

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA SISWI PUTRI KELAS 3 DI SMA PONDOK KARYA
PEMBANGUNAN JAKARTA ISLAMIC SCHOOL
JAKARTA TIMUR TAHUN 2022**

SKRIPSI



Oleh:

NOVA NOVRIYANDA

183112420150067

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA
2022**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA SISWI PUTRI KELAS 3 DI SMA PONDOK KARYA
PEMBANGUNAN JAKARTA ISLAMIC SCHOOL
JAKARTA TIMUR TAHUN 2022**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Nasional Jakarta



Oleh:

NOVA NOVRIYANDA

183112420150067

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA
2022**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA SISWI PUTRI KELAS 3 DI SMA PONDOK KARYA
PEMBANGUNAN JAKARTA ISLAMIC SCHOOL
JAKARTA TIMUR TAHUN 2022**

OLEH :

NOVA NOVRIYANDA

183112420150067

Telah dipertahankan dihadapan penguji skripsi
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 08 Februari 2023

Pembimbing 1

Pembimbing 2

(Ns. Andi Mayasari Usman, M.kep)

(Dr. drh. Rosmawaty Lubis, M.Kes)

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu
Kesehatan



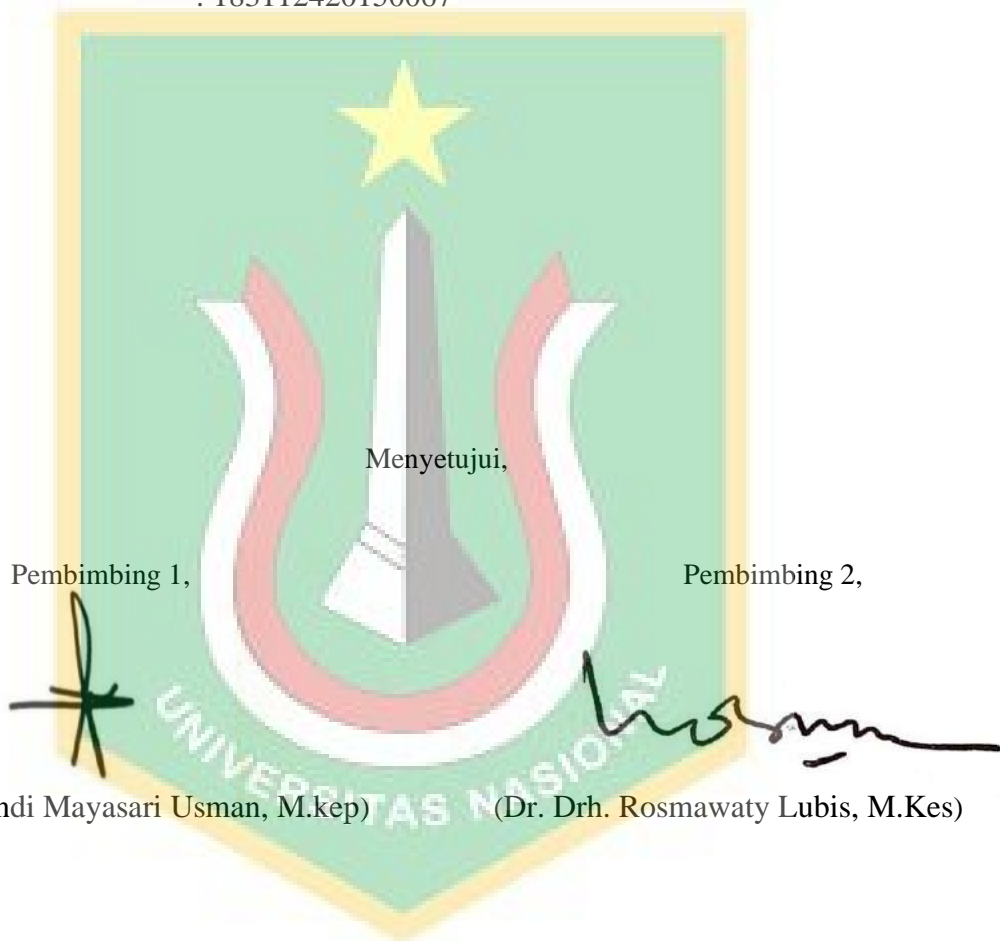
Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada
Siswi Putri Kelas 3 Di SMA Pondok Karya Pembangunan
Jakarta Islamic School Jakarta Timur Tahun 2022

Nama Mahasiswa : Nova Novriyanda

NPM : 183112420150067



Halaman Persetujuan Setelah Maju Sidang

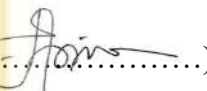
Judul Skripsi : “Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Putri Kelas 3 di SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School Jakarta Timur”

Nama Mahasiswa : Nova Novriyanda

NPM : 183112420150067

Menyetujui,

Penguji 1 : Ns. Dayan Hisni, S.Kep. M.N.S

(..........)

