

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MASA PANDEMI COVID- 19 DI SMA MUHAMMADIYAH 2 PALEMBANG

Sri Martini¹, Prahardian Putri², Tira Caritas³

^{1,2,3} Politeknik Kesehatan KemenKes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia
srimartini@poltekkespalembang.ac.id

ABSTRACT

Background: Academic stress is a physical, mental or emotional disorder caused by a discrepancy between environmental demands and the students' actual resources. Online learning during the covid-19 pandemic is a stressor that triggers the release of the hormone cortisol which will affect the production of FSH (Follicle Stimulating Hormone) and LH (Luteinizing Hormone) hormones and cause menstrual cycle irregularities. This study aims to determine the relationship between academic stress levels and the menstrual cycle during the COVID-19 pandemic at SMA Muhammadiyah 2 Palembang. **Methods:** This type of research is quantitative in nature with an analytical survey design through a cross sectional approach. The sampling technique used was non-probability, namely purposive sampling as many as 44 students. Data analysis using Chi-Square test. **The results** showed that the majority of respondents experienced moderate academic stress 18 (40.9%) and the majority of respondents had abnormal menstrual cycles 26 (59.1%). The results of the Chi-Square test obtained $p\text{-value} = 0.031$, which means that there is a significant relationship between the level of academic stress and the menstrual cycle during the covid-19 pandemic. **Conclusion:** stress due to online learning causes disruption of students' menstrual cycles

Keywords: Academic stress, menstrual cycle, online learning

ABSTRAK

Latar Belakang : Stres akademik adalah gangguan fisik, mental atau emosional yang disebabkan ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki siswa. Pembelajaran *daring* selama pandemi covid-19 merupakan stressor yang memicu pelepasan hormon kortisol yang akan mempengaruhi produksi hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*) dan menyebabkan ketidak teraturan siklus menstruasi. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada masa pandemic covid-19 di SMA Muhammadiyah 2 Palembang. **Metode:** Jenis penelitian ini bersifat *kuantitatif* dengan rancangan *survey analitik* melalui pendekatan secara *cross secsional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability* yaitu *purposive sampling* sebanyak 44 siswi. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. **Hasil penelitian** diperoleh mayoritas responden mengalami stres akademik tingkat sedang 18 (40,9%) dan mayoritas responden memiliki siklus menstruasi tidak normal 26 (59,1%). Hasil uji *Chi-Square* memperoleh $p\text{-value}=0,031$ artinya adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada masa pandemi covid-19 **Kesimpulan:** stress akibat pembelajaran *daring* menyebabkan terganggunya siklus menstruasi siswa.

Kata Kunci: Stres akademik, siklus menstruasi, pembelajaran *daring*

PENDAHULUAN

Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormone reproduksi. Periode menstruasi penting dalam reproduksi, periode biasanya terjadi setiap bulan antara usia pubertas dan menopause. Wanita mengalami siklus menstruasi rata-rata terjadi sekita 28 hari (Tina,2009) dalam (Hutaphea, 2019). Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21 – 35 hari setiap kali periode menstruasi. Siklus menstruasi normal secara fisiologis menggambarkan organ reproduksi cenderung sehat dan tidak bermasalah. Sistem hormonalnya baik, ditunjukkan dengan sel telur yang terus diproduksi dan siklus menstruasi teratur sehingga dengan siklus menstruasi yang normal, seorang wanita akan lebih mudah mendapatkan kehamilan, menata rutinitas, dan menghitung masa subur (Hestiantoro, 2007) dalam (Hutaphea, 2019).

