

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 SUMEDANG**

*Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
di Universitas Pendidikan Indonesia*



Oleh :

Salma Fauziyah Kamilah

NIM : 1902415

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS SUMEDANG**

2022

Salma Fauziyah Kamilah, 2022

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI
SMKN 2 SUMEDANG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 SUMEDANG**

Oleh :

Salma Fauziyah Kamilah

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan

© Salma Fauziyah Kamilah
Universitas Pendidikan Indonesia
2022

Hak cipta dilindungi undang-undang
Karya tulis ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya tau sebagian dengan dicetak ulang, difotocopi, atau cara lainnya tanpa izin penulis.

i

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Salma Fauziyah Kamilah

NIM : 1902415

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Institusi : Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil saya sendiri dan bukan mengambil dari tulisan orang lain atau pikiran yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Sumedang, Juni 2022

Pembuat Pernyataan

Salma Fauziyah Kamilah

NIM. 1902415

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah oleh Salma Fauziah Kamilah NIM 1902415 dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMKN 2 Sumedang”, telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang untuk diujikan.

Sumedang, Juni 2022

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Drs. Akhmad Faozi, M.Si.
NIP. 196208031984021001



Ns. Sri Wulan Lindasari, M.kep
NIP. 020060819800831201

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh Salma Fauziyah Kamilah NIM. 1902415 dengan judul Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMKN 2 Sumedang, telah dipertahankan di depan dewan penguji Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal bulan 2022.

Dewan Penguji

Ketua Penguji,



Dedah Ningrum, SKM, MKM

NIP. 197101081993032002

Penguji Anggota 1



Drs. Akhmad Faozi, M.Si.

NIP. 196208031984021001

Penguji Anggota II



Sri Wulan Lindasari, M.Kep.,Ners

NIP. 020060819800831201

Mengetahui

Ketua Prodi D-III Keperawatan



Dewi Dolifah, M.Kep.,Ners

NIP. 197501202000032001

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMKN 2 Sumedang”** dengan tepat pada waktunya. Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia program studi D3 Keperawatan.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan maksimal. Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M. Ed selaku Direktur Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.
2. Ibu Ns. Dewi Dolifah, M. Kep sebagai Ketua Program Studi DIII Keperawatan UPI Kampus di Sumedang.
3. Bapak Drs. Akhmad Faozi, AMK, M.Si selaku pembimbing utama yang telah membimbing dan memberi dukungan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini hingga selesai tepat waktu.
4. Ibu Ns. Sri Wulan Lindasari, M. Kep selaku pembimbing pendamping yang telah membimbing dan memberi dukungan dalam sistematika penulisan karya tulis ilmiah ini hingga selesai tepat waktu.
5. Kepada kedua orangtua tercinta yang paling berjasa yang selalu memberikan semangat, dukungan, motivasi, doa dan kasih sayang sehingga penulis bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. AONACA'19 dan teman-teman angkatan 2019 yang telah bersama-sama berjuang hingga titik ini.
7. Sahabat yang penulis sayangi Siti Herani dan Raisya Wida Auliana yang telah banyak memberikan semangat dan dukungan serta doa sehingga penulis bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

8. Teman-teman Gofood tercinta Lilis, Tiara, Bunga, Melia, Fujiawati, dan Karina yang selalu ada disaat senang dan susah, yang selalu memberikan dukungan dan motivasi, yang sama-sama berjuang saling menyemangati sehingga penulis bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Dengan segala keterbatasan, penulisan Karya Tulis Ilmiah ini tidak luput dari kekurangan, penulis berharap proposal penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Penulis juga mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi menyempurnakan karya tulis ilmiah ini.

