



HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI

MAHASISWI SEMESTER 7 S1 KEPERAWATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

SKRIPSI

Oleh :

LAELI FITRIYANI

NIM. 011191067

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2023



HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI
SEMESTER 7 S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

LAELI FITRIYANI

NIM. 011191067

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI
SEMESTER 7 S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Oleh :

LAELI FITRIYANI

011191067

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 20 Januari 2023

Pembimbing Utama,



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

NIDN. 0614087402

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul
**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
MAHASISWI SEMESTER 7 SI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Oleh :
LAELI FITRIYANI
NIM. 011191067

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi
Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :
Hari : Kamis
Tanggal : 2 Februari 2023

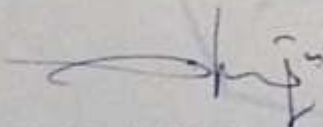
Tim Penguji :
Ketua/Pembimbing Utama



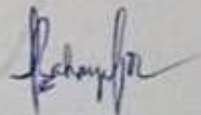
Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402

Anggota/Penguji I

Anggota/Penguji II



Eko Mardiyansih, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Mat
NIDN. 0607037703



Ns. Suwanti, S.Kep., MNS
NIDN. 0618127701

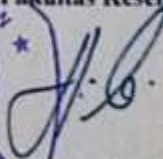
Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan

Dekan Fakultas Kesehatan



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



Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Laeli Fitriyani
NIM : 011191067
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **"Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo"** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kembali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Januari 2023

Yang membuat pernyataan



Laeli Fitriyani

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

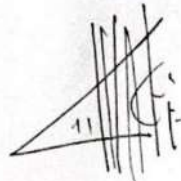
Nama : Laeli Fitriyani

NIM : 011191067

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo”** untuk kepentingan akademi.

Ungaran, Januari 2023



Laeli Fitriyani

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi :

Nama : Laeli Fitriyani

Tempat, Tanggal Lahir : Wonosobo, 27 Desember 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Sukosari 3/1 Tegalombo, Kec. Kalikajar,
Kab. Wonosobo

Riwayat Pendidikan :

1. TK RA Al-Hidayah : Tahun 2005 - 2007
2. MI Ma'arif Tumenggungan : Tahun 2007 - 2013
3. SMPN 1 Kertek : Tahun 2013 - 2016
4. SMK Citra Medika Magelang : Tahun 2016 - 2019
5. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2019 - Sekarang

Data Orang Tua :

Nama Ayah : Harjito Suratman

Nama Ibu : Tri Budiastuti

Pekerjaan : PNS

Alamat : Sukosari 3/1 Tegalombo, Kec. Kalikajar, Kab. Wonosobo

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

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur atas kehadiran ALLAH SWT yang telah melimpahkan rahmat, serta hidayah-Nya, shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang selalu kita nantikan syafa'atnya kelak diyaumul akhir, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester 7 S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo”**

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 sekaligus pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu serta kesabaran dan keikhlasan di sela-sela kesibukan beliau yang padat telah membimbing, memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen, Staff, Karyawan dan Karyawati di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
5. Kepada kedua orang tua saya yang sangat saya cintai Bapak Suratman, Ibu Tri Budiastuti, dan kakak saya Reny Safitri yang telah memberikan dukungan, kasih sayang, semangat, motivasi, dan tidak lupa selalu mendoakan keberhasilan saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Kepada sahabat-sahabat saya, khususnya di Kos Ganesha yang saya temui dari awal kuliah sampai sekarang yang selalu membantu, memberikan dukungan dan memotivasi saya.
7. Dan semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaiannya skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri dengan segala kerendahan hati terhadap semua kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Ungaran, Januari 2023

Laeli Fitriyani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iv
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUN PUSTAKA	8
A. Menstruasi	8
1. Pengertian Menstruasi	8

2. Mekanisme Terjadinya Menstruasi	8
B. Siklus Menstruasi	12
1. Pengertian Siklus Menstruasi.....	12
2. Gangguan Siklus Menstruasi	13
3. Faktor Penyebab Gangguan Siklus Menstruasi	16
4. Cara Menghitung Siklus Menstruasi.....	18
C. Stres.....	19
1. Pengertian Stres	19
2. Klasifikasi Stres	19
3. Faktor Penyebab Stres	21
4. Dampak Stres	23
5. Instrumen Stres	23
D. Mahasiswa.....	26
1. Pengertian Mahasiswa	26
2. Perkembangan Usia Mahasiswa	26
3. Faktor stres Mahasiswa.....	27
E. Kerangka Teoritis	28
F. Kerangka Konsep	29
G. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Desain Penelitian	30
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
C. Subyek Penelitian	30

D. Definisi Operasional	31
E. Pengumpulan Data	32
F. Etika Penelitian	37
G. Pengolahan Data	38
H. Analisa Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	47
C. Keterbatasan Penelitian	60
BAB V PENUTUP	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi IMT menurut Asia Pasifik	17
Tabel 3.1	Definisi Operasional	31
Tabel 3.2	Item Skala Pada Kuesioner Stres	34
Tabel 3.3.	Uji Validitas	35
Tabel 3.4	Uji Reliabilitas	37
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan IMT Mahasiswi Keperawatan Semester 7 Universitas Ngudi Waluyo.	44
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswi Semester 7 S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.....	45
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester 7 S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.....	45
Tabel 4.4	Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester 7 S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teoritis	28
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 3 Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian dan Mencari Data
- Lampiran 5 Hasil Cek Turnitin Plagiarisme
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Sebagai Responden
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran10 Hasil Penelitian SPSS
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi Skripsi