Siklus menstruasi tidak teratur menunjukkan ketidakberesan pada system metabolisme dan hormonal. Dampaknya yaitu wanita jadi lebih sulit hamil (*infertilitas*). Siklus menstruasi yang memendek dapat menyebabkan wanita mengalami anovulasi karena sel telur tidak terlalu matang sehingga sulit untuk dibuahi. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menyebutkan bahwa permasalahan remaja di dunia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%). Menurut data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010 sebagian besar 68% perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun melaporkan haid teratur dan 13,7% mengalami masalah siklus haid yang tidak teratur dalam 1 tahun terakhir. Masalah haid tidak teratur menstruasi pada usia 10-29 tahun sebesar 15,2% (Riskesdas, 2010). Data Riskesdas 2013 memperlihatkan persentase kejadian ketidakteraturan siklus. Masalah haid tidak teratur menstruasi pada usia 10-29 tahun sebesar 15,2% (Riskesdas, 2010). Data Riskesdas 2013 memperlihatkan persentase kejadian ketidakteraturan siklus menstruasi pada usia 10-29 tahun sebesar 16,4% (Riskesdas,2013). Dari data ketidakteraturan siklus menstruasi dari tahun 2010 ke tahun 2013 terjadi kenaikan sebesar 1,2% dalam tiga tahun. Adapun alasan yang dikemukakan perempuan yang mempunyai masalah siklus tidak teratur dikarenakan stres dan banyak pikiran sebesar 51% (Anjarsari & Sari, 2020).

Stres yang dialami siswa yang terjadi di sekolah/ perguruan tinggi disebut dengan stres akademik (Barseli & Ifdil, 2017). Stres akademik adalah suatu keadaan atau kondisi berupa gangguan fisik, mental atau emosional yang disebabkan ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki siswa sehingga mereka semakin terbebani dengan berbagai tekanan dan tuntutan di sekolah. Stres rentan dialami oleh pelajar yang umumnya adalah anak atau remaja yang berada dalam tahap perkembangan fisik maupun psikologis yang masih labil (Riyadi, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Syahrina et al. (2018) tentang tingkat stres pada siswa SMA (Sekolah Menengah Atas) dalam menghadapi tuntutan di sekolah antara lain Ujian Nasional dan stres akademik didapatkan data sebanyak 49,74% siswa mengalami stres sedang saat menjelang Ujian Nasional, dan sebanyak 71% mengalami stres akademik sedang. Stres pada siswi juga bisa terjadi karena sistem belajar di sekolah. Sistem belajar yang diterapkan di sekolah pada pandemi covid-19 ini mengharuskan sekolah mengubah sistem pembelajarannya dengan media daring berkenaan dengan penyebaran *Coronavirus Disease* (Covid-19) di Indonesia. Pembelajaran daring pada awalnya ditanggapi positif oleh beberapa siswa tetapi dengan berjalannya proses pembelajaran, siswa mengalami beberapa kesulitan. Kesulitan tersebut antara lain sinyal yang kurang mendukung, sebagian siswa kekurangan kuota, banyak gangguan ketika belajar di rumah, siswa merasa kurang fokus belajar tanpa adanya interaksi langsung dengan guru maupun siswa lain, materi yang disampaikan sulit dipahami, kurangnya kesiapan guru dalam menyiapkan materi (Gunadha & Rahmayunita, 2020; Utami et al., 2020).

Stres ini sendiri akan memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormon kortisol di atur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, dengan di mulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan FSH dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan *estrogen* (Carolin, 2011). Jika terjadi gangguan pada hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*), maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidak teraturan siklus menstruasi (Rosinia,2016). Berdasarkan hasil penelitian dilakukan oleh