Sumedang, Juni 2022

Penyusun

Salma Fauziyah Kamilah

NIM: 1902415

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 2 SUMEDANG

ABSTRAK

Latar Belakang: Pada masa pandemi dengan melakukan pembelajaran daring banyak siswa siswi yang mengeluh kurang memahami materi serta tugas-tugas yang diberikan sehingga menyebabkan stres pada siswi yang dapat mempengaruhi terhadap pola siklus menstruasi. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMKN 2 Sumedang. Stres merupakan suatu kondisi dimana kondisi tubuh terganggu karena tekanan psikologis. Siklus menstruasi merupakan tanda mekanisme kematangan organ reproduksi yang dipengaruhi oleh hormon tubuh. **Metode Penelitian:** Desain penelitian menggunakan kuantitatif korelasional. Pengumpulan data menggunakan kuisioner *Perceived Stress Scale* (PSS) dan kuisioner siklus menstruasi. Sampel berjumlah 84 responden. Teknik sampel yang digunakan yaitu nonprobability sampling. **Hasil Penelitian:** Sebagian besar dari responden mengalami stres sedang yaitu berjumlah 54 (64%), responden yang mengalami stres berat berjumlah 19 (23%), dan responden yang mengalami stres ringan yaitu berjumlah 11 (13%). Sebagian besar responden mengalami siklus menstruasi normal yaitu berjumlah 46 (55%), responden yang mengalami siklus menstruasi polimenorea yaitu berjumlah 38 (45%), dan tidak ada responden yang mengalami siklus menstruasi oligomenorea. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi berdasarkan uji statistik uji *Chi Square* dengan *p value* = 0,004. **Saran:** Diharapkan kepada institusi terkait untuk memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi agar para remaja putri lebih menyadari pentingnya mengetahui informasi terkait siklus menstruasi dan akibat dari stres yang dapat mempengaruhi menstruasi.

Kata Kunci: Remaja, Siklus menstruasi, Tingkat stres

THE CORRELATION BETWEEN STRESS LEVELS AND MENSTRUAL CYCLE DISORDERS IN TEENAGE GIRLS AT SMKN 2 SUMEDANG

ABSTRACT

Background: During the pandemic by conducting online learning, many female students complained that they did not understand the material and the tasks given, causing stress in female students which could affect menstrual cycle patterns. **Research Objectives:** To find out the correlation between stress levels and menstrual cycles in young women at SMKN 2 Sumedang. Stress is a condition in which the condition of the body is disturbed due to psychological pressure. The menstrual cycle is a sign of the mechanism of maturity of the reproductive organs that are influenced by the body's hormones. **Research Methods:** The design of the study used correlational quantitative. Data collection used a Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire and a menstrual cycle questionnaire. The sample was 84 respondents. The sample technique used is nonprobability sampling. **Research Results:** Most of the respondents experienced moderate stress, totaling 54 (64%), respondents who experienced severe stress were 19 (23%), and respondents who experienced mild stress were 11 (13%). Most respondents experienced a normal menstrual cycle of 46 (55%), respondents who experienced a polymenorrhea menstrual cycle of 38 (45%), and none of the respondents experienced an oligomenorrhea menstrual cycle. **Conclusion:** There is a correlation between stress levels and the menstruation cycle based on the Chi Square test statistical test with p value = 0.004. **Suggestion:** It is expected for relevant institutions to provide information related to reproductive health, especially about menstruation so that young women are more aware of the importance of knowing information related to the menstrual cycle and the consequences of stress that can affect menstruation.

Keywords: Adolescents, Menstrual cycles, Stress levels

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
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
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Menstruasi.....	5
2.1.1 Definisi Menstruasi.....	5
2.1.2 Siklus Menstruasi.....	5

2.1.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi.....	7
2.2	Konsep Stres	8
2.2.1	Definisi Stres	8
2.2.2	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres	8
2.2.3	Tingkat Stres.....	9
2.3	Konsep Remaja.....	10
2.3.1.	Definisi Remaja	10
2.3.2.	Tahapan Remaja	10
2.3.3.	Perubahan pada Pubertas Remaja.....	11
2.4	Kerangka Teori Penelitian	14
2.5	Kerangka Konsep Penelitian.....	15
BAB III METODE PENELITIAN		16
3.1	Desain Penelitian	16
3.2	Partisipan	16
3.3	Populasi dan Sampel.....	16
3.3.1	Populasi	16
3.3.2	Sampel	16
3.3.3	Definisi Operasional.....	17
3.4	Lokasi dan Waktu Penelitian	18
3.5	Instrumen Penelitian	18
3.5.1.	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	18
3.6	Prosedur Penelitian	19
3.7	Pengolahan Data	19
3.8	Analisis Data.....	21
3.9	Etika Penelitian	21

