

**HUBUNGAN STRESS DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN
OLIGOMENORRHEA PADA MAHASISWI FAKULTAS
KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM DARUL ULUM
LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Keperawatan**

**NURUL RACHMATUL ULA
NIM: 12.02.01.1142**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2016**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan d ibawah ini :

NAMA : NURUL RACHMATUL ULA
NIM : 12.02.01.1142
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 19 FEBRUARI 1994
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: "Hubungan Stress dan Status Gizi dengan Kejadian *Oligomenorrhea* pada Mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum 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 mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 4 Mei 2016
Yang menyatakan



NURUL RACHMATUL ULA
NIM 12.02.01.1142

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi

Oleh : NURUL RACHMATUL ULA

NIM : 12.02.01.1142

Judul : HUBUNGAN STRESS DAN STATUS GIZI DENGAN
KEJADIAN *OLIGOMENORRHEA* PADA MAHASISWI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM DARUL ULUM LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapkan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal: 4 Mei 2016.

Mengetahui :

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Faizatul Ummah, S.SiT, M.Kes
NIK. 1977 10 15 2005 01

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

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

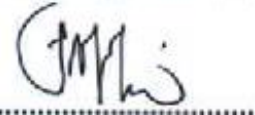
Ketua : Lilis Maghfuroh, S.Kep., Ns., M.Kes



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

NBM : 936.665

CURICULUM VITAE

Nama : NURUL RACHMATUL ULA

Tempat Tgl. Lahir : Lamongan, 19 Februari 1994

Alamat Rumah : Dsn. Kalimalang Ds. Kentong Kec. Glagah Kab.
Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswi

Riwayat Pendidikan :

1. TK Aisyiyah Bustanul Athfal III Kalimalang Glagah Lamongan Lulus Tahun 2000
2. MI Al Khoiriyah Kalimalang Glagah Lamongan Lulus Tahun 2006
3. MTs. Negeri Lamongan Lulus Tahun 2009
4. MA Negeri Lamongan Lulus Tahun 2012
5. Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2012 sampai sekarang.

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Barangsiapa yang mengerjakan kebaikan sebesar dzarrahpun, niscaya dia akan melihat balasannya (QS. Az-Zalzalah: 7)

Pandanglah orang yang di bawah kamu dan janganlah memandangi kepada yang di atasmu, karena itu akan lebih layak bagimu untuk tidak menghina kenikmatan Allah untukmu (HR. Muslim)

Seseorang yang tidak pernah berbuat salah adalah orang yang tidak pernah mencoba melakukan hal baru - Albert Einstein

Kita dilahirkan sendiri, kita hidup sendiri, kita mati sendiri. Hanya melalui sebuah cinta dan pertemanan sejeatilah kita bisa membuat sebuah ilusi bahwa kita tidak sendiri di dunia ini - Orson Welles

Skripsi ini kupersembahkan untuk:

Abah (alm) yang semasa hidup telah memberikan cinta, kasih, sayang dan pendidikan yang begitu berharga. Semoga kelak kita dipertemukan di Surga-Nya.

Ibuku tercinta yang selalu memberikan do'a, dukungan dan kasih sayang yang tak ada duanya.

Adikku terkasih yang selalu memberikan semangat dan keceriaan

Dosen pembimbing yang telah merelakan waktunya untuk memberikan ilmu yang berharga.

Sahabat-sahabat tersayang yang selalu ada dalam suka maupun duka

Teman-teman seperjuangan khususnya S1 Keperawatan C.



ABSTRAK

Nurul, Rachmatul Ula. 2016. **Hubungan Stress dan Status Gizi dengan Kejadian *Oligomenorrhea* pada Mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan.** Skripsi Program S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing : (1) Diah Eko M, M.Kep., Ners (2) Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes

Oligomenorrhea merupakan suatu keadaan dimana siklus menstruasi > 35 hari. *Oligomenorrhea* dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stress dan status gizi dengan kejadian *oligomenorrhea* pada mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan.

Desain penelitian adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan dengan sampel sebanyak 45 responden secara *simple random sampling*. Variabel independen adalah stress dan status gizi, variabel dependennya *oligomenorrhea*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, skala DASS dan lembar observasi. Data dianalisis dengan uji koefisien kontingensi, pada taraf signifikansi 0.05.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami stress (64.4 %), hampir sebagian responden mengalami status gizi kurang (42.2 %) dan sebagian besar responden mengalami *oligomenorrhea* (64.4 %). Hasil uji statistik antara stress dengan *oligomenorrhea* menunjukkan nilai signifikansi (p) 0.006 dan nilai kontingensi (C) 0.494. Hasil analisis antara status gizi dengan *oligomenorrhea* menunjukkan nilai signifikansi (p) 0.009 dan nilai kontingensi (C) 0.481, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang sedang antara stress dan status gizi dengan *oligomenorrhea* pada mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan.

Dari hasil penelitian ini maka perlu dilakukan manajemen stress dan perbaikan status gizi agar kejadian *oligomenorrhea* dapat diminimalisir.

