

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Wilayah Penelitian

Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta merupakan pondok pesantren yang berada di Jln. K.H. Ali Maksum, Panggunharjo, Sewon, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Pondok Pesantren Krapyak memiliki kurang lebih 233 santri, yang terdiri dari 203 mahasiswi dan 30 pelajar SMK. Seluruh santri tersebut dibagi ke dalam 19 kamar tidur, terdiri dari 18 kamar untuk mahasiswi dan satu kamar untuk pelajar SMK.

B. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menggunakan analisa univariat. Analisa univariat merupakan analisa yang melihat distribusi frekuensi dan presentasi data tanpa mencari keterkaitan atau hubungan antar variabel.

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswi dan pelajar SMK dengan jumlah masing-masing yaitu 68 mahasiswi dan 10 pelajar SMK dengan total responden sejumlah 78 orang. Adapun karakteristik responden sebagai berikut :

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Golongan Usia.

Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
14 – 17	1	1,3 %
17 – 21	35	44,9 %
21 – 40	42	53,846 %
Total	78	100%

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa jumlah responden terbanyak adalah responden dengan rentang usia 21 hingga 40 tahun sebanyak 42 orang dengan prosentasi 53,846 % dan jumlah responden yang paling sedikit yaitu responden dengan rentang usia 14 hingga 17 tahun yaitu sebanyak 1 orang dengan prosentase 1,3 %.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Saat Menarche

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Usia Saat Menarche pada Responden.

Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
9	1	1,282%
11	6	7,692%
12	24	30,769%
13	24	30,769%
14	13	16,667%
15	7	8,974%
16	3	3,846%
Total	78	100%

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa usia menarche responden terbanyak terjadi pada rentang usia 12 – 13 tahun dengan masing-masing responden sebanyak 24 orang dengan prosentase masing-masing 30,769 % dan usia menarche responden yang paling

sedikit adalah pada usia 9 tahun yaitu sebanyak satu orang dengan prosentase 1,282 %.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi pada Responden.

Siklus Menstruasi	Frekuensi	Prosentase (%)
Teratur	52	66,667%
Tidak Teratur	26	33,333%
Total	78	100%

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa responden dengan siklus menstruasi yang teratur memiliki jumlah terbanyak yaitu sebesar 52 orang dengan prosentase 66,667% dan sisanya sejumlah 26 orang dengan prosentase sebesar 33,333 % memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Sinkroni Menstruasi

Tabel 5. Distribusi Frekuensi berdasarkan Sinkroni Menstruasi

Sinkroni Menstruasi	Frekuensi	Prosentase (%)
Tersinkroni	46	59 %
Tidak Tersinkroni	32	41 %
Total	78	100%

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa jumlah responden terbanyak adalah responden yang mengalami sinkronisasi pada siklus menstruasinya yaitu sebanyak 46 orang dengan prosentase 59 % dan sisanya tidak mengalami sinkroni menstruasi dengan jumlah 32 orang dengan prosentase 41 %.

5. Karakteristik Responden Berdasarkan *Menstrual Hygiene*

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Perilaku *Menstrual Hygiene* pada responden.

<i>Menstrual Hygiene</i>	Frekuensi	Prosentase (%)
Baik	56	71,795%
Cukup	22	28,205%
Buruk	0	0%
Total	78	100%

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa jumlah responden dengan perilaku *menstrual hygiene* yang baik memiliki jumlah terbanyak yaitu sebesar 56 orang dengan prosentase 71,795 % dan tidak ada responden yang memiliki perilaku *menstrual hygiene* yang buruk.

6. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres (DASS)

Tabel 7. Distribusi Frekuensi berdasarkan Tingkat Stres (DASS)

Tingkat Stres (DASS)	N	%
Ringan	28	35,897%
Normal	24	30,769%
Sedang	20	25,641%
Parah	5	6,41%
Sangat Parah	1	1,282%
Total	78	100%

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa jumlah responden dengan tingkat stres yang ringan memiliki jumlah terbanyak yaitu sebesar 28 orang dengan prosentase 35,897 % dan jumlah responden dengan tingkat stres yang sangat parah memiliki jumlah responden paling sedikit dengan jumlah satu orang dengan prosentase sebesar 1,282 %.

C. Pembahasan

1. Usia Responden

Responden terbanyak pada penelitian ini adalah responden dengan rentang usia 21 hingga 40 tahun yaitu sebanyak 42 orang dengan prosentase 53,846 %, sehingga dapat dikatakan mayoritas responden pada penelitian ini adalah responden yang telah memasuki fase dewasa awal. Sesuai dengan teori yang telah dikemukakan oleh Hurlock (1994) bahwa seseorang akan mengalami fase perkembangan yang dinamakan fase dewasa awal pada usia 21 tahun hingga mencapai usia 40 tahun.

Mayoritas responden dalam penelitian ini telah memasuki fase usia dewasa awal sehingga mayoritas responden sedang mengalami proses penyesuaian diri dengan cara hidup yang baru. Hurlock (1986) menjelaskan bahwa fase dewasa awal merupakan suatu masa untuk menyesuaikan diri dengan cara hidup yang baru dan memanfaatkan kebebasan yang diperolehnya. Seseorang rentan mengalami stres dalam fase ini akibat tidak dapat melakukan penyesuaian diri dengan kondisi lingkungannya. Seseorang juga telah mencapai usia reproduktif dimana alat-alat reproduksi manusia telah mencapai kematangannya dan sudah siap untuk melakukan reproduksi dalam fase ini.

2. Usia Saat Menarche

Data hasil penelitian menunjukkan bahwa usia menarche responden terbanyak terjadi pada rentang usia 12 – 13 tahun dengan masing-masing responden sebanyak 24 orang dengan prosentase masing masing 30,769 %. Hal ini sesuai dengan teori Llewellyn-Jones (2001) yang mengatakan bahwa menstruasi pertama kali terjadi pada wanita dengan usia berkisar 10 – 16 tahun dengan rerata pada usia kurang lebih 12,5 tahun.

Siklus menstruasi pada dua atau tiga tahun pertama biasanya masih memerlukan penyesuaian, sehingga umumnya pada tahun-tahun tersebut menstruasi yang dialami belum memiliki siklus yang teratur (Laila, 2011). Mayoritas responden telah mengalami menstruasi lebih dari dua tahun, sehingga tubuh telah selesai melakukan penyesuaian terhadap terjadinya menstruasi sehingga mayoritas responden memiliki siklus menstruasi yang teratur.

3. Siklus Menstruasi

Mayoritas responden pada penelitian ini memiliki siklus menstruasi yang teratur setiap bulannya, dengan jumlah responden sebanyak 52 orang dengan prosentase 66,667%, sehingga terjadinya sinkroni menstruasi dapat diukur dengan baik. Arden dan Dye (1998) *cit.* Weller dan Weller (2002) menjelaskan bahwa sekelompok wanita yang mengalami menstruasi dengan siklus menstruasi yang teratur setiap bulannya dapat meminimalisir terjadinya bias pada sinkroni

menstruasi. Jaret (1984) menambahkan bahwa prevalensi terjadinya siklus menstruasi yang teratur dapat mempengaruhi terhadap kenaikan terjadinya sinkroni menstruasi. Faktor *pheromonal* pada sekelompok wanita dengan menstruasi yang teratur akan menyebabkan sekelompok tersebut mudah mengalami sinkroni menstruasi.