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	23
4.1 Hasil Penelitian	23
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	23
4.2 Analisa Univariat	23
4.2.1 Gambaran Demografi Responden	23
4.2.2 Gambaran Tingkat Stres	24
4.2.3 Gambaran Siklus Menstruasi.....	24
4.3 Analisa Bivariat	25
4.3.1 Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMKN 2 Sumedang	25
4.4 Pembahasan	26
4.4.1. Pembahasan Univariat	26
4.4.2. Pembahasan Bivariat	27
4.5 Keterbatasan Penelitian	28
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	29
5.1 Kesimpulan	29
5.2 Saran	29
5.2.1. Bagi Institusi Terkait	29
5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya	29
DAFTAR PUSTAKA	30
LAMPIRAN.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Penelitian	14
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian	15

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	17
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas	22
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	23
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres	23
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi.....	24
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMKN 2 Sumedang	24
Tabel 4.6 Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMKN 2 Sumedang	25

LAMPIRAN

Lampiran 1 Timeline Penyusunan KTI	31
Lampiran 2 Surat Izin Pengambilan Data Penelitian	32
Lampiran 3 Lembar Konsultasi Bimbingan (Pembimbing 1)	33
Lampiran 4 Lembar Konsultasi Bimbingan (Pembimbing 2)	35
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian	38
Lampiran 6 Lembar Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS)	39
Lampiran 7 Lembar Kuesioner Siklus Menstruasi	41
Lampiran 8 Tabulasi Data Demografi	42
Lampiran 9 Tabulasi Data Tingkat Stres	45
Lampiran 10 Tabulasi Data Siklus Menstruasi	49

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh, N. (2010). *Kesehatan reproduksi remaja*.
- Armayanti, L. Y., & Damayanti, P. A. R. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Media Kesehatan*, 14(1), 75–87. <https://doi.org/10.33088/jmk.v14i1.630>
- Batubara, J. R. L. (2010). Adolescent Development. *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Hazanah, S., Shoufiah, R., & Nurlaila, H. (2013). Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Usia 18-21 Tahun. *Jurnal Husada Mahakam*, III(9), 319–387.
- Ilmi, A. F., & Selasmi, E. W. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 6 Tangerang Selatan. *Edu Masda Journal*, 3(2), 175. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v3i2.39>
- Islamy, A., & Farida, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.13-18>
- Jannah, M. (2016). Remaja dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 243–256.
- Martini, S., Putri, P., & Caritas, T. (2021). Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Masa Pandemi COVID- 19 di SMA Muhammadiyah 2 Palembang. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(1), 17–23.
- Nainggolan, B. W. M., & Sukatendel, K. (2021). Hubungan antara Faktor Stres dan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.32734/scripta.v3i1.6585>
- Nur, S. E. P. N. (2018). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Pola Menstruasi Pada Siswi Kelas I di SMAN 1 Makassar 2017*.
- Pangestika, G., Lestari, D. R., & Setyowati, A. (2018). Stres dengan Kualitas Tidur

- pada Remaja. *Dunia Keperawatan*, 6(2), 107–115.
<https://doi.org/10.20527/dk.v6i2.4412>
- Pratama, Y. W., Hasymi, Y., & Nurlaili. (2021). Gambaran Tingkat Stres Remaja pada Masa Pandemi COVID-19 di SMKN 3 Kota Bengkulu. *Seminar Nasional Kesehatan Abdurrahman Dan Seminar Hasil Penelitian*.
- Sari, E. P. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perubahan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Dharma Husada Pekanbaru Tahun 2019*. 27, 417–429.
- Selviana, S. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Siklus Menstruasi pada Siswi SMA Negeri 12 Maros. *An Idea Health Journal*, 1(1), 26–28.
<https://doi.org/10.53690/ihj.v1i1.16>
- Tombakan, K. C., Pangemanan, D. H. C., & Engka, J. N. A. (2017). Hubungan antara stres dan pola siklus menstruasi pada mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal E-Biomedik*, 5(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.5.1.2017.15978>
- Wardani, P. K., Fitriana, & Casmi, S. C. (2021). Hubungan siklus menstruasi dan usia menarche dengan Dismenor Primer pada siswi kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(1), 1–10.
- Yolandiani, R. P., Fajria, L., & Putri, Z. M. (2020). Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja: Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 68(02), 1–10.
- Yuliati, L. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Mahasiswa Akademi Kebidanan Delima Persada Gresik Tahun 2018. *Jendela Kesehatan*, 3(2), 339–345.