

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

SKRIPSI



EKA RADA SUKMA DEWI
NIM :13.02.01.1333

**PROGAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2017**

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

SKRIPSI

**DiajukanKepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
LamonganSebagai Salah SatuSyarat Mendapatkan
Gelar Sarjana Keperawatan**

**EKA RADA SUKMA DEWI
NIM :13.02.01.1333**

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2017**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : EKA RADA SUKMA DEWI
NIM : 13.02.01.1333
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 02FEBRUARI 1996
INSTITUSI : PRODI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: “Hubungan Tingkat Stres 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 mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 12Mei 2017

Yang menyatakan,

EKA RADA SUKMA DEWI
NIM :13.02.01.1333

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : EKA RADA SUKMA DEWI
NIM : 13.02.01.1333
Judul : HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN
SIKLUSMENSTRUASI PADA MAHASISWI SEMESTER
VII KEPERAWATAN STIKES MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal : 12 Mei 2017

Mengetahui

Pembimbing I

Pembimbing II

Ns. Heny Ekawati, S.Kep., M.Kes. Ratih Indah Kartikasari, S.ST.,M.Kes.
NIK. 19820215 2008 042 NIK. 19870325 201211 055

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi

Di Prodi S1-Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan.

Tanggal : 12 Mei 2017

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

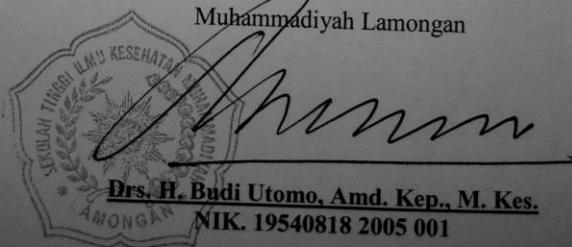
Ketua : Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M. Kes

Anggota : 1. Ns. Heny Ekawati, S.Kep., M.Kes.

2. Ratih Indah Kartikasari, S.ST.,M.Kes

Mengetahui,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan



CURICULUM VITAE

Nama : Eka Rada SukmaDewi
Tempat Tgl. Lahir : Lamongan, 02 Februari1996
Alamat Rumah : Dsn.Lengor,Ds.Pelangwot, Kec.Laren, Kabupaten Lamongan
Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat pendidikan :

1. TK Miftahul Huda Lengor Lulus Tahun 2001
2. SD NegeriPelangwot Lulus Tahun 2007
3. SMP Negeri1Maduran Lulus Tahun 2010
4. SMA Muhammadiyah1 BabatLulusTahun 2013
5. Program studiSI Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2013 sampai sekarang

MOTTO

“Saat manusia membencimu tanpa alasan yang jelas, ingatlah bahwa
Allah menyayangimu tanpa syarat”

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.Karena itu
bila kau telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan
sungguh-sungguh (urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhan mullah
hendaknya kamu berharap”

(Q.S Al-Insyirah : 6-8)

Persembahanku...

Terima kasihya Allah atas karuniamu yang kau berikan kepadaku,
sehinggaa kudapat menjalankan kewajiban ku dengan lancar.

Terima kasih kepada kedua orang Tuaku yang telah menjadi motivasi ku
untuk tidak mudah mengeluh danikhlasdalammencapaicitacita, atasdo'a,
kasihsayangdansemuapengorbanan yang takhenti-
hentinyadiberikankepadaku, sertakeluargabesarku yang
selalumendoakanku.

Terimakasihkepadasahabat –sahabatterkasihdanteman-
temansekelaskuataskebersamaandansemangatselamamenempuhpendidik
an di STIKES MuhammadiyahLamongan.

Semogakitasemuadiberikemudahandankeberkahandalammennitikehidupa
n.

.....*Amin YaRabbalAlamin!!!.....*

ABSTRAK

Dewi,EkaRadaSukma, 2017. **Hubungan Tingkat**
StresdenganSiklusMenstruasipadaMahasiswi semester VII
Keperawatan STIKES MuhammadiyahLamongan.Skripsi STIKES
MuhammadiyahLamongan.Pembimbing (1) Ns. HenyEkawati
S.Kep.,M.Kes. (2) Ratih Indah Kartikasari SST,.M.Kes.

Siklusmenstruasiupakanwaktusejakharipertamamenstruasisampaидatangnyame
nstruasiperiodeberikutnya.wanitadalamkehidupannyatidakluputdarigangguansiklu
smenstruasi.