(Anjarsari & Sari, 2020) diperoleh dari nilai p value = 0,016 dengan $\alpha=0,05$ dimana $p < \alpha$ ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi remaja putri. Perbedaan siklus ini ditentukan oleh beberapa faktor, yaitu salah satunya stres yang merupakan penyebab terjadinya gangguan menstruasi. selain itu terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi perubahan siklus menstruasi antara lain berat badan dengan melihat status gizi yang dapat dihitung melalui IMT seseorang, aktifitas fisik, diet, paparan lingkungan dan kondisi kerja, sinkronisasi proses menstrual (interaksi sosial dan lingkungan), gangguan endokrin, gangguan perdarahan dan terakhir *dysmenorrhea* (Aspiani,2017). Berdasarkan latar belakang penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada masa pandemi covid - 19 di SMA Muhammadiyah 2 Palembang.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *survey analitik* melalui pendekatan secara *cross sectional*. Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 2 Palembang pada tanggal 06-21 Mei 2021. Penelitian ini menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen (stres akademik, IMT dan *dismenorea*) dan variabel dependen (siklus menstruasi) hanya satu pada satu saat (Nursalam, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah ini adalah semua siswi kelas XII SMA Muhamadaiyah 2 Palembang tahun ajaran 2020/2021 yang diperhitungkan pada bulan Januari 2021 kelas XII IPA dengan jumlah siswi 59 orang, kemudian kelas XII IPS dengan jumlah siswi 8 orang jumlah total keseluruhan populasi 67 siswi. Pengambilan besar sampel menggunakan tehknik *non probability* dengan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan perhitungan sampel ditentukan dengan rumus (Lameslow Stanle, dkk 1997 dalam Nursalam, 2016) didapatkan jumlah sampel sebanyak 44 orang.

Instrument pada penelitian ini adalah kuesioner stres akademik yang terdiri dari 39 item pertanyaan dan kuesioner data antropometri dimana responden mengisi data berat dan tinggi badan kemudian kuesioner siklus menstruasi berupa pertanyaan mengenai jarak antara siklus menstruasi selama 3 bulan terakhir pada bulan (Januari, Februari, Maret dan April). Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan menggunakan derajat kepercayaan 95 % dengan α 5%, sehingga jika nilai P (p value) $< 0,05$.

HASIL

Hasil analisis penelitian didapatkan stress akademik, disminorea, frekuensi menstruasi sebagai berikut

Tingkat Stres Akademik Responden Penelitian

Tabel 1 Tingkat stress Siswi SMA Muhammadiyah 2 Palembang

Tingkat Stres Akademik	Frekuensi	Presentase
Tinggi	13	29,5
Sedang	18	40,9
Rendah	13	29,5
Total	44	100,0

Berdasarkan tabel 1 diatas menggambarkan responden berdasarkan tingkat stres akademik responden di SMA Muhammadiyah 2 Palembang, yang mengalami stres akademik tingkat tinggi berjumlah 13 orang (29,5%), dan yang mengalami stres akademik tingkat sedang berjumlah 18 orang (40,9%), sedangkan yang mengalami stres akademik tingkat rendah berjumlah 13 (29,5%).

Disminorea Siswi SMA Muhammadiyah 2 Palembang

Tabel 2 Distribusi *Dismenorea* Siswi di SMA Muhammadiyah 2 Palembang

<i>Dismenorea</i>	Frekuensi	Presentase
Ya	30	68,2
Tidak	14	31,8
total	44	100,0

Berdasarkan tabel 2 diatas menggambarkan distribusi statistik deskriptif frekuensi *dismenorea* Siswi di SMA Muhammadiyah 2 Palembang didapatkan sebagian responden mengalami *dismenorea* pada saat menstruasi berjumlah 30 orang(68,2%

Frekuensi Siklus Menstruasi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Siswi SMA Muhamdiyah 2 Palembang

Siklus Menstruasi	Frekuensi	Presentase
Tidak Normal	26	59,1
Normal	18	40,9
Total	44	100

Tabel 3 diatas menggambarkan distribusi statistik deskriptif frekuensi responden berdasarkan siklus menstruasi responden di SMA Muhammadiyah 2 Palembang, responden yang mengalami siklus menstruasi tidak normal berjumlah 26 orang (59,1%), sedangkan yang memiliki siklus menstruasi normal berjumlah 18 orang (40,9%).

