



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
ANGKATAN 2017**

SKRIPSI

Triyani Agustin

1561050030

**FAKULTASKEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2018**



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
ANGKATAN 2017**

**SKRIPSI
PENELITIAN**

**Diajukan Ke Fakultas Kedokteran UKI
Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran**

**Triyani Agustin
1561050030**

**FAKULTASKEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2018**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA ANGKATAN 2017**

**Diajukan Ke Fakultas Kedokteran UKI
Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran**

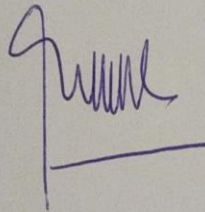
Disusun Oleh :

Triyani Agustin

1561050030

Telah disetujui oleh Pembimbing

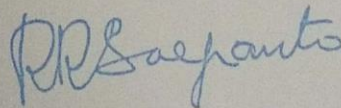
19/11/2018



(dr. Luana Nantingkash Achmad, Sp.KJ)

NIP : 051589

Mengetahui,



(Prof. Rondang Soegianto, PhD.)

Ketua Tim Skripsi

NIP: 991460

PERNYATAAN ORISINALITAS

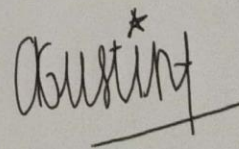
Nama Mahasiswa : Triyani Agustin

NIM : 1561050030

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa Skripsi berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2017” adalah betul-betul karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam Skripsi tersebut telah diberi tanda *citation* dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Jakarta, 16 November 2018
Yang membuat pernyataan,

A handwritten signature in black ink that reads "Agustin" with a small star above the letter 'i'. A horizontal line is drawn underneath the signature.

(Triyani Agustin)
1561050030

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

Sebagai sivitas akademik Universitas Kristen Indonesia, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Triyani Agustin

NIM : 1561050030

Program Studi : S1

Fakultas : Kedokteran

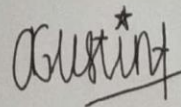
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Indonesia bebas royalti noneksklusif (*Non-Exclusive royalty free right*) atas karya ilmiah yang berjudul: HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA ANGKATAN 2017. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti non eksklusif Universitas Kristen Indonesia berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 17 November 2018

Yang menyatakan



Triyani Agustin
(1561050030)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala berkah karunia, rahmat, dan nikmat yang dilimpahkan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi, sebagai syarat kelengkapan kelulusan sarjana kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

Dalam proses penulisan, dari judul hingga tersusunnya skripsi ini, saya telah dapat menerima banyak bimbingan, bantuan, dan dukungan, serta saran-saran yang berharga sehingga pada kesempatan ini saya menyampaikan rasa hormat dan penghargaan kepada:

1. Dr.dr.Robert Hotman Sirait, Sp.An selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
2. Prof. Rondang R. Soegianto,PhD dan seluruh tim skripsi yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.
3. dr.Luana Nantingkaseh Achmad, Sp.KJ selaku dosen pembimbing atas kesediaannya untuk meluangkan banyak waktu, memberikan nasihat, bimbingan, saran dan kritik yang bermanfaat dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. dr.Ati Rachmiawati,MS yang telah bersedia menjadi penguji dalam sidang skripsi ini.
5. Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia sebagai instansi yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk melakukan penelitian pada mahasiswi angkatan 2017.

6. Terimakasih untuk kedua orangtua saya atas doa, perhatian, semangat, kesabaran, kasih sayang dan dukungan yang telah diberikan sampai saat ini.
7. Terimakasih untuk kakak dan adik serta seluruh keluarga yang telah memberikan doa ,dukungan dan bantuan dalam penulisan skripsi ini.
8. Sahabat seperjuangan, Ria Anggraeni Lubis, Maharani, Nadhira Yuisi Cheda, Risna Ningsih, Theresia Onanggela dan seluruh Mahasiswa FK UKI 2015. Terimakasih atas doa, saran, bantuan dan dukungan yang diberikan kepada saya dalam penulisan skripsi.
9. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu – persatu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna.Oleh karena itu, saya sangat mengharapkan masukan dan kritik yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang.Semoga penelitian ini bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan, serta dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya.

