

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWI KEDOKTERAN DI SURABAYA**



Penulis :

Aprilia Mazikhatul Faizah

NIM : 011911133016

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWI KEDOKTERAN DI SURABAYA**



Penulis :

Aprilia Mazikhatul Faizah

NIM : 011911133016

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWI KEDOKTERAN DI SURABAYA**

Skripsi

Untuk memenuhi persyaratan tahap sarjana Program Studi Kedokteran

Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga

Penulis :

Aprilia Mazikhatul Faizah

NIM : 011911133016

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI KEDOKTERAN DI SURABAYA

SKRIPSI

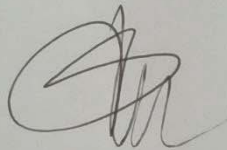
Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Kedokteran di
Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga

Oleh :

APRILIA MAZIKHATUL FAIZAH
NIM. 011911133016

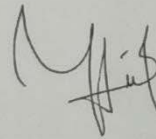
Menyetujui,

Pembimbing Utama



Dr. Sulistiawati, dr., M.Kes
NIP. 196502281990032007

Pembimbing Serta



Indra Yulianti, dr., SpOG(K)
NIP. 197507042006042038

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA

2022

iii

iii

LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI
HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI KEDOKTERAN DI SURABAYA

SKRIPSI

Oleh :

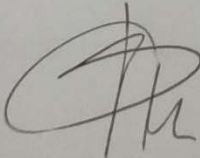
APRILIA MAZIKHATUL FAIZAH
NIM. 011911133016

Disetujui dan diterima setelah diuji oleh
Tim Penguji Program Studi Kedokteran
Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya
Surabaya, 7 Desember 2022

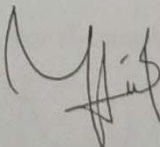
Menyetujui,
Ketua Penguji


Dr. Jimmy Yanuar Annas, dr., SpOG(K)
NIP. 197701202008011001

Pembimbing Utama


Dr. Sulistiawati, dr., M.Kes
NIP. 196502281990032007

Pembimbing Serta


Indra Yuliati, dr., SpOG(K)
NIP. 197507042006042038

**LEMBAR PERSETUJUAN KOORDINATOR PROGRAM STUDI
KEDOKTERAN**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI KEDOKTERAN DI SURABAYA**

SKRIPSI

Oleh :

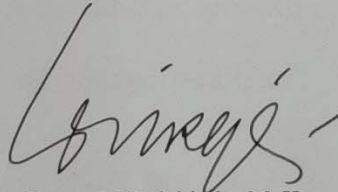
APRILIA MAZIKHATUL FAIZAH

NIM. 011911133016

Disetujui dan diterima setelah diuji oleh
Tim Penguji Program Studi Kedokteran
Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya
Surabaya, 7 Desember 2022

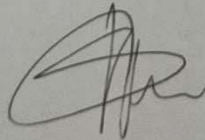
Menyetujui,

Koordinator Program Studi Kedokteran



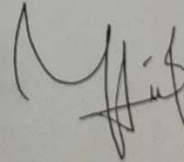
Dr. Purwo Sri Rejeki, dr., M. Kes
NIP. 197506122005012003

Pembimbing Utama



Dr. Sulistiawati, dr., M.Kes
NIP. 196502281990032007

Pembimbing Serta



Indra Yuliati, dr., SpOG(K)
NIP. 197507042006042038

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya :

Nama : Aprilia Mazikhatul Faizah
Tempat & Tanggal Lahir : Ngawi, 11 April 2001
NIM : 011911133016
Fakultas : Kedokteran
Jenjang : Sarjana (S1)
Alamat e-mail : aprilia.mazikhatul.faizah-2019@fk.unair.ac.id
No. Telepon : 082137439094
Judul Karya Akhir : **Hubungan Tingkat Stres dan Siklus Menstruasi**

pada Mahasiswi Kedokteran di Surabaya

Menyatakan bahwa dokumen ilmiah skripsi yang saya buat benar-benar hasil karya saya sendiri dan tidak terdapat bagian dari karya yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/Lembaga lain, kecuali yang tertulis di sitasi dalam dokumen ini dan disebutkan sumbernya secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan ini saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila di kemudian hari terbukti merupakan suatu plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi sesuai yang telah ditetapkan.

