



**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN
PREMENSTRUAL SYNDROME PADA REMAJA PUTRI KELAS 3 SMAN
9 SEMARANG**

SKRIPSI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh:

Devi Indra Aryaningrum

NIM: 012212001

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
UNGERAN
2023**



**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN
PREMENSTRUAL SYNDROME PADA REMAJA PUTRI KELAS 3 SMAN
9 SEMARANG**

SKRIPSI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh:

Devi Indra Aryaningrum

NIM: 012212001

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
UNGERAN
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :
**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRESS DENGAN KEJADIAN
PREMENSTRUAL SYNDROME PADA REMAJA PUTRI KELAS 3 SMAN 9
SEMARANG**

Disusun oleh

DEVI INDRA ARYANINGRUM

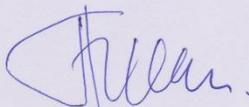
NIM. 012212001

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO UNGARAN
2023

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
Diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 2 Agustus 2023

Pembimbing Utama



Ns. Tina Mawardika, M.Kep. Sp.Kep.Mat
NIDN. 0606088806

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :
**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN
PREMENSTRUAL SYNDROME PADA REMAJA PUTRI KELAS 3 SMAN
9 SEMARANG**

Disusun oleh
DEVI INDRA ARYANINGRUM
NIM. 012212001

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari :
Tanggal :

Tim Penguji :
Ketua/Pembimbing Utama



Ns. Tina Mawardika, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kep.Mat
NIDN : 0606088806

Anggota/Penguji I



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

Anggota/Penguji II



Ns.Faridah Aini, S.Kep., M.Kep.,Sp.KMB
NIDN. 0629037605

Mengetahui,

**Ketua Program Studi
Keperawatan**



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



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

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Devi Indra Aryaningrum

NIM : 012212001

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul "**Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri Kelas 3 SMAN 9 Semarang**" adalah karya ilmiah asli saya dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini bentuk ide dan hasil karya saya yang dibantu oleh dosen pembimbing dan narasumber
3. Skripsi ini tidak memuat karya ataupun pendapat orang lain yang telah di publikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang serta dicantumkan dalam daftar Pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran didalam pernyataan 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, 4 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan



Devi Indra Aryaningrum
012212001

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Devi Indra Aryaningrum

NIM : 012212001

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Judul Skripsi : **Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kejadian
Prementrual Syndrome Pada Remaja Putri Kelas 3 SMAN 9
Semarang**

Dengan ini menyatakan bahwa saya setuju untuk :

1. Memberikan hak akses royalty/ pemberian dana kepada Universitas Ngudi Waluyo atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan disiplin ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak untuk menyimpan dan mempublikasikan, tanpa menerima lagi persetujuan dari saya selama mencantumkan nama saya sebagai pembuat karya tulis ilmiah ini.
3. Bersedia dan menjalani untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Universitas Ngudi Waluyo dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian surat keterangan pernyataan publikasi ini saya buat dengan sadar dan semoga dapat dipergunakan sebagai mestinya

Ungaran, 4 Agustus 2023
Yang Membuat Pernyataan



Devi Indra Aryaningrum
012212001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Data Pribadi

Nama : Devi Indra Aryaningrum
Tempat, Tanggal Lahir : Semarang, 26 Maret 1988
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Status : Mahasiswa
Alamat : Jl Sukun I No. 16 Banyumanik Semarang

II. Riwayat Pendidikan

SD N Cakra Madya : 1994 – 2000
SMP N 21 : 2001 – 2003
SMA Kesatrian I : 2003 – 2006
STIKES Telogorejo : 2006 – 2009
Universitas Ngudi Waluyo : 2022 – Sekarang

III. Riwayat Pekerjaan

RSJD Amino Gondho : 2009 – 2010
UPTD Puskesmas Padangsari : 2010 – Sekarang

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROME PADA REMAJA PUTRI KELAS 3 SMAN 9 SEMARANG”**. Penulis skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak yang sangat berguna bagi penulis. Dalam hal ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih ini terutama disampaikan 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. Tina Mawardika, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku pembimbing dalam penyusunan skripsi ini yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, bantuan, dorongan, serta pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staff Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmunya kepada mahasiswa sehingga bisa bermanfaat.
6. Kepada ayah ,ibu dan kakak untuk segala kasih sayang, motivasi, doa serta dukungan secara moral dan material.
7. Kepada suami dan kedua anak saya tercinta.
8. Kepada teman seperjuangan saya Lasri Setyorini yang menemani saya dari awal kuliah hingga sekarang, dan teman2 di puskesmas padangsari yang selalu memberikan suportnya.
9. Dan kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Ungaran, 4 Agustus 2023

Peneliti

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Kesehatan
Skripsi, Agustus 2023
Devi Indra Aryaningrum
012212001