Jakarta,17 November 2018

Triyani Agustin

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah.....	2
I.3 Tujuan.....	3
I.4Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
II.1 Tinjauan Umum Tentang Stres.....	4
II.1.1 Definisi Stres.....	4
II.1.2 Jenis-jenis Stres	5
II.1.3 Klasifikasi Stres.....	5
II.1.4 Gejala Stres	6
II.1.5 Tingkat Stres.....	6
II.1.6 Faktor Penyebab Stres.....	8
II.1.7 Tahapan Stres	9
II.1.8 Fisiologi Stres	10
II.1.9 Respon Terhadap Stressor	11

II.2 Tinjauan Umum Tentang Stres Akademik	12
II.2.1 Definisi Stres Akademik.....	12
II.2.2 Faktor Penyebab Stres Akademik.....	12
II.3 Cara Menilai Stres	14
II.4 Tinjauan Umum Tentang Menstruasi	15
II.4.1 Definisi Menstruasi	15
II.4.2 Siklus Menstruasi	15
II.4.3 Fase Siklus Menstruasi.....	16
II.4.4 Hormon Yang Mengatur Siklus Menstruasi	17
II.4.5 Gangguan Dalam Siklus Menstruasi.....	18
II.5 Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi.....	21
II.6 Kerangka Teori.....	23
II.7 Kerangka Konsep	24
II.8 Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	
III.1 Desain Penelitian	25
III.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
III.2.1 Waktu Penelitian	25
III.2.2 Tempat Penelitian.....	25
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
III.3.1 Populasi Penelitian	25
III.3.2 Sampel Penelitian.....	26
III.4 Kriteria Penelitian	27
III.4.1 Kriteria Inklusi	27
III.4.2 Kriteria Eksklusi.....	27
III.5 Identifikasi Variabel.....	27
III.5.1 Variabel Dependen	27
III.5.2 Variabel Independen.....	27

III.6 Definisi Operasional	28
III.7 Alur Penelitian	29
III.8 Alat dan Bahan Penelitian	29
III.9 Prosedur Pengambilan Data	30
III.10 Pengolahan Data	31
III.11 Analisis Data.....	31
III.11.1 Analisis Univariat.....	31
III.11.2 Analisis Bivariat	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
IV.1 Hasil dan Pembahasan Karakteristik Responden	33
IV.2 Hasil Analisis Univariat	34
IV.3 Hasil Analisis Bivariat	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
V.1 Kesimpulan.....	39
V.2 Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41
BIODATA MAHASISWA	43
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

Tabel III.1	Definisi Operasional Penelitian	28
Tabel IV.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Responden	33
Tabel IV.2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Menarche Responden...	34
Tabel IV.3	Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi 3 Bulan Terakhir	35
Tabel IV.4	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden.....	35
Tabel IV.5	Distribusi Frekuensi Sumber Stressor Responden.....	36
Tabel IV.6	Hubungan Tingkat Stres Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Kerangka Teori	23
Gambar II.2 Kerangka Konsep	24

ABSTRAK

Siklus menstruasi adalah jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya. Salah satu faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi adalah stres. Stres merangsang *hypothalamus-pituitary-adrenalcortex* aksis sehingga dihasilkan hormon kortisol. Hormon kortisol menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal termasuk hormon reproduksi yang mempengaruhi siklus menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2017. Penelitian dilakukan pada bulan November 2018. Penelitian ini merupakan penelitian survey analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, sehingga didapatkan 52 responden yang sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner MSSQ untuk mengukur stres dan kuesioner. Analisis data menggunakan *Chi-square test* dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 35 dari 52 responden yang mengalami stress ringan, sedang, berat dan sangat berat memiliki siklus menstruasi yang normal (67.3%). Hasil analisis data diperoleh $p = 0.006$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2017.

Kata kunci : stres, siklus menstruasi

ABSTRACT

Menstrual cycle is a distance between the first day of menstruation to the first day of next menstruation. One of the factors that influence the menstrual cycle is stress. Stress stimulates hypothalamus-pituitary-adrenal cortex axis to produce cortisol hormone. Cortisol hormone causes hormonal imbalance including the reproductive hormones that affect the menstrual cycle. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and regularity of menstrual cycle in female students of Faculty of Medicine, Indonesian Christian University class of 2017. It was conducted in November 2018. It was an analytic survey that using cross sectional design. The sampling technique used purposive sampling to get 52 respondents accordance with the specified criteria. The technique of collecting data used questionnaires MSSQ to measure the level of stress and also questionnaires to determine the menstrual cycle. The analysis of data used Chi-square test with significance level of 0.05. The results showed that 35 to 52 respondents who experienced mild, moderate, high and severe stress have normal menstrual cycle (67.3%). The results of the analysis data obtained p-value of 0.006 which indicated that there is significant relationship between the stress level with the regularity menstrual cycle in the female students of Faculty of Medicine, Indonesian Christian University class of 2017.

Keywords : stress, menstrual cycle