Tujuanpenelitianiniadalahuntukmengetahuihubunganantaratingkatstresdengansiklusmenstruasi

PenelitianinimenggunakanDesainstudikorelasidenganpendekatan*Cross
Sectional*.Sampelpenelitiansebanyak 97 orang yang
diambilmenggunakananteknik*simple random sampling*.Instrument
penelitianiniadalahkuesioner dan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS),
kemudianditabulasidandananalisamenggunakanujikontingensi.

Hasilpenelitianmenunjukkanbahwasebagianbesarrespondenmengalamigangguansiklusmenstruasioligomenorrheadansebagianbesarrespondenmengalamitingkat
stress sedang.Hasilanalisisadapatkanbilaisignifikansi (p) sebesar 0,000
dankontingensi(C) sebesar 0,552.
Sehingga dapatdisimpulkanbahwaterdapathubunganantaratingkatstresdengansiklus
menstruasipadamahasiswi semester VII keperawatan STIKES
MuhammadiyahLamongan.
Melihathasilpenelitianini, makaperludilakukanmanajemenstres yang
tepatdanmengendalikanfaktorpenyebabstres agar
gangguansiklusmenstruasidapatdikendalikan.

Kata kunci : Tingkat stress, Siklusmenstruasi,

ABSTRACT

Dewi, EkaRadaSukma, 2017. **Relationship of stress level and the menstrual cycle in Female students VII Semester of Nursing STIKES Muhammadiyah.** Skripsi STIKESMuhammadiyahLamongan.Counselor (1) Ns. HenyEkawatiS.Kep, M.M.Kes. (2) Ratihindahkartikasari SST, .M.Kes.

The menstrual cycle is the time from the first day of menstruation to the next menstrual period. The women in their life did not escape the interruption of the menstrual cycle. The purpose of this study is to determine the relationship between stress levels and the menstrual cycle.

Design this study used correlation with cross-sectional. The sample consists of 97, the method uses simple random sampling. The instrument of this study is the Scale Questionnaire and Anxiety Depression Stress (DASS), after tabulation, data were analyzed using contingency test.

The result showed that female students of more than half respondenst have oligomenorrhea and more than half have mild stress level. The result showed has a significance value (*p*) equal to 0.000 and the contingency (*C*) equal to 0.552.

Showed that there is a relationship between stress levels and the menstrual cycle in female students VII semester of nursing STIKES MuhammadiyahLamongan.

Based on study results, it is necessary to make appropriate stress management and control factors that cause stress for disorders of the menstrual cycle can be controlled.

Keywords: *Stress Levels, Menstrual Cycle*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi semester VII Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan*” sesuai waktu yang ditentukan.

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

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

1. Drs. Budi Utomo, Amd. Kep. M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S. Kep., Ners., M.Kes, selaku kaprodi S1 Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
3. Ns. Heny Ekawati, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
4. Ratih Indah Kartikasari, S.ST., M.Kes selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
5. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materiil demi terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari kripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi penulis pada dirinya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 12 Mei 2017

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN COVER DALAM	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
CURICULUM VITAE.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTARSINGKATAN.....	xvii
DAFTAR SIMBOL	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix

BAB 1: PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Akademik.....	6
1.4.2 Bagi Praktisi	6

BAB 2: TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Stres	8
2.1.1 Pengertian Stres.....	8
2.1.2 Jenis Stres.....	9
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Respon Terhadap Stressor	10
2.1.4 Respon Fisiologis Terhadap Stres	11

2.1.5	BiokimiaStres	12
2.1.6	MekanismeStresdalamTubuh	13
2.1.7	TahapanStres	15
2.1.8	Tingkat Stres	18
2.1.9	Cara MenilaiStres	19
2.1.10	ManajemenStres	22
2.2	KonsepSiklusMenstruasi.....	24
2.2.1	DefinisiSiklusMenstruasi	24
2.2.2	Etiologi.....	25
2.2.3	FisiologiSiklusMenstruasi.....	27
2.2.4	Faktor yang MempengaruhiSiklusMenstruasi	29
2.2.5	GangguanSiklusMenstruasi.....	31
2.2.6	TerapiPadaGangguanSiklusMenstruasi	31
2.2.7	Komplikasi	32
2.3	PeranPerawat.....	32
2.4	PeranKeluarga.....	33
2.5	Kerangka Konseptual	34
2.6	Hipotesis	35

