

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA STRES PSIKOLOGIS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI SEMESTER VII KEPERAWATAN
STIKES MUHAMMADIYAH LAMONGAN**



Di susun oleh :

AGUSTIN TRI LESTARI
12.02.01.1052

**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN**

2016

**HUBUNGAN ANTARA STRES PSIKOLOGIS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI SEMESTER VII KEPERAWATAN STIKES
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

**AGUSTIN TRI LESTARI
12.02.01.1052**

**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2016**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : AGUSTIN TRI LESTARI
NIM : 12.02.01.1052
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 16 Agustus 1995
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul : “Hubungan Antara Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Semester VII Keperawatan Stikes Muhammadiyah Lamongan” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 30 April 2016

Yang Menyatakan,

AGUSTIN TRI LESTARI
NIM : 12.02.01.1052

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : AGUSTIN TRI LESTARI
NIM : 12.02.01.1052
Judul : Hubungan Antara Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi
Pada Mahasiswi Semester VII Keperawatan Stikes
Muhammadiyah Lamongan.

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal: 30 April 2016

Oleh

Mengetahui :

Pembimbing 1

Pembimbing 2

Ns. Diah Eko Martini, M.Kep.
NIK. 1980 03 07 2009 044

Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes.
NIK. 1977 10 15 2005 011

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi di
Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal: 13 Mei 2016

Ketua : Lilis Maghfuroh, S.Kep.Ns, M.Kes ()
Anggota : 1. Ns. Diah Eko Martini, M.Kep ()
: 2. Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes ()

Mengetahui:

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan

Drs. H. Budi Utomo, Amd Kep., M.Kes
NIK : 1954 0818 2005 001

KURIKULUM VITAE

Nama : AGUSTIN TRI LESTARI

Tempat, Tgl Lahir : Lamongan, 16 Agustus 1995

Alamat Rumah : Ds.Simbatan Kec.Sarirejo Kab.Lamongan

Riwayat Pendidikan :

1. TK Tunas Harapan Ds. Simbatan Kec. Sarirejo Kab. Lamongan
Lulus Tahun (2000)
2. MI Muhammadiyah Ds. Simbatan Kec. Sarirejo Kab. Lamongan
Lulus Tahun (2006)
3. SMP Muhammadiyah 12 Ds. Sendang Agung Kec. Paciran Kab.
Lamongan
Lulus Tahun (2009)
4. MA Al-Ishlah Ds. Sendang Agung Kec. Paciran Kab. Lamongan
Lulus Tahun (2012)
5. S1 STIKES Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2012 sampai
sekarang.

HALAMAN PERSEMBAHAN

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan) Kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap” (Q.S.Al-Insyiroh 6-8)

“orang-orang telah belajar membuat diri mereka melakukan hal yang harus dikerjakan ketika hal itu memang harus dikerjakan, entah mereka menyukai atau tidak”

Kupersembahkan Skripsi ini untuk :

- ♥ Kedua orang tuaku Bambang Sugondo dan Niswatin yang tercinta. Atas usaha serta jerih payah dan Do'anya yang tiada henti-hentinya diberikan kepadaku sehingga aku dapat mencapai cita-cita yang ku harapkan.
- ♥ Kakak-kakakku yang selalu membuat saya untuk semangat belajar
- ♥ Dan semua teman - teman seperjuangan S1 Keperawatan terima kasih atas dukungan, bantuan dan motivasi yang telah diberikan kepada ku selama ini....

ABSTRAK

Lestari, Agustin Tri. 2016. **Hubungan Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Semester VII keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan.** Skripsi program studi S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Dosen Pembimbing : 1) Ns. Diah Eko Martini, M.kep. Dosen pembimbing 2) Faizatul Ummah,S.SiT.,M.Kes

Setiap wanita mengalami sejumlah perubahan dalam siklus menstruasi. Masih banyaknya mahasiswi yang mengalami gangguan siklus menstruasi (oligomenore) karena coping stress yang tidak baik. Tujuan penelitian untuk mengetahui Hubungan Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Semester VII keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan. Desain penelitian menggunakan *Analitik* pendekatan *Cross Sectional*. Metode sampling yang digunakan *Total Sampling*. Populasi sebanyak 114 mahasiswi Semester VII keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan, sampel berjumlah 34 responden. Variabel penelitian adalah siklus menstruasi, pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan *Uji Spearman Rho* menggunakan SPSS versi 16.0 dan tingkat kemaknaan 0,05.