Hubungan Tingkat stress Akademik dan Siklus Menstruasi Siswi Muhammdiyah 2 Palembang

Berikut merupakan hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi

Tabel 4. Hubungan Tingkat Stress akademik dengan Siklus Menstruasi Siswa

Variabel	Siklus Menstruasi				Total	<i>p-value</i>
	Tidak Normal		Normal			
	n	%	n	%		
Stres Akademik						
Tinggi	8	61,5	5	38,5	13	100
Sedang	14	77,8	4	22,2	18	100
Rendah	4	30,8	9	69,2	13	100
Jumlah	26	59,1	18	40,9	44	100

Berdasarkan tabel 5.5 diatas hasil analisis stres akademik dengan siklus menstruasi siswi kelas XII SMA Muhammadiyah 2 Palembang diperoleh bahwa mayoritas siswi mengalami stres akademik tingkat sedang mengalami siklus menstruasi tidak normal didapatkan sebanyak 14 (77,8%) demikian dengan siswi yang mengalami stres akademik tingkat tinggi memiliki siklus menstruasi tidak normal didapatkan sebanyak 8 (61,5%), lebih tinggi dibandingkan siswi yang mengalami stres akademik tingkat rendah dengan siklus mentruasi tidak normal hanya didapatkan

sebanyak 4 (30,8%) Hasil uji statistik antara stres akademik dengan siklus menstruasi di peroleh nilai $p\text{-value}=0,031$ ($p<0,05$) maka dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi siklus menstruasi antara stres akademik dengan kategori tinggi, sedang dan rendah dengan siklus menstruasi (ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan siklus menstruasi).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dari 44 siswi SMA Muhammadiyah 2 Palembang mayoritas siswi mengalami *dismenorea* dengan siklus menstruasi tidak normal didapatkan 20 (66,7%) sedangkan mayoritas siswi yang tidak mengalami *dismenorea* memiliki siklus menstruasi normal didapatkan 8 (57,1%) tidak terlalu berbeda proporsi dengan siswi yang memiliki siklus menstruasi tidak normal pada didapatkan 6 (42,9%). Setelah melalui uji *chi-square* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,234$ ($p>0,05$) dengandemikian maka dapat dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara *dismenorea* dengan siklus menstruasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agung, 2017) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara kejadian *dismenorea* dengan ketidakteraturan siklus menstruasi dengan hasil ($p\text{-value}=0,998$). Tetapi lain halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh (Juliana, 2019) menunjukkan terdapat hubungan antara *dismenorea* dengan gangguan siklus menstruasi ($p\text{-value}=0,023$).

Menurut (Juliana, 2019) mengemukakan *dismenorea* juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari responden seperti aktifitas fisik, status gizi dan stres. Namun di masa pandemi seperti ini, segala aktivitas yang biasanya dilakukan secara utuh dan penuh harus terhenti secara total dalam rangka memutus mata rantai penularan covid-19, adanya pembatasan-pembatasan aktivitas yakni pembelajaran daring dan berkurangnya aktifitas pembelajaran seperti olahraga, walaupun bisa hanya sebatas luas rumah hali ini menyebabkan siswi minim dalam melakukan aktivitas fisik. Hal ini sejalan dengan teori (Aspiani, 2017) yang menyatakan terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi selain *dismenorea* antara lain, berat badan (BB), aktifitas fisik, stres, diet, paparan dan lingkungan kerja, gangguan endokrin serta gangguan perdarahan. Kemudian menurut (Gustina, 2015) nyeri haid atau *dismenorea* merupakan keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormone progesterone sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri yang dialami wanita. Selain itu *dismenorea* juga merupakan respon fisiologis menstruasi dimana keadaan ini umumnya disebabkan peningkatan dari prostaglandin, yang diproduksi pada lapisan uterus. Fungsi prostaglandin dalam system reproduksi adalah untuk merangsang otot uterus berkontraksi guna membantu pengeluaran darah/ dinding endometrium menjadi meluruh. Secara alami, uterus cenderung memiliki kontraksi lebih kuat semasa menstruasi, kontraksi uterus ini juga dapat menimbulkan keluhan nyeri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Hasil penelitian tingkat stres akademik yang tertinggi dengan stres akademik kategori sedang sebanyak 40,9%, mayoritas responden mengalami *dismenorea* pada saat menstruasi yaitu sebanyak 68,2% dan Responden yang memiliki siklus menstruasi tidak normal 59,1%
2. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi.