4. Sinkroni Menstruasi

Mayoritas responden pada penelitian ini mengalami sinkronisasi menstruasi yaitu sebanyak 46 orang dengan prosentase 59 %. Hal ini sesuai dengan teori McClintock (1971) bahwa seorang wanita yang tinggal bersama dapat mengalami sinkroni menstruasi. Arden, dkk (1999) menyatakan bahwa sinkroni menstruasi dapat terjadi pada teman sekamar, teman dekat, bahkan hubungan seorang ibu dengan anak perempuannya.

Sinkroni menstruasi dalam penelitian ini diukur pada responden dengan karakteristik sebagai teman sekamar, sehingga dapat menaikkan kemungkinan terjadinya sinkroni menstruasi. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Jahanfar (2007) yang menyatakan bahwa sinkroni menstruasi dominan terjadi pada teman satu kamar dibandingkan yang lainnya.

Responden pada penelitian ini selain teman sekamar, responden juga tidur dengan alas yang sama. Menurut Weller, A., dan Weller, L. (1993a), teman sekamar yang saling berbagi alas tempat tidur memiliki peluang untuk mengalami sinkroni menstruasi lebih banyak

dibanding teman sekamar yang tidak saling berbagi alas tempat tidur. Hal ini dapat diakibatkan oleh adanya paparan pheromon secara tidak langsung.

5. Tingkat *Menstrual Hygiene*

Responden dengan perilaku *menstrual hygiene* yang baik memiliki jumlah terbanyak yaitu sebesar 56 orang dengan prosentase 71,795 %. *Menstrual Hygiene* yang baik pada penelitian ini dapat dipengaruhi oleh banyaknya informasi agama yang telah diterima oleh responden, termasuk dalam penjagaan kebersihan diri selama menstruasi (*menstrual hygiene*). Menurut Notoatmodjo (2007) informasi yang diterima oleh seseorang dapat menimbulkan kesadaran seseorang sehingga dapat mempengaruhi perilaku.

Jahanfar (2007) menjelaskan bahwa sinkroni menstruasi dapat terjadi pada selompok wanita yang memiliki tingkat *menstrual hygiene* yang rendah akibat adanya sekresi kimiawi yang tercium aromanya oleh wanita lainnya. Responden dalam penelitian ini memiliki tingkat *menstrual hygiene* yang baik, sehingga pada penelitian ini faktor *menstrual hygiene* tidak memberikan efek terhadap terjadinya sinkroni menstruasi. Little (1989) menjelaskan bahwa faktor pheromon diduga hanya berpengaruh kurang lebih sebesar 9%.

6. Tingkat Stres (DASS)

Mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki tingkat stres yang ringan sejumlah 28 orang dengan prosentase 35,897 %. Tingkat stres yang ringan pada responden dapat diakibatkan oleh kesiapan responden dalam mengelola tekanan yang ia terima. Kesiapan dalam mengelola stres tersebut didapatkan karena responden memiliki kemampuan dalam mengamalkan ibadah-ibadah seperti Shalat, doa, dzikir dan ibadah lainnya secara baik dan benar. Yuwono (2010) menjelaskan bahwa apabila umat Islam mampu mengamalkan ibadah-ibadah secara benar seperti shalat, doa, dzikir dan ibadah lainnya maka akan terbentuk kesiapan manusia dalam menghadapi tekanan yang diterima.

Responden pada penelitian ini didominasi oleh responden dengan tingkat stres yang ringan. Hal ini sesuai dengan teori dari Weller dan Weller (1993b) yang menyatakan bahwa wanita yang mengalami sinkroni menstruasi memiliki tingkat stres dan kecemasan yang rendah. Tingkat stres yang ringan pada mayoritas responden ini dapat menambah kemungkinan terjadinya sinkroni menstruasi. Matteo (1987) menjelaskan bahwa tingkat stres dan kecemasan yang ringan akan membuat sinkroni menstruasi menjadi bertambah. Jarret (1984) menambahkan bahwa tingkat stres yang ringan tidak memberikan efek penundaan pada siklus menstruasi sehingga tidak terjadi gangguan pada sinkronisasi menstruasi.