Hasil penelitian didapatkan hampir setengahnya (44,1%) mahasiswi mengalami stress berat dan lebih dari setengah (73,5%) mahasiswi mengalami oligomenore. Hasil *Uji Spearman Rho* diperoleh $r= 0,491$ $p=0,003$, artinya ada Hubungan Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Semester VII keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan.

Diharapkan mahasiswi dapat meningkatkan mekanisme coping terhadap stress, sehingga siklus menstruasi dalam batas normal.

Kata kunci: Stres Psikologis, Siklus Menstruasi.

ABSTRACT

Lestari, Agustin Tri. 2016. **Relationship between psychology stress with menstruation cycle to nursing University students semester VII STIKES Muhammadiyah Lamongan.** Skripsi program studi S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Dosen Pembimbing : 1) Ns. Diah Eko Martini, M.kep. Dosen pembimbing 2) Faizatul Ummah,S.SiT.,M.Kes

Each woman underwent a number of changes in the menstrual cycle. Still large number of sophomores who experience menstrual cycle gangguan (oligomenore) because the koping stress is not good. The purpose of the research to know the relationship of psychological stress With the menstrual cycle On the Semester VII nursing Sorority STIKES Muhammadiyah Lamongan.

Design research use Analytic approach of Cross Sectional. The sampling method used Total Sampling. Population of 114 student Semester VII nursing STIKES Muhammadiyah Lamongan, the sample numbered 34 respondents. The research of the variable is the menstrual cycle, data collection using a questionnaire and analyzed by SPSS using Rho Spermean Test version 16.0 and the level of significance of 0.05. The research results obtained nearly half (44.1%) Sorority experience stressful and over senagian (73.5%) Sorority experience oligomenore. Spermean Rho test results obtained $r = 0.491$ $p = 0.003$, meaning that there is a relationship of psychological stress With the menstrual cycle On the Semester VII nursing.

Sorority STIKES Muhammadiyah Lamongan.Sorority Expected can improve the mechanism of koping against stress, so the menstrual cycle in normal limit.

Key words: psychological stress, menstrual cycle.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Semester Vii Keperawatan Stikes Muhammadiyah Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis banyak mendapatkan pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak atau Ibu:

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd Kep., M.Kes selaku Ketua Stikes Muhammadiyah Lamongan yang telah memberikan petunjuk dan arahan dalam penyusunan Skripsi ini.
2. Arifal Aris, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Kaprodi Program Keperawatan yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, saran dan dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
3. Ns. Diah Eko Martini, M.Kep selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, saran dan dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.

4. Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes selaku pembimbing II yang juga memberikan arahan dan bimbingan serta petunjuk dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Ketua Stikes Muhammadiyah Lamongan beserta staf yang telah memberikan persetujuan untuk melakukan survey awal atau penelitian di desa tersebut.
6. Orang tua dan keluarga tercinta yang telah memberikan dorongan moral, material dan spiritual serta waktu yang tidak sedikit dalam penyusunan Skripsi ini.
7. Teman - teman dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan,

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KURIKULUM VITAE	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN	xv
 BAB 1 : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
 BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Dasar Stress	8
2.1.1 Pengertian Stress pada remaja	8
2.1.2 Macam - macam Stress pada Remaja	8
2.1.3 Model Stress pada Remaja	9
2.1.4 Penyebab Stress pada Remaja	10
2.1.5 Klasifikasi Stress pada Remaja	11
2.1.6 Gejala dan Tanda stress pada Remaja.....	12
2.1.7 Sumber Stresor	12
2.1.8 Faktor Yang Mempengaruhi Respon Individu Terhadap Stresor	13
2.1.9 Tahapan Stress	15
2.1.10 Tingkatan Stress.....	16

