing-masing melaporkan stres ringan dan sedang. Hal ini diperkuat dengan respon orang-orang yang pernah mengalami stres dan

Meskipun perempuan seringkali hanya merasakan stres sedang dan tidak pernah mengalami stres berat ketika mengalami dismenore, namun hal ini menjadi kekhawatiran utama bagi para peneliti yang mencoba untuk mengetahui apakah ada variabel lain yang berkontribusi terhadap tingginya tingkat stres yang dialami siswi. Remaja putri (angkatan 2022) masih rapuh secara emosional, dan hal ini menurut teori hanyalah satu dari sekian banyak hal yang mungkin memperparah gejala dismenore pada wanita. Selain itu, siswa yang sudah rentan terhadap ketegangan kehidupan kampus mungkin akan mengalami gejala dismenore yang semakin parah (Sandayanti et al., 2019).¹ Siswa mungkin merasa lebih stres karena beratnya tanggung jawab akademik

mereka dan buruknya kualitas pendidikan mereka. nilai ujian. Mereka bertekad gagal mencapai nilai acuan minimal, terlalu banyak mengerjakan pekerjaan rumah, dan berada di bawah tekanan orang tua yang berlebihan.⁹ Sistem endokrin hanyalah salah satu dari beberapa sistem tubuh yang mungkin terganggu oleh stres.¹⁰

Berdasarkan penelitian yang disebutkan sebelumnya, sebagian besar peserta (41 dari 102; 49,4%) mengalami dismenore primer sedang, sementara sebagian kecil (4,8%) melaporkan tidak mengalami rasa tidak nyaman sama sekali. Pada kelompok ringan, 28 orang (33,7%) mengalami dismenore primer, dan pada kategori berat, 10 orang (12%) juga mengalami dismenore primer. Wulandari dan Kustriyani (2019) menyatakan bahwa sebagian besar kram menstruasi yang tidak menyenangkan terjadi pada wanita muda (17–24 tahun). Pasalnya, beberapa fungsi tubuh, termasuk sistem reproduksi, masih dalam tahap pematangan. Remaja lebih mungkin mengalami dismenore dibandingkan orang dewasa karena belum matangnya sistem reproduksinya. Selain itu, sistem hormon pada remaja belum sepenuhnya stabil sehingga dapat menyebabkan masalah hormonal.¹¹

Kekurangan progesteron dapat menyebabkan dismenore. Otot polos dinding perut melentur karena prostaglandin, yang secara alami diproduksi oleh celah antara dinding perut dan rahim, dan dilepaskan selama pelepasan endometrium. Ketika kadar prostaglandin tinggi, otot berkontraksi lebih kuat, sehingga memperburuk rasa tidak nyaman. Kemampuan responden dalam belajar akan dipengaruhi oleh tingkat ketidaknyamanan dismenore yang dialaminya. Nyeri haid merupakan gangguan utama bagi siswi karena mengganggu fokus mereka dan membuat mereka merasa tidak nyaman. Oleh karena itu, untuk mencegah

dampak buruknya, dismenore pada remaja harus diatasi.¹²

Analisis Bivariat

Nilai signifikansi sebesar $0,018 < 0,05$ membuktikan bahwa tingkat stres berhubungan dengan terjadinya dismenore primer pada mahasiswi angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Mahasiswi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022 melaporkan adanya hubungan sederhana antara stres dan dismenore primer, berdasarkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,259.

Temuan penelitian ini menguatkan temuan Sandayanti dkk. (2019), yang meneliti mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung pada tahun 2017 dan menemukan bahwa dismenore lebih sering terjadi pada mahasiswa yang melaporkan tingkat stres yang tinggi. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Rusli dkk. (2019) yang menemukan bahwa mahasiswi pada salah satu institusi kedokteran di Jakarta mengalami derajat dismenore yang berbeda-beda sesuai dengan tingkat stresnya. Secara teoritis, dismenore lebih sering terjadi pada mereka yang mengalami stres dalam jumlah tinggi, hal ini sejalan dengan temuan penelitian ini. Sebagai hasil dari reaksi neuroendokrin, pengatur utama di hipotalamus, Corticotrophin Releasing Hormone (CRH), merangsang pelepasan Adrenocorticotrophic Hormone (ACTH) sebagai respons terhadap stres. Sekresi kortisol adrenal akan ditingkatkan oleh ACTH. Pelepasan hormon luteinizing (LH) dan hormon perangsang folikel (FSH) ditekan oleh hormon-hormon ini, sehingga mengganggu pertumbuhan folikel. Karena itu, produksi dan sekresi progesteron terganggu. Produksi prostaglandin $F2\alpha$ dan $E2$ meningkat ketika kadar progesteron rendah. Aktivasi $PGF2\alpha$

ditingkatkan ketika ada ketidakseimbangan antara prostaglandin F_{2α} dan E₂ dan prostasiklin (PGI₂). Sel-sel miometrium mengalami iskemia dan kontraksi uterus menjadi lebih sering seiring dengan meningkatnya tingkat aktivasi. Dismenore disebabkan oleh peningkatan kontraksi yang berlebihan.^{1,5,13,14}