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROME PADA REMAJA PUTRI KELAS 3 SMAN 9 SEMARANG

Latar Belakang: Stres pada remaja sama halnya dengan yang terjadi pada orang dewasa, stres bisa berefek negatif pada tubuh remaja hanya saja perbedaannya ada pada sumbernya dan bagaimana mereka meresponnya. Stres dapat memicu atau bahkan memperburuk kejadian premenstruasi syndrome. Namun, stres dapat dicegah atau dikelola dengan baik. Pengelolaan stres yang baik dapat mengurangi bahkan mengatasi meningkatnya kejadian Premenstruasi Syndrome. Stress yang tinggi dapat berakibat buruk pada remaja putri.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri di Kelas 3 SMAN 9 Semarang tahun 2023.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian dengan metode korelasi dekriptif dengan menggunakan desain *cross sectional study*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner DASS-21 dan sPAF. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas 3 SMAN 9 berjumlah 188 orang. Jumlah responden sebanyak 92 orang dengan teknik accidental sampling. Data yang diperoleh diolah secara analisis statistik dengan menggunakan uji chi-square.

Hasil: Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan 69,6% responden mengalami stres berat dan 81,5% mengalami PMS.

Simpulan: Ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian premenstrual syndrome dimana taraf signifikan p value 0,001 (<0,05).

Kata kunci: Tingkat Stres, Premenstrual syndrome, Remaja

Daftar Pustaka: 33 (2013-2022)

University of Ngudi Waluyo
Nursing S1 Study Program
Faculty of Health
Final Project, Juli 2023
Devi Indra Aryaningrum
012212001

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVEL AND PREMENSTRUAL SYNDROME IN ADOLESCENT WOMEN CLASS 3 SMAN 9 SEMARANG

Background: Stress in adolescents is the same as what occurs in adults, stress can have a negative effect on the body of adolescents, it's just that the difference is in the source and how they respond to it. Stress can trigger or even exacerbate premenstrual syndrome. However, stress can be prevented or managed properly. Good stress management can reduce and even overcome the increased incidence of premenstrual syndrome.

Purpose: This study aims to find out whether there is a relationship between stress levels and the incidence of Premenstrual Syndrome (PMS) in young women in grade 3 high school 9 Semarang in 2023.

Method: This type of research is a research with a descriptive correlation method that is analytic using a cross sectional study design. Data collection was carried out using a questionnaire called DASS-21 and SPAF. The number of respondents was 92 people with a accidental sampling technique. The data obtained was processed statistically using the chi-square test.

Results: The results also showed that 69.6% of respondents experienced severe stress and 81.5% experienced PMS.

Conclusion: There is a significant relationship between stress levels and the incidence of premenstrual syndrome where the significant level is p value 0.001 (<0.05).

Keywords: Stress level, Premenstrual syndrome, Teenager

Bibliography: 33 (2013-2022)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
KESEDIAAN PUBLIKASI	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah	5
C. Tujuan penelitian	6
D. Manfaat penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
a. Stress	8
1. Pengertian Stres.....	8
2. Klasifikasi Stres	9
3. Faktor -Faktor yang Mempengaruhi.....	10
4. Dampak Stress	13
5. Pengukuran Tingkat Stres.....	15
b. Remaja	16
1. Pengertian Remaja.....	16
2. Tahap Perkembangan Remaja	17
3. Pertumbuhan Fisik Remaja	18
4. Perkembangan Psikologis pada Remaja	19
c. Menstruasi	19
1. Definisi Menstruasi.....	19
2. Siklus Menstruasi	20
3. Hormon yang mempengaruhi Menstruasi	22
d. Premenstrual Syndrome	23
e. Pengertian Premenstrual Syndrome	23
1. Penyebab Premenstrual Syndrome	24
2. Intervensi Premenstrual Syndrome	26
3. Dampak Premenstrual Syndrome	27
f. Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian PMS.....	27
B. Kerangka Teori	30
C. Kerangka Konsep	31

D.Hipotesis Penelitian	31
BAB III METODELOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	33
B. Lokasi Penelitian	33
C. Subjek Penelitian.....	33
D. Definisi Operasional	35
E. Pengumpulan data.....	37
G. Etika penelitian.....	39
H. Pengolahan data.....	40
I. Analisa data.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	45
B. Pembahasan	47
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	52
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.2 Kisi kisi kuesioner Depression Anxiety and Stres Scale-21	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.3 Kisi-kisi Kuesioner <i>Shortened Premenstrual Assessment Form (SPAF)</i>	37
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Pada Remaja Putri di SMAN 9 Semarang Tahun 2023	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi premenstrual syndrome pada Remaja Putri di SMAN 9 Semarang Tahun 2023 (n=92)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.3 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada Remaja Putri	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji SPSS	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Kuisisioner Premenstrual Syndrome SPAF (<i>Shortened Premenstrual Assesmenr Form</i>)	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Kuisisioner Tingkat Stres	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Data Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Etik Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Berita Acara Kegiatan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Surat Keterangan	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 Dokumentasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Konsultasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Daftar Hadir	Error! Bookmark not defined.

