

## ABSTRAK

Gangguan proses menstruasi seperti lamanya siklus dapat menimbulkan resiko kista, endometriosis dan lain-lain. Tujuan penelitian untuk menggambarkan faktor stres dan gizi yang menyebabkan oligomenore.

Desain penelitian ini deskriptif. Populasi yang digunakan adalah mahasiswi tingkat II yang mengalami oligomenore program studi DIII Keperawatan sebanyak 40 mahasiswi dengan sampel sebagian mahasiswi sebanyak 36 orang. Teknik sampling *simple random sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah faktor stres dan gizi yang menyebabkan oligomenore. Instrument yang digunakan adalah kuesioner, data diolah dengan cara *editing, coding, entry data, cleaning* dan tabulasi data. Analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif.

Faktor stres menunjukkan dari 36 responden, didapatkan hampir seluruhnya 29 responden (81%) mengalami stres ringan, sebagian kecil 3 responden (8%) mengalami stres sedang dan 4 responden (11%) mengalami stres berat dan tidak satupun responden (0%) yang tidak stres maupun mengalami stres berat sekali. Faktor gizi menunjukkan dari 36 responden sebagian besar 19 responden (53%) tergolong kurus dengan IMT 17,0 – 18,4, hampir setengahnya 17 responden (47%) tergolong normal dengan IMT 18,5 – 25,0, tidak satupun responden (0%) tergolong kurus sekali, gemuk dan gemuk sekali.

Disimpulkan bahwa hampir seluruhnya mempunyai stres ringan dan sebagian besar status gizi tergolong kurus, untuk itu diharapkan bagi mahasiswi dapat mengendalikan stres yang dialami dan dapat menyeimbangkan antara tinggi badan dan berat badan agar sistem metabolisme tubuh dapat bekerja dengan baik.

Kata kunci: faktor stres, faktor gizi, oligomenore.