2.1.11 Respon Terhadap Stress	16
2.1.12 Dampak Stress.....	17
2.1.13 Penatalaksanaan Stress.....	18
2.1.14 Pengukuran stress.....	19
2.2 Konsep Dasar Menstruasi	22
2.2.1 Definisi Mestruasi	22
2.2.2 Hormon-Hormon Menstruasi	22
2.2.3 Siklus Menstruasi	23
2.2.4 Gangguan Pola Menstruasi	25
2.2.5 Penyebab Terganggunya Siklus menstruasi.....	26
2.2.6 Penatalaksanaan Gangguan Siklus Menstruasi	27
2.3 Kerangka Konsep.....	28
2.4 Hipotesis Penelitian	29

BAB 3 : METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	30
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	30
3.3 Kerangka Kerja	31
3.4 Sampling Desain	32
3.4.1 Populasi	32
3.4.2 Sampel	32
3.4.3 Tehnik Sampling	33
3.5 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	34
3.5.1 Pengertian	34
3.5.2 Variabel Independen	34
3.5.3 Variabel Dependen	34
3.5.4 Definisi Operasional	34
3.6 Pengumpulan dan Analisa Data	36
3.6.1 Instrumen Pengumpulan Data atau Alat Ukur	36
3.6.2 Pengumpulan Data	36
3.6.3 Pengolahan Data	37

3.6.4	Analisa Data	38
3.7	Etika Penelitian	39
3.7.1	<i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan)	39
3.7.2	<i>Anonymity</i> (Tanpa Nama)	39
3.7.3	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	39

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian	41
4.1.1	Data Umum	41
4.1.2	Data Khusus	42
4.2	Pembahasan	44
4.2.1	Stress Psikologis Pada Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Semester VII STIKES Muhammadiyah Lamongan	44
4.2.2	Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Semester VII STIKES Muhammadiyah Lamongan	45
4.2.3	Hubungan Stress Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiwi Prodi S1 Keprawatan Semester VII STIKES Muhammadiyah Lamongan	47

BAB 5 PENUTUP

5.3	kesimpulan	50
5.2	Saran	51
5.2.1	Bagi Teoritis	51
5.2.2	Bagi Praktisi	51

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Daftar Pernyataan DASS (<i>Depression Anxiety Stress Scale</i>).....	19
Tabel 2.2 Pengukuran Tingkat Stress DASS	21
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Antara Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Semester VII Keperawatan Stikes Muhammadiyah Lamongan	35
Tabel 4.1 Distribusi Umur Mahasiswi Semester VII Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan Bulan Februari 2016.	42
Tabel 4.2 Distribusi Tingkatan Stress Mahasiswi Semester VII Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan Bulan Februari 2016...	42
Tabel 4.3 Distribusi Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester VII STIKES Muhammadiyah Lamongan Prodi S1 Keperawatan Bulan Februari 2016	43
Tabel 4.4 tabel silang Stress Psikologis dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester VII prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan Februari 2016.....	43

DAFTAR SIMBOL, SINGKATAN DAN ISTILAH

%	: Persen
\leq	: Lebih kecil atau sama dengan
\geq	: Lebih besar atau sama dengan
Σ	: Jumlah
=	: Sama dengan
-	: Negatif/min
μ	: Rata populasi
N	: Jumlah sampel
n	: Prosentase
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
S1	: Strata 1
S. Kep	: Sarjana Keperawatan
Ns	: <i>Nurse</i>
M. Kep	: Magister Keperawatan
M. Kes	: Magister Kesehatan
Dinkes	: Dinas Kesehatan
WHO	: World Health Organizatio
FSH	: Stimulating Hormone
LH	: Luteinizing Hormone
Kaprodi	: Kepala Program Studi
NIM	: Nomor Induk Maasiswa
No.	: Nomor
STIKES	: Sekolah Tinggi Kesehatan
>	: Lebih dari
<	: Kurang dari
-	: Sampai
%	: Persen
,	: Koma
.	: Titik