

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PERUBAHAN SIKLUS
MENSTRUASI DI SMA LKMD ABUNG TIMUR
LAMPUNG UTARA TAHUN 2023**

SKRIPSI



Oleh :
EKA WIDIA SARI
NIM. 2022206203151P

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG
TAHUN 2024**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PERUBAHAN SIKLUS
MENSTRUSI DI SMA LKMD ABUNG TIMUR
LAMPUNG UTARA TAHUN 2023**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Dalam Menyelesaikan Pendidikan
Program Sarjana Keperawatan Studi S1 Ilmu Keperawatan**

**OLEH :
EKA WIDIA SARI
NPM.2022206203151P**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG
TAHUN 2024**

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PERUBAHAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMA LKMD ABUNG TIMUR LAMPUNG UTARA TAHUN 2023

Eka Widia Sari¹, Yusnita², Desi Kurniawati³

Prodi S1 Keperawatan Fkes UMPRI Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Pringsewu, Lampung

85 Halaman + 5 Tabel + 2 Bagan + 13 Lampiran

E-mail: eka.2022206203151p@student.umpri.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi merupakan bagian paling penting dalam program kesehatan. Masalah kesuburan merupakan salah satu akibat dari siklus menstruasi yang tidak teratur. Hormone yang tidak seimbang saat menstruasi tidak teratur akan berdampak pada masalah kesuburan seorang perempuan. Apabila seorang perempuan sulit mencapai masa subur, maka perempuan tersebut memiliki peluang kecil untuk hamil. Oleh karena itu siklus menstruasi yang tidak teratur merupakan tanda penting adanya gangguan pada sistem reproduksi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi frekuensi kelas, usia, tingkat stress, siklus menstruasi serta hubungan tingkat stress dengan perubahan siklus menstruasi di SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara Tahun 2023.

Menurut *World Health Organization* (WHO) (2015), sekitar seperlima penduduk dunia adalah remaja, dan sepertiganya adalah remaja putri yang berusia 10-19 tahun, dan rata-rata telah mengalami menstruasi. Riset kesehatan dasar tahun 2018 di Indonesia menyebutkan 13,7% wanita mengalami siklus menstruasi tidak teratur dalam satu tahun terakhir.

Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariate dengan menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan perubahan siklus menstruasi dengan nilai *chi hitung* > *chi tabel* yaitu $75,15 > 7,81$. Sejumlah 48 siswi (60,8%) mengalami menstruasi yang tidak normal dan mayoritas mengalami tingkat stress dengan kategori sedang sebanyak 33 siswi (41,8%). Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan sebagai referensi dan sumber data, untuk universitas muhammadiyah pringsewu disarankan dapat menambah referensi mahasiswa, dan untuk sekolah SMA LKMD agar menyediakan media informasi yang berkaitan dengan sistem reproduksi

Kata kunci : tingkat stress, siklus menstruasi, remaja

Referensi : 18 (2013-2022)

THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL WITH CHANGES IN THE MENSTRUAL CYCLE AT SMA LKMD ABUNG TIMUR NORTH LAMPUNG IN 2023

Eka Widia Sari¹, Yusnita², Desi Kurniawati³

Prodi S1 Keperawatan Fkes UMPRI Fakultas Kesehatan, Universitas

Muhammadiyah Pringsewu, Lampung

85 Halaman + 5 Tabel + 2 Bagan + 13 Lampiran

E-mail: eka.2022206203151p@student.umpri.ac.id

ABSTRACT

Reproductive health is the most important part of a health program. Fertility problems are one of the results of an irregular menstrual cycle. Imbalanced hormones during irregular menstruation will have an impact on a woman's fertility problems. If a woman has difficulty reaching the fertile period, then the woman has a small chance of getting pregnant. Therefore, an irregular menstrual cycle is an important sign of a disturbance in the reproductive system. The aim of this research is to determine the distribution of class frequency, age, stress level, menstrual cycle and the relationship between stress level and changes in the menstrual cycle at SMA LKMD Abung Timur, North Lampung in 2023.

According to the World Health Organization (WHO) (2015), around one fifth of the world's population are teenagers, and one third are young women aged 10-19 years, and on average have experienced menstruation. Basic health research in 2018 in Indonesia stated that 13.7% of women experienced irregular menstrual cycles in the past year.

