

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN SIKLUS  
MENSTRUASI REMAJA DIWILAYAH RW 011  
KELURAHAN PELA MAMPANG  
JAKARTA SELATAN**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**NURUL RIZKY AMALIA**

**183112420140197**

**UNIVERSITAS NASIONAL  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
JAKARTA  
2023**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI  
REMAJA DI WILAYAH RW 011 KELURAHAN  
PELA MAMPANG JAKARTA SELATAN**

Oleh:

**NURUL RIZKY AMALIA**

183112420140197

Telah dipertahankan dihadapan penguji skripsi Program Studi Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional  
Pada Tanggal 15 Februari 2023

Pembimbing 1  


**Ns. Andi Mayasari Usman, S.Kep., M.Kep**

Pembimbing 2



**Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep**

Mengesahkan,

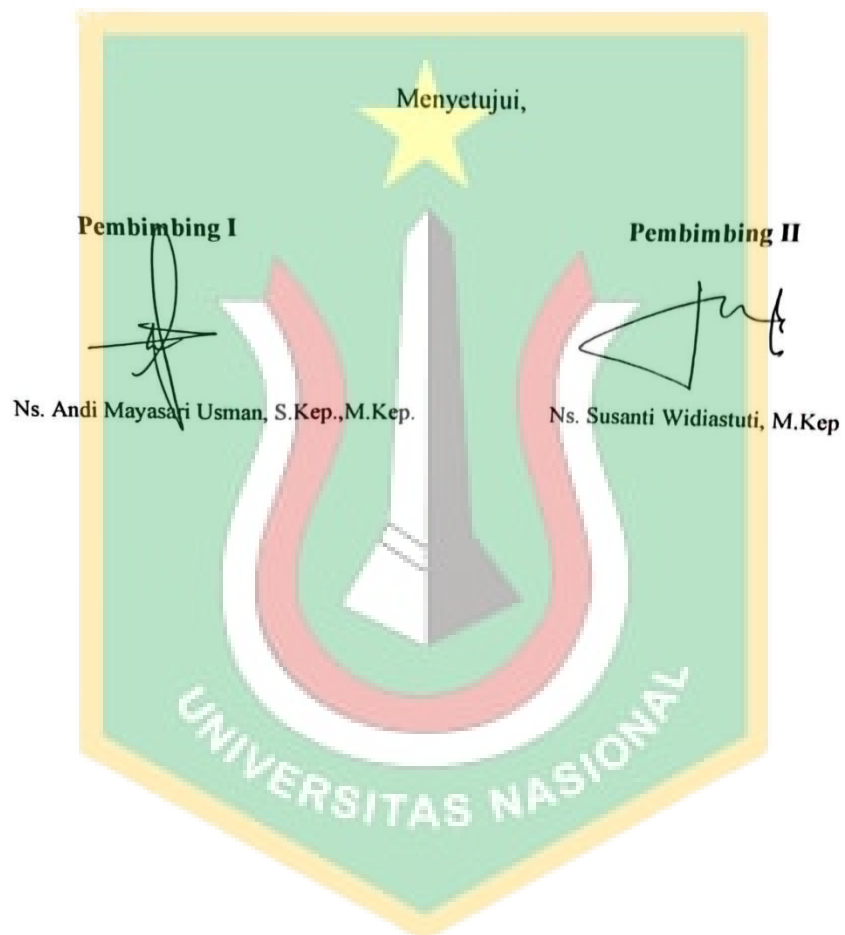
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
  
  
**Dr. Retno Widowati, M.Si.**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SEBELUM MAJU SIDANG

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Remaja di Wilayah RW 011 Kelurahan Pela Mampang Jakarta Selatan

Nama Mahasiswa : Nurul Rizky Amalia

NPM : 183112420140197



## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SETELAH SIDANG

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi  
Remaja di Wilayah Rw 011 Kelurahan Pela Mampang  
Jakarta Selatan  
Nama Mahasiswa : Nurul Rizky Amalia  
NPM : 183112420140197

Menyetujui,

Penguji 1 : Dr. Retno Widowati, M.Si.