BAB 3: METODE PENELITIAN

3.1.	JenisdanDesainPenelitian.....	36
3.2.	WaktudanTempatPenelitian	36
3.3.	KerangkaKerja	37
3.4.	Populasi, Sample, danSampling	38
3.4.1	Populasi	38
3.4.2	Sampel.....	38
3.4.3	Sampling	40
3.5.	IdentifikasiVariabeldanDefinisiOperasionalVariabel	40
3.5.1	Identifikasi Variabel	40
3.5.2	Definisi Operasional.....	41
3.6.	Pengumpulan Data danAnalisa Data	42
3.6.1	ProsedurPengumpulan Data	42
3.6.2	InstrumenPengumpulan Data	43
3.7	EtikaPenelitian	45
3.7.1	<i>Informed ConsentatauPersetujuanResponden</i>	46
3.7.2	<i>AnonymityatauTanpaNama</i>	46
3.7.3	<i>Confidentiality atauKerahasiaaan</i>	46

BAB 4: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	HasilPenelitian	47
4.1.1	Data Umum	47

4.1.2	Data Khusus	49
4.2	Pembahasan.....	52
4.2.1	SiklusMenstruasi	52
4.2.2	Tingkat Stres	54
4.2.3	Hubungan Tingkat StresDenganSiklusMentruasi	55

BAB 5 : PENUTUP

5.1	Kesimpulan	58
5.2	Saran	58

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel	3.1 DefinisiOperasionalHubungan Tingkat StresdenganSiklusMenstruasipadaMahasiswi Semester VII S1 Keperawatan STIKES MuhammadiyahLamongan.....	41
Tabel	4.1 DistribusiRespondenBerdasarkanUmurMahasiswi Semester VII Keperawatan STIKES MuhammadiyahLamongan.....	48
Tabel	4.2 DistribusiRespondenBerdasarkanUsia Menarche Mahasiswi Semester VII Keperawatan STIKES MuhammadiyahLamongan Yang MengalamiDisminoreaTahun 2017	49
Tabel	4.3 DistribusiGangguanSiklusMenstruasipadaMahasiswi Semester VII Keperawatan STIKES MuhammadiyahLamonganpadaFebruari – Maret 2017	49
Tabel	4.4 Distribusi Tingkat Strespadamahasiswi semester VII STIKES MuhammadiyahLamongan	50
Tabel4.5	TabulasiSilang Tingkat StresDenganSiklusMenstruasipadaMahasiswi Semester VII Keperawatan STIKES MuhammadiyahLamonganpadaFebruari- Maret 2017	51

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 KerangkaKonsepTentangHubungan Tingkat StresdengansiklusMenstruasipadaMahasiswi Semester VII S1 Keperawatan STIKES MuhammadiyahLamongan.....	34
Gambar3.1 : KerangkaKerjaPenelitianHubungan Tingkat StresDenganSiklusMenstruasiPadaMahasiswiSemest er VIIKeperawatan STIKES MuhammadiyahLamongan.....	37

DAFTAR SINGKATAN

ACTH(*AdrenoCortico Tropic Hormone*)

ADH (*Anti Deuretic Hormone*)

CRF (*Corticotrophin Releasing Factor*)

CRH (*Corticotropic Releasing Hormone*)

DASS(*Depression Anxiety Stress Scale*)

FSH (*Follicle stimulating Hormon*)

GAS (*Genital Adaption Syndrome*)

GnRH(*Gonadotrophin Releasing Hormone*)

ICCU(*Intensive Cardiologi Care Unit*)

LAS (*Local Adaption Syndrome*)

LH (*LuitenizingHormon*)

TBC (*Tuberculosis*)

DAFTAR SIMBOL

% :Prosentase

- :Sampai

< :Kurangdari

= :Samadengan

> :Lebihdari

² :Kuadrat

D : Tingkat kesalahan yang dipilih ($\alpha=0,05$)

n :Perkiraan jumlah sampel

N :Perkiraan besar populasi

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Survey Awal dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 3 Surat Balasan Survey Awal dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 4 Surat Ijin Peneliti dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 5 Surat Balasan Peneliti dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar Kuesioner / Skala DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*)
- Lampiran 9 Lembar Kuesioner Siklus Menstruasi
- Lampiran 10 Lembar Tabulasi Tingkat Stres
- Lampiran 11 Lembar Tabulasi Siklus Menstruasi
- Lampiran 12 Hasil SPSS 16.0
- Lampiran 13 Lembar Konsultasi