Saran

Penelitian menyarankan

1. Mensosialisasikan informasi tentang kesehatan reproduksi pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri terkait masalah siklus menstruasi, meningkatkan kegiatan UKS dengan deteksi dini masalah kesehatan reproduksi remaja
2. Bagi penelitian selanjutnya perlu dikembangkan penelitian lebih lanjut tentang stres akademik, gangguan siklus menstruasi dengan mengeksplorasi variabel lain seperti faktor budaya, status gizi, diet atau asupan nutrisi

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, D. A. J. (2017). *Hubungan Kejadian Dismenore dengan Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Sewon Bantul*. 1–2.
- Alasi, Z. Y. U. El. (2017). *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri Dolok Masihul di Kecamatan Dolok Masihul*. 1(1), 40–48.
- Andhini, N. F. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI Di Man 3 Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://core.ac.uk/download/pdf/33517185.pdf>
- Angrainy, R. (2019). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus menstruasi Pada Remaja Putri Di SMAN 5 Pekanbaru Tahun 2019*. 9.
- Anjarsari, N., & Sari, E. P. (2020). Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.20473/pnj.v2i1.19135>
- Aspiani, Y. R. (2017). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Maternitas, Aplikasi NANDA, NIC dan NOC*. Jakarta. CV Trans Info Media
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). *Jurnal Konseling dan Pendidikan Konsep Stres Akademik Siswa*. 2005, 143–148.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). *Stress akademik akibat Covid-19*. 5(2), 95–99.
- Dwi Handayani. (2018). Hubungan Antara Sense of Humor dan Stres Akademik pada Siswa Full Day School. *Repository Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*, 16–44.
- Hutaphea, M. (2019). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan siklus menstruasi Pada SMAN 3 BINJAI Tahun 201. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Juliana, I. (2019). Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di Sma N 1 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8.
- Karlina, N. & B. I. (2021). Pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Kampar Kiri Hilir. *Jurnal Bidang Komunitas*, 4(1).
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). FactSheet Obesitas Kit Informasi Obesitas. In *Jurnal Kesehatan* (pp. 1–8).
- Notoatmodjo, S. (2018). *metodologi penelitian kesehatan*. PT RINEKA CIPTA.
- Oliver, J. (2019). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi. *Hilos Tensados*, 1, 1–476.
- Rosania, D. (2016). *Hubungan Tingkat Stress dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Kelas XII Di SMK Batik 1 Surakarta*. June, 1–13.
- Santi, D. R., & Pribadi, eko teguh. (2018). Kondisi gangguan menstruasi pada pasien yang berkunjung di klinik pratama UIN Sunan Ampel. *Journal of Health Science and Prevention*, 2(1), 14-21. ISSN: 2549-919X. <file:///C:/Users/PIxEL/Downloads/Disminore dengan oligomenorea/kondisi gangguan menstruasi pada pasien di uin.pdf>
- Sari, I. N. (2020). Hubungan Tingkat Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Program Studi D3 Farmasi Tingkat 1 (Satu) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram Tahun 2019. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 5(1), 52. <https://doi.org/10.31764/mj.v5i1.1082>
- Setyowati, F. (2017). Pola Menstruasi Remaja Putri. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

- Sugawara, E., & Nikaido, H. (2019). Properties of AdeABC and AdeIJK efflux systems of *Acinetobacter baumannii* compared with those of the AcrAB-TolC system of *Escherichia coli*. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 58(12), 7250–7257. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>
- Wahyuningsih, E. (2018). Tingkat Stres Remaja Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal Siklus Menstruasi*, 66(1), 37–39. [http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/1386/2/143210118 ENI WAHYUNINGSIH Skripsi.pdf %0A%0A](http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/1386/2/143210118_ENI_WAHYUNINGSIH_Skripsi.pdf%0A%0A)
- WHO. (2020). Pertanyaan dan Jawaban Terkait Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *World Health Organization*, 2019, 1–13. <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa-for-public>
- Yolandiani, P. R., Fajria, L., & Putri, M. Z. (2020). Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 68, 1–11.
- Zambrano Leal, A. (2012). Sociedad de control y profesión docente. Las imposturas de un disc. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 53(95), 45–52.