Kata kunci : stress, status gizi, *oligomenorrhea*

ABSTRACT

Nurul, Rachmatul Ula. 2016. **The Relationship of Stress and Nutritional Status with the Incidence of *Oligomenorrhea* in the Students of Teacher Training and Education Faculty Darul Ulum Islamic University Lamongan.** Thesis of S1 Nursing Program, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Supervisor: (1) Diah Eko M, M.Kep., Ners (2) Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes

Oligomenorrhea is a condition in which the menstrual cycle > 35 days. Oligomenorrhea can be influenced by psychological conditions and nutritional status. This study aimed to determine the relationship of stress and nutritional status with the incidence of oligomenorrhea in the students of Teacher Training and Education Faculty Darul Ulum Islamic University Lamongan.

The design was cross-sectional analytic approach. The population was the whole student of Teacher Training and Education Faculty Darul Ulum Islamic University Lamongan and the sample of 45 respondents taken using simple random sampling. The independent variable were stress and nutritional status, and the dependent variable was oligomenorrhea. Research instruments used questionnaires, DASS scale and observation sheets. Data was analyzed using contingency coefficient test with significance level 0.05.

The results showed that most of the respondents experienced stress (64.4 %), almost half of the respondents had less nutritional status (42.2 %) and the majority respondents had oligomenorrhea (64.4 %). Statistical test results between stress and oligomenorrhea showed the significance value of (p) 0.006 and the value of contingency (C) 0.494. Statistical test results between nutritional status and oligomenorrhea showed the significance value of (p) 0.009 and the value of contingency (C) 0.481. So it can be concluded that there was moderate relationship between stress and nutritional status with oligomenorrhea in the students of Teacher Training and Education Faculty Darul Ulum Islamic University Lamongan.

It is necessary to do stress management and improve the nutritional status in order to minimize the incidence of oligomenorrhea.

Keywords: stress, nutritional status, oligomenorrhea

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Stress dan Status Gizi dengan Kejadian *Oligomenorrhea* Pada Mahasiswi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk melanjutkan penelitian di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

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

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Ns. Arifal Aris S.Kep.,M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
3. H. M. Alif Hazbullah, S.H., S.Ag., M.Hum. selaku Rektor Universitas Islam Darul Ulum Lamongan.
4. Ir. Choirul Anam, MP. selaku Ketua Lembaga Penelitian dan Pengembangan Masyarakat Universitas Islam Darul Ulum Lamongan, yang telah memberikan izin penelitian di Kampus tersebut.
5. Diah Eko Martini, M. Kep., Ns. selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.

6. Faizatul Ummah, S.ST., M.Kes. selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan, petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
7. Seluruh responden yang telah banyak memberikan informasi dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebut satu persatu.

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

Lamongan, 4 Mei 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
CURICULUM VITAE	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xvii

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep <i>Oligomenorrhea</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Oligomenorrhea</i>	9
2.1.2 Etiologi <i>Oligomenorrhea</i>	10
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Oligomenorrhea</i>	11
2.1.4 Patofisiologi <i>Oligomenorrhea</i>	21
2.1.5 Gejala <i>Oligomenorrhea</i>	23
2.1.6 Pemeriksaan <i>Oligomenorrhea</i>	24
2.1.7 Pengobatan <i>Oligomenorrhea</i>	25

2.1.8	Dampak <i>Oligomenorrhea</i>	26
2.1.9	Komplikasi <i>Oligomenorrhea</i>	27
2.2	Konsep Dasar Stress.	27
2.2.1	Definisi Stress	27
2.2.2	Jenis Stress	28
2.2.3	Faktor yang Mempengaruhi Respon terhadap Stressor	29
2.2.4	Respon Fisiologis Stress	31
2.2.5	Tahapan Stress	34
2.2.6	Tingkat Stress.....	37
2.2.7	Cara Menilai Stress	38
2.2.8	Manajemen Stress	41
2.3	Konsep Dasar Status Gizi	43
2.3.1	Pengertian Status Gizi	43
2.3.2	Penilaian Status Gizi	44
2.3.3	Faktor yang Harus dipertimbangkan dalam Memilih dan Menggunakan Metode Penilaian Status Gizi	50
2.3.4	Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	52
2.4	Kerangka Konsep.....	54
2.5	Hipotesis	57

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian	58
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian	59
3.2.1	Waktu Penelitian	59
3.2.2	Tempat Penelitian	59
3.3	Kerangka Kerja	59
3.4	Identifikasi Variabel	61
3.4.1	Variabel Independen	61
3.4.2	Variabel Dependen.....	61
3.5	Definisi Oprasional	61
3.6	Populasi, Sampling dan Sampel.....	63
3.6.1	Populasi Penelitian.....	63