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

Penguji 3 : Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep



*[Handwritten signatures of the three examiners]*


## PERNYATAAN

Yang Bertanda Tangan di bawah ini saya :

Nama Mahasiswa : Nurul Rizky Amalia  
NPM : 183112420140197  
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus  
Meanstruasi Dengan Remaja Di Wilayah  
Rw 011 Kelurahan Pela mampang

Menyatakan Bahwa dalam skripsi ini terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan yang lain atau diperguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau yang pernah diulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 15 Februari 2023

  
Nurul Rizky Amalia

METERAI  
TEMPEL  
39AKX321961986

UNIVERSITAS NASIONAL

## KATA PENGANTAR

Segala Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam semesta dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Remaja Di Wilayah Rw 011 Kelurahan Pela Mampang Jakarta Selatan”.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya Ridho Illahi, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “Alhamdulillah” beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Dr. Retno Widowati, M.SI.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ns. Dayan Hisni, S.Kep., M.N.S.
3. Pembimbing 1 Ns. Andi Mayasari Usman, S.Kep., M.Kep yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Pembimbing 2 Ns. Susanti Widiastuti, S.Kep., M.Kep yang telah memberi masukan dan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Pembimbing akademik Ns. Dwi Rohyani M.Kep yang senantiasa mendam pingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 15 Februari 2023



(Nurul Rizky Amalia)

## ABSTRAK

### HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI REMAJA DI WILAYAH RW 011 KELURAHAN PELA MAMPANG JAKARTA SELATAN

*Nurul Rizky Amalia, Andi Mayasari Usman, Susanti Widiastuti*

**Latar Belakang:** Kelainan siklus menstruasi merupakan penyebab *infertilitas*. Faktor yang menyebabkan siklus menstruasi yang tidak teratur ini diantaranya adalah perubahan kadar hormon akibat stress atau keadaan emosi yang kurang stabil (Zhu et al., 2020). Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan terhadap 30 remaja diwilayah rw 011 Kelurahan Pela Mampang, penelitian menemukan sebanyak 8 orang (26%) remaja mengalami stress tingkat sedang, dan 3orang (1%) remaja mengalami stress tingkat sangat berat. Berdasarkan hasil observasi tersebut ditemukan pula dari 30 remaja tersebut 5 orang (16%) diantaranya mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi pada remaja di wilayah Rw 011 Kelurahan Pela Mampang.

**Metodologi:** Penelitian ini adalah jenis penelitian kolerasi dengan pendekatan *cross sectionoal* dengan metode *non- probability sampling* dengan jenis *purposive sampling* berdasar kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan. Sampel penelitian menggunakan rumus *solvin*.

**Hasil Penelitian:** Ada Hubungan Antara Tingkat Stress Remaja Dengan Siklus Menstruasi Di Wilayah RW 011 Kelurahan Pela Mampang. Dengan dengan nilai *p value 0,000*

**Simpulan dan Saran:** Siklus Menstruasi Remaja di Wilayah RW 011 Kelurahan Pela Mampang. sebagian besar tidak normal. Hal ini harus lebih diperhatikan oleh aparat setempat dan pelayanan kesehatan supaya dapat mengurangi tingkat stress pada remaja dengan siklus menstruasi.

**Kata Kunci:** Tingkat Stress, Remaja, Siklus, Menstruasi

**Kepustakaan:** 2013-2022

## ABSTRACT

### THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVELS WITH THE MENSTRUAL CYCLE OF ADOLESCENTS IN RW 011 AREA PELA SUB-DISTRICT MAMPANG SOUTH JAKARTA

*Nurul Rizky Amalia, Andi Mayasari Usman, Susanti Widiastuti*

**Background:** Abnormalities of the menstrual cycle are a cause of infertility. Factors that cause this irregular menstrual cycle include changes in hormone levels due to stress or an unstable emotional state (Zhu et al., 2020). Based on the results of observations made on 30 adolescents in the RW 011 area of Pela Mampang Village, South Jakarta, the study found that 8 people (26%) experienced moderate levels of stress, and 3 people (1%) experienced very severe levels of stress. Based on the results of these observations, it was also found that out of the 30 adolescents, 5 (16%) experienced abnormal menstrual cycles.

**Objective:** To determine the relationship between stress levels and the menstrual cycle among adolescents in the area of RW 011 Pela Mampang Village, South Jakarta.

**Methodology:** This research is a type of correlation research with a cross-sectional approach with a non-probability sampling method with a purposive sampling type based on predetermined inclusion and exclusion criteria. The research sample uses the solvin formula.

**Results:** There is a relationship between adolescent stress levels and menstrual cycles in RW 011, Pela Mampang Village, South Jakarta. With a p value of 0.000.

**Conclusions and Suggestions:** Adolescent Menstrual Cycles in RW 011, Pela Mampang Village, South Jakarta. mostly abnormal. Local officials and health services should pay more attention to this in order to reduce stress levels in adolescents with menstrual cycles.

