

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Januari 2023
Laeli Fitriyani
011191067

**Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester 7 S1
Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo**

ABSTRAK

Latar Belakang : Siklus menstruasi dikatakan tidak normal apabila <21 hari atau >35 hari. Dampak siklus menstruasi yang tidak segera ditangani dapat meningkatkan risiko gangguan penyakit sistem reproduksi seperti gangguan kesuburan, infertilitas, dapat mengakibatkan polip rahim dan kista ovarium. Di Indonesia perempuan yang mengalami masalah siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 14,4%. Salah satu faktor yang menyebabkan gangguan siklus menstruasi yaitu stres. Stres paling sering dialami oleh mahasiswa, dimana mahasiswa merupakan fase transisi dan kritis sebelum menjalani kehidupan di masyarakat. Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi semester 7 S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.

Metode : Desain penelitian ini *deskriptif korelatif* dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampel dengan subjek penelitian sejumlah 62 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Alat ukur yang digunakan dalam pengambilan data adalah kuesioner DASS 42. Analisa data menggunakan *Rank-Spearman* dengan menggunakan *soft ware* program pengolahan data SPSS Statistic 25.

Hasil : Responden lebih banyak mengalami stres sedang sebanyak 22 orang (35,5%). Siklus menstruasi responden lebih banyak adalah oligomenorea sebanyak 29 orang (46,8%). Hasil analisis dengan uji *Rank-Spearman* diperoleh hasil nilai korelasi $r = 0,091$, $p\text{-value} = 0,481$ ($p > 0,05$) yang artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi semester 7 S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.

Saran : Responden diharapkan dapat menjaga kesehatan baik fisik maupun mental, meningkatkan mekanisme coping pada setiap masalah, meningkatkan kemampuan dalam manajemen waktu dan selalu berfikir positif untuk mengurangi stres.

Kata Kunci : Tingkat stres, siklus menstruasi, mahasiswi

Ngudi Waluyo University
Bachelor of Nursing Study Program
Thesis, January 2023
Laeli Fitriani
011191067

**The Relationship between Stress Levels and Menstrual Cycles of Semester 7 Student
Bachelor of Nursing, Ngudi Waluyo University**

ABSTRACT

Background: The menstrual cycle is said to be abnormal if it is <21 days or >35 days. The impact of the menstrual cycle that is not treated immediately can increase the risk of reproductive system disorders such as fertility disorders, infertility, can cause uterine polyps and ovarian cysts. In Indonesia, 14.4% of women experience irregular menstrual cycle problems. One of the factors that cause disruption of the menstrual cycle is stress. Stress is most often experienced by students, where students are in a transitional and critical phase before living life in society. **Research Objectives:** To determine the relationship between stress levels and the menstrual cycle of 7th semester female undergraduate nursing students at Ngudi Waluyo University.

Methods: This research design is descriptive correlative with a cross-sectional approach. The sampling technique used in this study was a total sample with 62 respondents as subjects who met the inclusion and exclusion criteria. The measuring tool used in data collection was the DASS 42 questionnaire. Data analysis used Rank-Spearman using the SPSS Statistic 25 data processing program software.

Results: Respondents experienced more moderate stress as many as 22 people (35.5%). Menstrual cycle respondents mostly are oligomenorrhea as many as 29 people (46.8%). The results of the analysis using the Rank-Spearman test obtained the results of a correlation value of $r = 0.091$, $p\text{-value} = 0.481$ ($p > 0.05$) which means that there is no relationship between stress levels and the menstrual cycle of semester 7 female students of Bachelor of Nursing, Ngudi Waluyo University.

Suggestion: Respondents are expected to be able to maintain both physical and mental health, improve coping mechanisms for every problem, improve their ability to manage time and always think positively to reduce stress.

Keywords: stress level, menstrual cycle, female students