3.6.2	Sampel Penelitian.....	63
3.6.3	Sampling Penelitian	64
3.7	Pengumpulan Data dan Analisa Data	65
3.7.1	Pengumpulan Data	65
3.7.2	Instrumen Pengumpulan Data.....	66
3.7.3	Analisa Data.....	67
3.8	Etika Penelitian	71
3.8.1	Informed Consent.....	71
3.8.2	Anonimity atau tanpa nama	71
3.8.3	Confidentiality	71
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil Penelitian	72
4.1.1	Data Umum	72
4.1.2	Data Karakteristik Responden	73
4.1.3	Data Khusus	75
4.2	Pembahasan	78
4.2.1	Stress	78
4.2.2	Status Gizi	79
4.2.3	<i>Oligomenorrhea</i>	80
4.2.4	Hubungan Stress dengan Kejadian <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan ...	82
4.2.5	Hubungan Status Gizi dengan Kejadian <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan.....	83
BAB 5 PENUTUP		
5.1	Kesimpulan	86
5.2	Saran	87
DAFTAR PUTAKA		
LAMPIRAN-LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Daftar Pertanyaan DASS (<i>Depression Anxiety Stress Scale</i>)	39
Tabel 2.2 Pengukuran Tingkat Stress DASS	
Tabel 2.3 Indeks Masa Tubuh	
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Stress dan Status Gizi dengan	40
Tabel 4.1 Kejadian <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan	48
Tabel 4.2 Distribusi Umur Mahasiswi FKIP Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Bulan Maret 2016	62 73
Tabel 4.3 Distribusi Penghasilan Orang Tua Mahasiswi FKIP Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Bulan Maret 2016	74
Tabel 4.4 Distribusi Tingkat Stress pada Mahasiswi FKIP Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Bulan Maret 2016	75
Tabel 4.5 Distribusi Status Gizi pada Mahasiswi FKIP Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Bulan Maret 2016	75
Tabel 4.6 Distribusi <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi FKIP Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Bulan Maret 2016	75
Tabel 4.7 Tabel Silang Hubungan Stress dengan Kejadian <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi FKIP Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Bulan Maret 2016	76
Tabel 4.8 Tabel Silang Hubungan Status Gizi dengan Kejadian <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi FKIP Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Bulan Maret 2016	77

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Stress dan Status Gizi dengan Kejadian <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan	55
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Stress dan Status Gizi dengan Kejadian <i>Oligomenorrhea</i> pada Mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Darul Ulum Lamongan Tahun 2016	60

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Penyusunan Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Permohonan Survey Awal dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
- Lampiran 3 : Surat Perizinan Survey Awal Dari Universitas Islam Darul Ulum Lamongan
- Lampiran 4 : Surat Permohonan Penelitian dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES Muhammadiyah Lamongan)
- Lampiran 5 : Surat Perijinan Perijinan Penelitian dari Universitas Islam Darul Ulum Lamongan
- Lampiran 6 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 : Skala DASS
- Lampiran 9 : Lembar Kuesioner
- Lampiran 10 : Lembar Observasi
- Lampiran 11 : Master Data
- Lampiran 12 : Lembar konsul Kepada Dosen pembimbing 1
- Lampiran 13 : Lembar konsul Kepada Dosen pembimbing 2

DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
AKDR	: Alat Kontrasepsi Dalam Rahim
CRH	: <i>Corticotropic Releasing Hormone</i>
DASS	: <i>Depression Anxiety and Stres Scale</i>
dkk	: dan kawan-kawan
FKIP	: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
FSH	: <i>Folicle Stimulating Hormone</i>
GAS	: <i>General Adaptif Syndrome</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin-Releasing Hormone</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
Kab.	: Kabupaten
Kec.	: Kecamatan
KB	: Keluarga Berencana
LAS	: Adaptation Syndromexviiilokal
LH	: Luteizing Hormone
LiLA	: Lingkar Lengan Atas
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
MRI	: Magnetic Resonance Imaging
No	: Nomor
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
Ns	: Ners
PCO	: Polycistic Ovary
S1	: Strata 1
SD	: Standar Deviasi
S.kep	: Sarjana Keperawatan
SPSS	: Statistical Product and Service Solution
S.SiT	: Sarjana Sains Terapan
SWT	: Subhanahu WaTa'ala

STIKES : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
USG : Ultrasonografi
WHO : *World Health Organization*
Yth. : Yang Terhormat

DAFTAR SIMBOL

-	: Sampai
%	: Persen
<	: Kurang dari
=	: Sama dengan
>	: Lebih dari
Σ	: Jumlah
%	: persen
\leq	: kurang dari atau sama dengan
<	: kurang dari
>	: lebih dari
=	: sama dengan
-	: sampai
I	: satu
II	: dua
III	: tiga
IV	: empat
V	: lima
H_1	: terdapat hubungan
H_0	: tidak terdapat hubungan
n	: Perkiraan jumlah sampel
N	: Perkiraan besar populasi
C	: Koefisien kontingensi
f_o	: Frekuensi yang diperoleh berdasarkan data
f_h	: Frekuensi yang diharapkan
Kg	: Kilogram
m^2	: meter kuadrat