**Keywords:** Stress Levels, Adolescents, Cycles, Menstruation

**References:** 2013-2022.



# DAFTAR ISI

## Halaman

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan umum .....	3
1.3.2 Tujuan khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
4.1.1 Manfaat ilmiah .....	4
4.1.2 Manfaat aplikasi.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
2.1 Kajian Teori.....	5
2.1.1 Definisi Menstruasi .....	5
2.1.2 Mekanisme Terjadinya Menstruasi.....	6.
2.1.3 Siklus Menstruasi.....	9
2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi .....	10
2.1.5 Gangguan pada Menstruasi Dan Siklus Menstruasi .....	12
2.1.6 Definisi Stress .....	13

2.1.7	Jenis jenis Stress .....	14
2.1.8	Reaksi Terhadap Stress .....	17
2.1.9	Cara Mengukur Tingkat Stress .....	20
2.1.10	Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi....	21
2.2	Remaja.....	24
2.2.1	Definisi Remaja .....	24
2.2.2	Pembagian usia remaja .....	25
2.2.3	Tugas Perkembangan Jaman.....	27
2.4	Kerangka Teori.....	30
2.5	Kerangka Konsep .....	31
2.6	Hipotesis Penelitian .....	31
<b>BAB III METODELOGI PENELITIAN .....</b>		<b>32</b>
3.1	Desain Penelitian .....	32
3.2	Populasi dan Sampel.....	32
3.2.1	Populasi.....	32
3.2.1	Sampel.....	32
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	34
3.3.1	Lokasi Penelitian.....	34
3.3.2	Waktu Penelitian .....	34
3.4	Variabel Penelitian .....	34
3.4.1	Identifikasi Variabel.....	35
3.4.2	Variabel Independen (Variabel Bebas).....	35
3.4.3	Variabel dependen (Variabel Terikat).....	35
3.5	Definisi Operasional Penelitian .....	35
3.5.1	Tingkat Stress .....	35
3.5.2	Siklus Menstruasi.....	36
3.6	Instrumen Penelitian .....	39
3.6.1	Pengumpulan Data .....	39
3.6.2	Data Primer .....	39
3.6.3	Data Sekunder .....	39
3.6.4	Instrumen Penelitian .....	40
3.7	Uji Validitas Dan Realibilitas .....	43
3.7.2	Uji Validitas .....	43
3.7.3	Uji Rehabilitas .....	44
3.8	Pengelola data .....	45
3.8.2	Editing.....	45
3.8.3	Coding.....	45

3.8.4	Entry.....	45
3.8.5	Clearing.....	45
3.9	Analisis Data.....	45
3.9.2	Analisis Univeriat .....	45
3.9.3	Analisi Bivariat .....	46
3.10	Etika Penelitian .....	47
3.10.2	<i>Inform Consent</i> (Lembaran Persetujuan).....	47
3.10.3	<i>Confidentiallty</i> (Kerahasiaan) .....	47
3.10.4	<i>Justice</i> (Adil).....	47
3.10.5	<i>Balancing</i> (Bermanfaat).....	48
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>49</b>
4.1	Hasil Penelitian.....	49
4.1.1	Analisis Univariat.....	49
4.1.2	Analisis Bivariat.....	52
4.1.4	Pembahasan.....	52
4.1.4	Univariat .....	52
4.2	Hubungan Tingkat Stress Remaja dengan Siklus Menstruasi.....	56
<b>BAB V</b>	<b>SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>58</b>
5.1	Simpulan.....	58
5.2	Saran.....	58
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>61</b>



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Definisi Operasional.....	37
3.2 Panduan Intervensi Hasil Uji Chi Square.....	46
4.1 Katakteristik responden berdasarkan umur.....	49
4.2 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan siklus menstruasi di wilayah 011 Wilayah Kelurahan pela mampang Jakarta Selatan.....	50
4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingak Stress di Wilayah kelurahan oela mampang Jakarta selatan.....	50
4.4 Hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi di Wilayah 011 Kelurahan Pela Mampang Jakarta Selatan.....	51



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	30
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	31



## DAFTAR SINGKATAN

LH	: Lufenizing Hormon
FSH	: Folikel Stimulating Hormon
DUB	: Dyfungsional uterin bleeding
WHO	: World Health OrganizatiSon
UAS	: Ujian Akhir Semester
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
GnRh	: Gonadotrpın Releasing hormone
GAS	: Genreal Adaption Syndrome
LAS	: Local Adaption Syndrome
ACTH	: Adino Cortico Tropic Hormone
CRH	: Corticotropic Releasing Hormone



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Konsultasi / Bimbingan Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian Dari Fakultas
- Lampiran 3 : Surat Balasan Penelitian Dari Instansi Penelitian
- Lampiran 4 : Informed Consent
- Lampiran 5 : Tabel Master Data
- Lampiran 6 : Instrumen Penelitian
- Lampiran 7 : Hasil Output Analisis Data
- Lampiran 8 : Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 9 : Biodata Penulis