This research uses univariate and bivariate analysis using the chi square test. The results of this study show that there is a significant relationship between stress levels and changes in the menstrual cycle with a calculated chi value > chi table, namely $75.15 > 7.81$. A total of 48 female students (60.8%) experienced abnormal menstruation and the majority experienced moderate levels of stress, 33 female students (41.8%). Suggestions for future researchers are expected to serve as a reference and data source, for Pringsewu Muhammadiyah University it is recommended to add student references, and for LKMD high school to provide information media related to the reproductive

*system*Key words: stress level, menstrual cycle, teenagers

Reference : 18 (2013-2022)

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN
PERUBAHAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMA
LKMD ABUNG TIMUR LAMPUNG UTARA
TAHUN 2023

Nama Mahasiswa : EKA WIDIA SARI

NIM : 2022206203151P

MENYETUJUI

Pembimbing I Pembimbing II



Ns. Yusnita, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0225087801

Ns. Desi Kurniawati, M.Kep, Sp.Kep.An
NIDN. 0211128503

HALAMAN PENGESAHAN PENELITIAN

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PERUBAHAN SIKLUS
MENSTRUASI DI SMA LKMD ABUNG TIMUR LAMPUNG UTARA
TAHUN 2023**

Skripsi Eka Widia ini telah diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan dinyatakan lulus pada tanggal: 22 Januari 2024

MENGESAHKAN

Tim Penguji :

Penguji Utama : Ns. Nuria Mullani, M.Kep.Sp.Kep.I
NIDN : 0214098602

(.....)

Penguji Anggota 1 : Ns. Yushita S.Kep..M.Kes
NIDN. 0225087801

(.....)

Penguji Anggota 2 : Ns. Desi Kurniawati, M.Kep.Sp.Kep.An
NIDN. 0211128503

(.....)



Ketua Program Studi

Ns. Rita Sari, M. Kep, Ph.D
NIDN: 0222087403

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Pringsewu



Eliot Nurvati, M. Epid, Ph.D
NIDN: 0215117601

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eka Widia Sari
NIM : 2022206203151P
Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Menyatakan bahwa semua yang tertulis dalam skripsi sesuai dengan sumber dan penulisannya mengikuti kaidah-kaidah penulisan ilmiah. Jika dikemudian hari ditemukan adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan yang berlaku.

Sidomukti, 17 Januari 2024

Penulis

Eka Widia Sari

NPM: 2022206203151P

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas Akademik Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eka Widia Sari

NIM : 2022206203151P

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Jenis karya : Skripsi

Judul : Hubungan Tingkat Stres Dengan Perubahan Siklus Menstruasi Di SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara Tahun 2023

Guna membangun ilmu pengetahuan, menyetujui memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung tanpa menuntut ganti rugi berupa materi atas karya ilmiah saya yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Perubahan Siklus Menstruasi Di SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara Tahun 2023” Dengan pernyataan ini Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu berhak menyimpan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak atas karya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di Sidomukti
Tanggal: Januari 2024
Yang menyatakan

Eka Widia Sari
NIM. 2022206203151P

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kesehatan, kesabaran, dan rasa syukur kepada saya sehingga saya diberikan kelancaran dan kemudahan dalam penyusunan Laporan Skripsi dengan judul Hubungan Tingkat Stress Dengan Perubahan Siklus Menstruasi Di SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara Tahun 2023.
2. Kepada Ns.Yusnita,S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing I dan Ns. Desi Kurniawati,M.Kep.,Sp.Kep An selaku pembimbing II serta Ns. Nuria Muliani M.Kep.Sp.Kep.J selaku penguji utama yang telah sabar dan memberikan arahan dan bimbingan selama proses penyelesaian skripsi ini
3. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Parmuji dan Ibu Lasmi, yang sangat aku cintai dan aku sayangi, terimakasih yang sangat tulus ku ucapkan atas segala kasih sayang, dukungan, motivasi, nasehat yang selalu beliau berikan untukku serta doa yang selalu mengiringi disetiap langkahku dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Adikku tercinta arifa apriyaningsih serta teman terdekat Rizal Abi Islahudin yang selalu mendukung, serta memberikan doa dan mendampingi serta membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Temanku Erlin Puja Swastika terimakasih udah selalu ada dalam keadaan susah maupun senang, yang selalu memberikan motivasi, menjadi pendengar yang baik, dan telah membantu dalam penyelesaian skripsi. Kehadiranmu menunjukkan arti dari kata teman yang sesungguhnya.
6. Ibu kepala sekolah, serta staff yang ada di SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara yang telah bersedia menjadi tempat penelitian
7. Rekan rekan Klinik Sri Murniati Medika yang selalu pengertian dan memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
8. Almamater fakultas kesehatan universitas muhammadiyah pringsewu yang saya cintai dan saya banggakan.

MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(– Al Baqarah 286)

“Dan tidak ada sukses bagiku melainkan dengan (pertolongan) Allah “

(Qs. Hud : 88)

“Jangan menjelaskan dirimu kepada siapa pun karena yang menyukaimu tidak butuh itu dan yang membencimu tidak percaya itu.”

(Eka Widia Sari)

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Eka Widia Sari
Nim : 2022206203151p
Tempat/ Tanggal Lahir : Sidomukti, 14 april 2000
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Status Mahasiswa : S1 keperawatan konversi
Alamat : Sidomukti,RK 02 RW 07 Kec. Abung Timur Kab.
Lampung Utara. Lampung.

Riwayat pendidikan

1. TK (2006-2007) : TK Dharma Wanita 2
2. SD (2007-2013) : SDN 02 Sidomukti
3. SMP (2013-2016) : SMP LKMD Abung Timur
4. SMA (2016-2019) : SMAN 1 Abung Semuli
5. D III (2019-2023) : Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

6. S1 (2023) : Saat ini tercatat sebagai mahasiswa Universitas Muhammadiyah Pringsewu

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu. Adapun judul dari penelitian ini adalah “Hubungan Tingkat Stress Dengan Perubahan Siklus Menstruasi Di SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara Tahun 2023”. Dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih Kepada :

1. Ibu Ns. Arena Lestari, M.Kep.,Sp.Kep J.,Ph.D selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung.
2. Ibu Elmi Nuryati, M.Epid, Ph. D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung.
3. Ibu Ns. Rita Sari,M.Kep, Ph.D selaku Ketua Prodi S.1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung sekaligus pembimbing II dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Ns.Yusnita S,Kep.,M.Kes selaku pembimbing I dan Ibu Ns.Desi Kurniawati M.Kep.,Sp.Kep.An selaku pembimbing II dalam proses penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Ns.Desi Kurniawati M.Kep.,Sp.Kep.An selaku pembimbing II dalam proses penyusunan skripsi ini
6. Ns. Nuria Muliani M.Kep.Sp.Kep.J selaku penguji utama yang telah memberikan masukan kepada penulis
7. Dosen dan Staff Universitas Muhamadiyah Pringsewu yang telah membimbing dalam pembuatan skripsi ini semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagaimana mestinya semoga kita semua selalu dalam lindungan Allah SWT Amin.

Sidomukti,17 Januari 2023

Eka Widia Sari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRAK	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
PENGESAHAN PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN.....	vii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
RIWAYAT HIDUP PENULIS	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan penelitian.....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Teori.....	7
B. Kerangka Teori.....	30
C. Kerangka Konsep	31
D. Hipotesis.....	31

BAB III METODE PENELITIAN.....	32
A. Jenis Dan Desain Penelitian	32
B. Variabel Penelitian	32
C. Definisi Operasional.....	33
D. Populasi Dan Sampel	35
E. Tempat Dan Waktu Penelitian	37
F. Etika Penelitian	37
G. Instrument Penelitian Dan Metode Pengumpulan Data	39
H. Metode Pengumpulan Data	39
I. Validitas Dan Reliabilitas	40
J. Metode Pengolahan Dan Analisa Data	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	45
B. Hasil Penelitian	46
C. Pembahasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	58
Lampiran 1. Kuisisioner Penelitian	61
Lampiran 2 . Lembar Kuisisioner Tingkat Stress	62
Lampiran 3. Surat Pernyataan	64
Lampiran 4. Form Pengajuan Judul Skripsi.....	65
Lampiran 5. Permohonan Izin Pra Survey & Penelitian	66
Lampiran 6. Persetujuan Komisi Etik	67

Lampiran 7. Hasil Data Primer Dari Kuisisioner Tingkat Stress	68
Lampiran 8. Hasil Data Primer Berdasarkan Umur Dan Kelas	71
Lampiran 9. Hasil Data Primer Dari Kuisisioner Siklus Menstruasi.....	73
Lampiran 10. Hasil Data hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi.....	75
Lampiran 11. Lembar Konsultasi.....	76
Lampiran 12. lembar konsultasi pembimbing I	77
Lampiran 13. lembar Konsultasi Pembimbing II.....	79