Penguji 2 : Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep

(..........)

Penguji 3 : Dr. Drh. Rosmawaty Lubis, M.Kes

(..........)

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama Mahasiswa : Nova Novriyanda

NPM 183112420150067

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Putri Kelas 3 Di SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School Jakarta Timur Tahun 2022

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang sepengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 17 Januari 2023



(Nova Novriyanda)

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA SISWI PUTRI KELAS 3 DI SMA PONDOK KARYA PEMBANGUNAN JAKARTA ISLAMIC SCHOOL JAKARTA TIMUR TAHUN 2022

2023

Nova Novriyanda, Andi Mayasari Usman, Rosmawaty Lubis

Latar Belakang : Siklus menstruasi normalnya setiap bulan berada pada rentang 28-35 hari setiap periode menstruasi. Ketidakteraturan siklus disebabkan karena beberapa faktor, salah satunya yaitu stres. Stres merangsang HPA (*hypothalamus-pituitary-adrenal cortex*) aksis, dan dihasilkan hormon kortisol yang mengakibatkan ketidakteraturan hormonal termasuk hormon reproduksi sehingga terjadi ketidakteraturan siklus menstruasi.

Tujuan : Mengetahui hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada siswi putri kelas 3 di SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School.

Metodoogi: Penelitian *Deskriptif Korelatif* dengan pendekatan *Cross Sectional* pada siswi putri kelas 3 di SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *accidental sampling* dengan jumlah 77 responden. Instrument penelitian ini menggunakan kusioner. Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi-Square bahwa penelitian ini dapat dipercaya dengan tingkat kesalahan 0,05.

Hasil Penelitian : Mayoritas responden mengalami tingkat stress berat sebesar 59,7%, mayoritas responden siklus menstruasi tidak normal sebesar 53,2%, mayoritas responden mengalami pre-menstrual syndrome sebesar 92,2% dari total responden. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi dengan hasil p-value 0,036. Dengan hasil *Odds Ratio* sebesar 2,701 yang artinya responden dengan tingkat stress berat mempunyai resiko mengalami kejadian menstruasi tidak normal sebesar 2,701 kali dibandingkan dengan responden yang mengalami tingkat stress sedang.

Simpulan dan Saran : Sebagian besar siswi putri kelas 3 di SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School sebagian besar mengalami stress berat dengan siklus menstruasi yang tidak normal. Terdapat hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi. Bagi remaja putri diharapkan sedapat mungkin menghindari stres supaya siklus menstruasi tidak terganggu sedangkan bagi tenaga kesehatan meningkatkan pemberian informasi kepada para remaja putri terkait dengan kesehatan reproduksi, khususnya tentang siklus menstruasi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Kata Kunci : tingkat stress, siklus menstruasi, premenstrual syndrome.

Kepustakaan : 57 pustaka (2010 – 2021)

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVEL WITH MENSTRUATION CYCLE AMONG FEMALE STUDENTS IN PONDOK KARYA PEMBANGUNAN SENIOR HIGH SCHOOL, JAKARTA ISLAMIC SCHOOL, EAST JAKARTA, 2022

2023

Nova Novriyanda, Andi Mayasari Usman, Rosmawaty Lubis

Background: The normal menstrual cycle every month is in the range of 28-35 days per menstrual period. Menstrual cycle irregularities are caused by several factors, one of which is stress. Stress stimulates the HPA (hypothalamus-pituitary-adrenal cortex) axis, and the hormone cortisol is produced which results in hormonal irregularities including reproductive hormones resulting in menstrual cycle irregularities.

Aim: To identify the relationship between stress level with menstruation cycle among female in Pondok Karya Pembangunan Senior High School 3 Jakarta.

Methodology: Correlative Descriptive Research with a Cross Sectional Approach to Grade 3 female students at Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School. The sampling technique was carried out by means of accidental sampling with a total of 77 respondents. This research instrument uses a questionnaire. The statistical test used is the Chi-Square test with a significance level of 0.05.

