



**HUBUNGAN STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA RAMAJA PUTRI DI SMA BHINNEKA KARYA 2
BOYOLALI**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan (S. Kep)

Oleh:

RUSTIANNISA RISMATITI

NIM.010118A126

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Berjudul:

**HUBUNGAN STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA SISWI DI SMA BHINNEKA KARYA 2
BOYOLALI**

Oleh:

RUSTIANNISA RISMATITI

NIM.010118A126

PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
Diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, Januari 2022

Pembimbing



Liyanovitasari, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIDN. 0630078801

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul:

**HUBUNGAN STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA RAMAJA PUTRI DI SMA BHINNEKA KARYA 2
BOYOLALI**

Oleh:

RUSTIANNISA RISMATITI
NIM.010118A126

Telah Dipertahankan Dan Dujikan Di Depan Tim Penguji Skripsi Program Studi
S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, Pada:

Hari :

Tanggal :

Tim Penguji:
Ketua/Pembimbing Utama


Liyanovitasari, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0630078801

Anggota/Penguji I



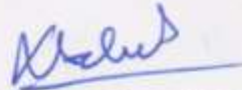
Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402

**Ketua Program Studi
S1 Keperawatan**



Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402

Anggota/Penguji II



Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa
NIDN. 0602027901


Dekan
Fakultas Keperawatan
Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Rustiannisa Rismatiti

NIM : 010118A126

Mahasiswa : Program Studi SI Keperawatan, Fakultas Kesehatan,
Universtas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi Berjudul **“Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Ramaja putri Di Sma Bhinneka Karya 2 Boyolali”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkna gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicatumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul asal serta dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dna apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang sudah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Uniiiversitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Januari 2022
Yang Membuat Pernyataan



Rustiannisa Rismatiti

PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang Bertanda Tangan Dibawah ini saya:

Nama : Rustiannisa Rismatiti

NIM : 010118A126

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul "**Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Ramaja putri Di Sma Bhinneka Karya 2 Boyolali**" untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Januari 2022

Yang membuat pernyataan



Rustiannisa Rismatiti

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Rustiannisa Rismatiti
Tempat/ tanggal lahir : Boyolali, 1 juli 2000
Agama : Islam
Alamat : Wonosari, Kemiri, Mojosongo, Boyolali

Riwayat Pendidikan:

1. TK Pertiwi 1 : Tahun 2004 - 2006
2. SD Kemiri 1 : Tahun 2006 - 2012
3. SMPN 2 Mojosongo : Tahun 2012 - 2015
4. SMA Bhinneka karya 2 : Tahun 2015 - 2018
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2018- SEKARANG

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Rusdiyanto
Nama Ibu : Siti Cholidah
Pekerjaan
Ayah : Swasta
Ibu : Pegawai BUMD
Agama : Islam
Alamat : Wonosari, Kemiri, Mojosongo, Boyolali

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Januari 2022
Rustiannisa Rismatiti
010118A126

HUBUNGAN STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA RAMAJA PUTRI DI SMA BHINNEKA KARYA 2 BOYOLALI

ABSTRAK

Latar Belakang : Memasuki masa pubertas pada remaja putri menimbulkan perubahan psikologis yang mengakibatkan remaja putri cenderung mengalami stress. Stress yang timbul pada remaja putri dapat menyebabkan perubahan kadar hormone kewanitaan remaja putri sehingga sering terjadi gangguan pada siklus menstruasi.

Tujuan : Mengetahui terdapat hubungan stress dengan siklus menstruasi pada ramaja putri sekolah menengah keatas.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, desain penelitian yang digunakan adalah *deskriptif korelasional*, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua ramaja putri di SMA Bhinneka Karya 2 Boyolali yang berjumlah 96 ramaja putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling* dengan jumlah sampel 96 responden. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS). Analisis data menggunakan uji *Chi Square*.

Hasil : Hasil analisa univariat variable stress dan siklus menstruasi memperoleh hasil bahwa 63.5% responden mengalami stress sedang dan 54.2% mengalami gangguan siklus menstruasi. Berdasarkan hasil analisis dengan uji *Chi Square* memperoleh nilai *p-value* sebesar $0.00 < 0.05$ (α).

Kesimpulan : Terdapat hubungan stress dengan siklus menstruasi pada ramaja putri di SMA Bhinneka Karya 2 boyolali.

Saran : Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan hasil penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi selain tingkat stress. Sehingga, penelitian ini dapat memberikan pengaruh positif bagi responden khususnya remaja putri.

Kata Kunci : Remaja Putri, Stress, Siklus Menstruasi.

Universitas Ngudi Waluyo
S1 Nursing Study Program
Final Project, January 2022
Rustiannisa Rismatiti
010118A126

**CORELATION BETWEEN STRESS AND MENSTRUAL CYCLE
IN FEMALE STUDENTS IN SENIOR HIGH SCHOOL
BHINNEKA KARYA 2 BOYOLALI**

ABSTRACT

Background: Entering puberty in adolescent girls causes psychological changes that result in adolescent girls tend to experience stress. Stress that arises in adolescent girls can cause changes in female hormone levels so that there are frequent disturbances in the menstrual cycle.

