



**HUBUNGAN STRES TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA  
ANGKATAN 2017-2020 TAHUN 2021**

**SKRIPSI**

**ESTER JUNI BONITA JS**

**1761050121**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA**

**JAKARTA**

**2021**



**HUBUNGAN STRES TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA  
ANGKATAN 2017-2020 TAHUN 2021**

**SKRIPSI  
PENELITIAN**

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

**Ester Juni Bonita JS  
1761050121**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA  
JAKARTA  
2021**

**HUBUNGAN STRES TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA  
ANGKATAN 2017-2020 TAHUN 2021**

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

**Ester Juni Bonita JS  
1761050121**

Telah disetujui oleh Pembimbing



(Prof. Dr. Dra. Yovita Harmiatun, MS., A.And)

NIP. 181544

Mengetahui,



(DR. Muhammad Alfarabi, SSi, MSi)

Ketua Tim Skripsi

NIP. 131969

Tanggal Ujian : 27 April 2021

Tanggal Lulus : 4 Mei 2021

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama : Ester Juni Bonita JS

NIM : 1761050121

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa Skripsi berjudul “**Hubungan Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2017-2020 Tahun 2021**” 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, 04 April 2021

Yang membuat pernyataan,



(Ester Juni Bonita JS)

NIM: 1761050121

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

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

Nama : Ester Juni Bonita JS

NIM : 1761050121

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Jenis Karya : Skripsi Penelitian

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 Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2017-2020 Tahun 2021”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini 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.

Dibuat di Jakarta

Pada tanggal 04 April 2021

Yang menyatakan,



(Ester Juni Bonita JS)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia yang dilimpahkan-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2017-2020 Tahun 2021” ini dapat terselesaikan. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Kedokteran dan untuk menambah pengetahuan yang berkaitan dengan judul penelitian penulis.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Dr. dr. Robert Hotman Sirait, Sp.An selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia yang telah mengeluarkan kebijakan-kebijakan yang bijaksana dan turut membantu kelancaran proses perkuliahan saya.
2. DR. Muhammad Alfarabi, S.Si, M.Si sebagai ketua Tim Skripsi tahun 2020 beserta anggota Tim Skripsi yang telah mengkoordinir pembagian dosen pembimbing dan Menyusun Buku Pedoman Penulisan dan Penilaian Skripsi sebagai pedoman dalam saya menuliskan skripsi ini.
3. Prof. Dr. Dra. Yovita Harmiatun, MS., A.And sebagai dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk membimbing dan memberi pengarahan dari awal sampai akhir skripsi penelitian ini.
4. Dr. Ronny, Sp.Park selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk menguji dan membimbing skripsi ini.

5. Orang tua penulis, Jaulin Simanjuntak (Ayah) dan Suntia Simbolon (Ibu) yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan moral serta materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini.
6. Lya Marliana JS, Janner Ivo Hot Mario JS, Gerson Prirediktus JS, Firliana Masrinofa selaku saudara penulis yang selalu mendoakan dan memotivasi untuk senantiasa bersemangat.
7. Vio, Andri, David, Ribka, Deba, Patta, Johza, Elis, Tia, Yola, Occa, Deya, Fachrul selaku teman-teman yang memberikan dukungan dan yang sudah mau berjuang bersama penulis.
8. Seluruh keluarga dan teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang selalu memberikan semangat kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, karena terbatasnya kemampuan dan pengalaman penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca. Semoga skripsi penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Jakarta, 04 April 2020



Penulis

(Ester Juni Bonita JS)

“Karena itu Aku berkata kepadamu: apa saja yang kamu  
minta dan doakan, percayalah bahwa kamu telah  
menerima, maka hal itu akan diberikan kepadamu”

**-Markus 11:24**



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>NILAI KRISTIANI</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xii
<b>ABSTRAK</b> .....	xiii
<b>ABSTRACT</b> .....	xiv
<b>BAB I</b> .....	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	2
I.3 Tujuan Penelitian.....	2
I.3.1 Tujuan Umum .....	2
I.3.2 Tujuan Khusus.....	2
I.4 Manfaat Penelitian.....	3
I.4.1 Bagi Peneliti .....	3
I.4.2 Bagi Institusi .....	3
I.4.3 Bagi Masyarakat.....	3

<b>BAB II</b> .....	4
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	4
II. 1 Stres.....	4
II.1.1 Definisi Stres .....	4
II.1.2 Sumber Stres ( <i>Stressor</i> ).....	4
II.1.3 Tingkat Stres.....	5
II.1.4 Reaksi Tubuh Terhadap Stres .....	6
II. 2 Sistem Reproduksi Perempuan .....	8
II. 3 Menstruasi.....	9
II.3.1 Definisi Menstruasi .....	9
II.3.2 Siklus Menstruasi .....	10
II.3.3 Gangguan Siklus Menstruasi.....	14
II.3.4 Gangguan Lama Menstruasi.....	14
II.3.5 Hubungan Stres Terhadap Siklus Menstruasi .....	15
II. 4 Kerangka Teori .....	17
II. 5 Kerangka Konsep.....	17
II. 6 Hipotesis .....	18
<b>BAB III</b> .....	19
<b>METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	19
III. 1 Desain Penelitian .....	19
III. 2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
III.2.1 Tempat.....	19
III.2.2 Waktu .....	19
III. 3 Populasi dan Sampel.....	19
III.3.1 Populasi .....	19
III.3.2 Sampel .....	19
III.4.1 Kriteria Inklusi .....	20

