

ABSTRACT

Background: Women must be able to differentiate menstrual blood and *istihadah* blood (blood that come out of vagina other than menstrual and puerperal blood) because it is related to the laws of worship. One way to differentiate is by observing the menstrual cycle of women around them, which is known as the phenomenon of menstrual synchrony. Several factors that influence this are poor menstrual hygiene and low stress level. Based on that, a research at Asrama Shofiyah was conducted since a research on menstrual synchrony had not been conducted.

Research Objective: To learn the overview of menstrual synchrony based on factors of stress level and menstrual hygiene in female teenagers at Asrama Shofiyah Madrasah Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta in 2017.

Research Methodology: The type of research is descriptive observational using cohort design. The subjects of the research, 78 people were gathered using total sampling technique. Menstrual synchrony was calculated based on Weller and Weller calculation (1997). The data of menstrual hygiene were obtained from questionnaires adopted from Yuliana (2010) , while stress level used DASS 42 questionnaire. The data analysis used descriptive analysis.

Research Result: Most respondents, 51,28 % experienced menstrual synchrony, 89,74% respondents had good menstrual hygiene and the stress level of 71,79 was in normal category.

Conclusion: Menstrual synchrony occurs in most females students of Asrama Shofiyah with good menstrual hygiene and normal stress level.

Keywords: roommate, menstrual hygiene, stress level, menstrual synchrony

INTISARI

Latar Belakang: Wanita harus memahami perbedaan darah menstruasi dan istihadah karena berkaitan dengan hukum beribadah. Salah satu cara membedakannya dengan melihat siklus menstruasi wanita disekitarnya, yang dikenal dengan fenomena sinkroni menstruasi. Beberapa faktor yang mempengaruhinya adalah higiene menstruasi yang buruk dan tingkat stres yang rendah. Berdasarkan hal tersebut, dilakukan penelitian di Asrama Shofiyah karena sinkroni menstruasi belum pernah diteliti di lokasi tersebut.

Tujuan Penelitian: Mengetahui gambaran sinkroni menstruasi berdasarkan faktor tingkat stres dan higiene menstruasi pada remaja wanita di Asrama Shofiyah Madrasah Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2017.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah observasional deskriptif dengan desain *cohort*. Subyek penelitian diambil dengan teknik *total sampling*, sebanyak 78 orang. Sinkroni menstruasi dihitung berdasarkan perhitungan oleh Weller dan Weller (1997). Data higiene menstruasi didapatkan dari pengisian kuesioner yang diadopsi dari Yuliana (2010), sedangkan tingkat stres menggunakan kuesioner DASS 42. Analisis data menggunakan analisis deskriptif.

Hasil Penelitian: Mayoritas responden sebesar 51,28 % mengalami sinkroni menstruasi. Sebanyak 89,74 % responden memiliki higiene menstruasi yang baik dan tingkat stres 71,79 % responden berada pada kategori normal.

Kesimpulan: Sinkroni menstruasi terjadi pada mayoritas siswi Asrama Shofiyah dengan higiene menstruasi yang baik dan tingkat stres yang normal.

Kata kunci : teman sekamar, higiene menstruasi, tingkat stres, sinkroni menstruasi