Objective: Knowing there is a relationship between stress and menstrual cycle in senior high school students.

Methods: This study uses quantitative methods, the research design used is descriptive correlational, with a cross sectional approach. The population of this study were all students in SMA Bhinneka Karya 2 Boyolali, totaling 96 students. The sampling technique used was the total sampling method with a sample size of 96 respondents. The measuring instrument used is the Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire. Data analysis using Chi Square test.

Results: The results of univariate analysis of stress and menstrual cycle variables showed that 63.5% of respondents experienced moderate stress and 54.2% experienced menstrual cycle disorders. Based on the results of the analysis with the Chi Square test obtained a p-value of $0.00 < 0.05 (\alpha)$.

Conclusion: There is a relationship between stress and the menstrual cycle in female students in Bhinneka Karya 2 Boyolali High School.

Suggestion: It is hoped that further researchers can develop the results of this study by considering variables that can affect the menstrual cycle in addition to stress levels. Thus, this research can have a positive influence on respondents, especially young women

Keywords: Young Women, Stress, Menstrual Cycle.

KATA PENGANTAR

“Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh”

Segala Puji atas kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, karena atas segala rahmat-Nya sehingga skripsi dengan judul “**Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Ramaja putri Di SMA**” ini dapat terselesaikan dengan baik. Dalam menjalani proses penyusunan skripsi penelitian ini tidak sedikit kendala yang peneliti hadapi. Keberhasilan dalam penyusunan skripsi penelitian ini tidak lepas dari arahan, bimbingan, bantuan, serta dorongan dari berbagai pihak. Bersamaan dengan ini perkenankanlah peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns., Eko Susilo, S.Kep., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes. selaku ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Liya Novitasari, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
5. Dosen dan seluruh staf Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat kepada penulis.

6. Kepada kedua orang tua saya Bapak Rusdiyanto dan Ibu Siti Cholidah serta seluruh keluarga yang telah mengarahkan, membimbing, mendoakan, dan memberikan semangat dan motivasi.
7. Kepada Teman dekat saya kak dicky , kak pasek, kak diana, kak duwik, kak putra , kak nindy, dan Sahabat Saya tanzila, tias, yulia,ria, winda, venny Odilia, serta teman-teman Keperawatan angkatan 2018 yang telah memberikan motivasi serta dukungannya.
8. Dan kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyusun skripsi penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini.

“Walaikumssalam Wr.Wb.”

Ungaran, Januari 2022

Rustiannisa Rismatiti

DAFAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Remaja.....	9
1. Definisi Remaja.....	9
2. Kriteria Remaja	10
3. Ciri-ciri Remaja.....	10
4. Tugas Perkembangan Usia Remaja.....	12
B. Stress	13
1. Definisi Stress	13
2. Klasifikasi Stress	14
3. Faktor-faktor Penyebab Stress	16
4. Cara Mengukur Stress	17

5. Faktor penyebab stress	19
6. Cara mengukur stress	21
C. Menstruasi	22
1. Definisi Menstruasi	22
2. Mekanisme Menstruasi	23
3. Fase-fase Pada Siklus Menstruasi	24
4. Faktor yang Mempengaruhi Sklus Menstruasi	27
D. Hubungan Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sekolah Menengah Atas	29
E. Kerangka Teori.....	33
F. Kerangka Konsep	34
G. Hipotesis.....	34
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	35
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel	36
D. Definisi Oprasional	37
E. Prosedur Pengumpulan Data	38
F. Etika Penelitian	41
G. Pengolahan Data.....	43
H. Analisis Data	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	
A. Analisa Data	48
B. Pembahasan.....	50
C. Keter Batasan Penelitian	57
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	37
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Dengan Usia Remaja putri di SMA Bhineka karya 2 Boyolali	48
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pada Tingkat Stress remaja putri SMA Bhineka Karya 2 Boyolali	49
Table 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dengan keteraturan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Bhineka Karya 2 Boyolali	49
Table 4.4	Hubungan Stress dengan Siklus menstruasi pada ramaja putri di SMA Bhineka Karya 2 Boyolali	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	33
Gambar 2.1 Kerangka Konsep	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Ijin Studi Pendahuluan	66
Lampiran 2.	Surat Ijin Penelitian	67
Lampiran 3.	Surat Keterangan Dinas Pendidikan	68
Lampiran 4.	Surat Keterangan Selesai Penelitian	69
Lampiran 5.	Permohonan Menjadi Responden	70
Lampiran 6.	Lembar Persetujuan Responden	71
Lampiran 7.	Kuesioner	72
Lampiran 8.	Tabulasi Data Penelitian	74
Lampiran 9.	Hasil Uji Statistik	78
Lampiran 10.	Dokumentasi	83