Results: The majority of respondents experienced severe stress levels of 59.7%, the majority of respondents had abnormal menstrual cycles of 53.2%, the majority of respondents experienced pre-menstrual syndrome of 92.2% of the total respondents. The results showed that there was a relationship between stress levels and the menstrual cycle with a p-value of 0.036. With the Odds Ratio result of 2.701 which means that respondents with severe stress level have a risk of experiencing abnormal menstrual events by 2.701 times compared to respondents who experience moderate stress levels.

Conclusions and Suggestions: Most of the 3rd grade female students at SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School experience severe stress with abnormal menstrual cycles. There is a relationship between stress levels and the menstrual cycle. For young women it is hoped that as much as possible to avoid stress so that the menstrual cycle is not disturbed while for health workers to increase the provision of information to young women related to reproductive health, especially about the menstrual cycle and the factors that influence it.

Keywords: stress level, menstrual cycle, premenstrual syndrome.

Libraries: 57 libraries (2010 – 2021)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penyusun sampaikan kehadiran Allah Swt., karena atas limpahan rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan Proposal Penelitian ini sesuai yang diharapkan. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Rasulullah SAW, yang telah membawa kita dari jalan kegelapan menuju jalan yang terang benderang.

Saya menyadari bahwa penulisan proposal penelitian ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *Ridho Illahi*, dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Dayan Hisni, S.Kep., M.N.S.
3. Ibu Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep yang juga selaku pembimbing 1 dan Ibu Dr. Drh. Rosmawaty Lubis, M.Kes, selaku pembimbing 2 yang telah memberi dorongan, saran, dan ilmu.
4. Orang tua, serta teman-teman seperjuanganku yang telah memberikan doa, dorongan dan semangat selama penyusunan skripsi ini.

Saya memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari skripsi saya.

Jakarta ,17 April 2022



Nova Novriyanda

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG	ii
PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Bagi Responden	8
1.4.2 Bagi Universitas	8
1.4.3 Bagi Peneliti Lain	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kajian Teori	9
2.1.1 Tinjauan Umum Siklus Menstruasi	9
2.1.2 Tinjauan Umum Tingkat Stress.....	17
2.1.3 Tinjauan Umum Premenstrual Syndrome	26
2.1.4 Remaja.....	31
2.1.5 Tinjauan Hubungan antara Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi.....	34
2.2 Kerangka Teori	37
2.3 Kerangka Konsep	38

2.4	Instrumen Penelitian.....	38
2.5	Hipotesis Penelitian.....	39
BAB III METODE PENELITIAN		40
3.1	Desain Penelitian.....	40
3.2	Populasi dan Sampel	40
3.2.1	Populasi.....	40
3.3	Sampel	41
3.3.1	Jumlah Sampel	41
3.4	Lokasi Penelitian	43
3.5	Waktu Penelitian.....	43
3.6	Variabel Penelitian	43
3.7	Definisi Operasional Penelitian	43
3.8	Instrumen Penelitian.....	44
3.8.1	Kuesioner Data Demografi	45
3.8.2	Kuesioner Siklus Menstruasi	45
3.8.3	Kuesioner Tingkat Stress	46
3.9	Uji Validitas dan Reliabilitas	46
3.9.1	Uji Validitas Kuesioner Tingkat Stress	47
3.9.2	Uji Reliabilitas Kuesioner Tingkat Stress	47
3.9.3	Uji Validitas Kuesioner Kejadian Premenstrual Syndrome	47
3.9.4	Uji Reliabilitas Kuesioner Kejadian Premenstrual Syndrome	48
3.10	Prosedur Pengumpulan Data	48
3.10.1	Analisis Data	49
3.11	Etika Penulisan	50
3.11.1	Prinsip Manfaat (<i>Beneficence</i>)	50
3.11.2	Prinsip Menghormati Hak Responden.....	50
3.11.3	Prinsip Keadilan (<i>Justice</i>)	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		51
4.1	Hasil Penelitian.....	51
4.1.1	Gambaran Umum Tempat Penelitian	51
4.1.2	Hasil Uji Univariat.....	52

4.1.3	Hasil Uji Bivariat	56
4.2	Pembahasan.....	57
4.2.1	Uji Univariat Tingkat Stress Pada Siswi Putri Kelas 3 Di SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School Jakarta Timur.....	57
4.2.2	Uji Univariat Siklus Menstruasi Pada Siswi Putri Kelas 3 Di SMA Pondok Karya Pembangunan Jakarta Islamic School Jakarta Timur.....	61
4.2.3	Uji Bivariat Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi.....	62
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		68
5.1	Simpulan.....	68
5.2	Saran	68
DAFTAR PUSTAKA		70
LAMPIRAN.....		74