III.4.2 Kriteria Eksklusi .....	20
III. 5 Variabel Penelitian .....	20
III.5.1 Variabel Bebas .....	20
III.5.2 Variabel Terikat .....	20
III. 6 Definisi Operasional .....	21
III. 7 Instrumen Penelitian .....	21
III. 8 Etika Penelitian.....	22
III. 9 Teknik Pengumpulan Data .....	22
III.9.1 Sumber Data .....	22
III.9.2 Prosedur Kerja .....	22
III.9.3 Alur Penelitian.....	23
III. 10 Pengolahan dan Analisis Data .....	24
III.10.1 Pengolahan Data .....	24
III.10.2 Analisis Data.....	24
<b>BAB IV</b> .....	26
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	26
IV.1 Hasil Penelitian.....	26
IV.1.1 Analisis Univariat.....	26
IV.1.2 Analisis Bivariat .....	30
IV.2 Pembahasan .....	31
<b>BAB V</b> .....	38
<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	38
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	39
<b>BIODATA MAHASISWA</b> .....	46
<b>LAMPIRAN</b> .....	47

## DAFTAR TABEL

Tabel III.1	Definisi Operasional .....	25
Tabel IV.1	Karakteristik Usia .....	30
Tabel IV.2	Karakteristik Siklus Menstruasi .....	32
Tabel IV.3	Karakteristik Amenorrhea .....	33
Tabel IV.4	Karakteristik Lama Menstruasi .....	34
Tabel IV.5	Hubungan Stres terhadap Siklus Menstruasi .....	34

## DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Sistem Reproduksi Perempuan.....	11
Gambar II.2 Siklus Menstruasi Perempuan .....	14
Gambar II.3 Hypothalamic-Pituitary-Adrenal (HPA) Axis .....	20
Gambar II.4 Kerangka Teori.....	21
Gambar II.5 Kerangka Konsep .....	21
Gambar III.1 Alur Penelitian.....	27
Gambar IV.1 Prevalensi Kejadian Stres pada Mahasiswa FK UKI .....	31
Gambar IV.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Mahasiswa FK UKI.....	31

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin Releasing Hormone</i>
DASS 42	: <i>Depression Anxiety Stress Scales 42</i>
HPA	: <i>Hypothalamic-Pituitary-Adrenal</i>

## ABSTRAK

Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama mulainya menstruasi hingga datangnya menstruasi periode berikutnya, yang berkisar antara 21-35 hari dengan rata-rata 28 hari. Menstruasi dari seorang perempuan dapat mengalami gangguan, hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah stres. Stres adalah keadaan ketidakseimbangan antara tuntutan hidup dengan kemampuan individu sehingga tubuh merespons secara psikis, fisiologis dan perilaku. Stres merangsang aksis Hipotalamus-Pituitari Adrenal sehingga dihasilkan hormon kortisol. Hormon kortisol menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal termasuk hormon reproduksi yang mempengaruhi siklus menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan stres terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2017-2020 yang dilakukan Tahun 2021. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *crosss sectional*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS 42) dan kuesioner siklus menstruasi. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, dengan total sampel berjumlah 314 mahasiswi sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Hasil Uji Statistik *Chi-Square* didapatkan nilai p adalah 0,049 ( $p < 0,05$ ), yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara stres terhadap terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia (FK UKI) angkatan 2017-2020 Tahun 2021.

**Kata Kunci:** Kortisol, Hipotalamus, Hormonal

## ABSTRACT

The menstrual cycle runs from the first day of the menstrual period until the time of the next period, ranging from 21-35 days to an average of 28 days. A woman's menstrual flow may be impaired, and stress can be a factor. Stress is a state of imbalance between the demands of life and the ability of the individual that make the body responds psychologically, physiologically, and behaviorally. Stress stimulates the hypothalamus-pituitary-adrenal cortex axis and thus produces the hormone cortisol. The hormone cortisol causes hormonal imbalances, including reproductive hormones, which affect the menstrual cycle. The purpose of this study is to learn the relationship between stress and menstrual cycle in the Faculty of Medicine Universitas Kristen Indonesia class of 2017-2020. The study is an analytic observational study with a cross-sectional approach taken in January 2021. The data are collected using *Depression Anxiety Stress Scales* DASS 42 questionnaire and a menstrual cycle questionnaire. Sampling techniques in this study is using purposive sampling, with total 314 students to match the predetermined criteria. The results chi-square test is  $p=0.049$  ( $p < 0.05$ ), which could be concluded that there is a relationship between stress and menstrual cycles in the student of the Faculty of Medicine Christian University of Indonesian generation 2017-2020.

**Keywords:** Cortisol, Hypothalmus, Hormonal