KESIMPULAN

Beberapa kesimpulan peneliti yang diambil dari penelitian dan pembahasan tersebut di atas adalah (1) Diketahui bahwa sebagian besar mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022 mengalami tingkat stres ringan sebanyak 10 orang (12%) dan sedang sebanyak 9 orang (10,8%); (2) Diketahui bahwa sebagian besar mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022 mengalami kejadian dismenorea primer kategori ringan yaitu sebanyak 41 orang (49,4%); (3) Ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2022, terbukti dengan nilai signifikansi sebesar $0,018 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sandayanti V, Detty AU, Mino J. HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMINOREA PADA MAHASISWI KEDOKTERAN di UNIVERSITAS MALAHAYATI BANDAR LAMPUNG. *J Psikol Malahayati*. 2019;1(1):35-40. doi:10.33024/jpm.v1i1.1416
2. Manuba IAC. *Buku Ajar Penuntun Kuliah GINEKOLOGI*. Trans Info Media; 2021.
3. Satya Sai Shita N, Purnawati S. Prevalensi Gangguan Menstruasi Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pada Siswi Peserta Ujian Nasional Di Sma Negeri 1 Melaya Kabupaten Jembrana. *E-Jurnal Med Udayana*. 2016;5(3):1-9.
4. Agustina T, Restuningtyas A, Sutrisna E. Stress Affect Dysmenorrhea on Female Abdominal Obesity. *Novemb Ed /www.jbino.com / Innov Assoc JBioInnov*. 2019;8(6):735-740. www.jbino.com
5. Rusli Y, Angelina Y, Hadiyanto H. Hubungan Tingkat Stres dan Intensitas Dismenore pada Mahasiswi di Sebuah Fakultas Kedokteran di Jakarta. *eJournal Kedokt Indones*. 2019;7(2):122-126. doi:10.23886/ejki.7.10101.
6. Puspitha FC, Sari MI, Oktaria D, et al. Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Major*. 2020;7:24-33. [http://repository.lppm.unila.ac.id/12588/1/farras%2C merry%2C dwita majority.pdf](http://repository.lppm.unila.ac.id/12588/1/farras%2C%20merry%2C%20dwita%20majority.pdf)
7. Augesti G, Lisiswanti R, Saputra O, et al. Differences in Stress Level Between First Year and Last Year Medical Students in Medical Faculty of Lampung University. *J Major* /. 2015;4:50.
8. Sugianto S. Manajemen Stres Dalam Perspektif Tasawuf. *Al-Idarah J Kependidikan Islam*. 2018;8(1):154. doi:10.24042/alidarah.v8i1.3086
9. Jumani. Hubungan Stres Dengan Dismenore Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. *Pesqui Vet Bras*. 2021;26(2):173-180. <http://www.ufrgs.br/actavet/31-1/artigo552.pdf>
10. Lamtiar RR, Rumahorbo DB, Roderthani IL. Hubungan Stres

- Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi
Fakultas Kedokteran Universitas Hkbp
Nommensen Medan. *Nommensen J
Med.* 2022;8(1):54-57.
doi:10.36655/njm.v8i1.776
11. Wulandari P, Kustriyani M. Upaya
Cara Mengatasi Disminore pada
Remaja Putri. *J Peduli Masy.*
2020;1(1):23-30.
doi:10.37287/jpm.v1i1.99
 12. Maharani IF. Hubungan antara
dismenore dengan aktivitas belajar
mahasiswi Fakultas Kedokteran
Universitas Trisakti. *FK - Usakti.*
Published online 2014.
 13. Nurjanah A, Yulianti F.
PELAKSANAAN PROGRAM
CORPORATE SOSIAL
RESPONSIBILITY (CSR) DAN
KOMUNIKASI CSR (Studi Kasus :
CSR Delegation European Union To
Malaysia dan Business. 2019;12(1):93-
107.
 14. Yuliadi I. HPA Aksis dan Gangguan
Psikosomatik HPA Aksis and
Psychosomatic disorder. *J Ilm Psikol
Candrajiwa.* 2021;6(1):1-22.
[https://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.i
d/](https://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/)