Surabaya, 27 Desember 2022



Aprilia Mazikhatul Faizah
NIM.011911133016

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat limpahan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kedokteran di Surabaya”. Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar semata – mata tidak hanya karena usaha penulis sendiri, melainkan bantuan tulus dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Sulistiawati, dr., M.Kes selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu untuk memberi bimbingan, motivasi, semangat, dan saran yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
2. Indra Yulianti, dr., SpOG(K) selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu untuk memberi bimbingan, motivasi, semangat, dan saran yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
3. Dr. Jimmy Yanuar Annas, dr., SpOG(K) selaku penguji yang telah memberikan masukan dan saran agar skripsi saya menjadi lebih baik lagi.
4. Seluruh responden yang telah bersedia membantu untuk ikut serta dalam penelitian sehingga penelitian untuk skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
5. Seluruh jajaran dekanat, dosen/pengajar beserta staf sekretariat Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmu dan pengarahan selama menjalani perkuliahan.
6. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan doa, cinta, dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Teman – teman serta sahabat penulis yang selalu memberikan doa, dukungan, dan semangat selama menjalani perkuliahan, penelitian, hingga skripsi ini selesai.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan, dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, namun penulis berharap dapat bermanfaat bagi pembaca.

Surabaya, 29 Oktober 2022

Penulis

RINGKASAN

Stres merupakan respon nonspesifik generalisata tubuh terhadap setiap faktor yang mengancam kemampuan kompensasi tubuh untuk mempertahankan homeostasis. Respon stres akut pada individu muda yang sehat mungkin adaptif dan biasanya tidak mengganggu kesehatan. Namun, jika ancamannya tidak kunjung reda, efek jangka panjang dari stresor dapat merusak kesehatan, salah satunya berdampak pada siklus menstruasi yang menjadi tidak teratur. Ketidakteraturan siklus menstruasi merupakan indikator penting dari masalah kesehatan saat ini maupun potensi masalah kesehatan yang akan datang. Satu teori yang menjelaskan mekanisme stres yang mempengaruhi siklus menstruasi melibatkan aksis HPA. Teori ini menyatakan bahwa penurunan aktivitas aksis HPA menyebabkan terjadinya menopause. Ketika tingkat stres tinggi, aktivitas aksis HPA terganggu. Dengan demikian, wanita yang menderita stres berat mungkin mengalami lebih banyak ketidakteraturan menstruasi daripada mereka yang tidak stres.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres dan siklus menstruasi pada Mahasiswi Kedokteran di Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan metode *cross sectional* dengan menggunakan data primer yang diperoleh dari kuesioner DASS-21 dan kuesioner identitas diri serta siklus menstruasi. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswi salah satu fakultas kedokteran di Surabaya angkatan 2019. Sampel penelitian ini sebanyak 100 mahasiswi yang memenuhi kriteria inklusi serta eksklusi yang diperoleh dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. Variabel yang diteliti pada penelitian ini merupakan tingkat stres dan siklus menstruasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres normal (tidak stres) yaitu sebesar 75.0%. Responden yang memiliki tingkat stres ringan sebesar 15.0% dan stres sedang sebesar 10.0%. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi dalam rentang normal (71.0%), sedangkan responden yang memiliki siklus menstruasi diluar rentang normal cukup banyak sebesar 29.0%. Hasil uji statistik menggunakan uji korelasi *rank Spearman* didapatkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.169 (>0.05), yang menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat stres dan siklus menstruasi tidak signifikan atau tidak berarti.

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan siklus menstruasi pada mahasiswa kedokteran di Surabaya. Penelitian serupa disarankan untuk dilakukan termasuk meneliti faktor – faktor lain yang berhubungan dengan stres maupun gangguan siklus menstruasi.

Kata Kunci : Tingkat stres, siklus menstruasi, mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

Background : *Stress is a generalized nonspecific response of the body to any factor that threatens the body's compensation to maintain homeostasis. The acute stress response in healthy young individuals is adaptable and usually does not impair health. However, if the threat does not go away, the long-term effects of stress can be detrimental to health, one of which has an impact on irregular menstrual cycles. Menstrual cycle irregularity is an important indicator of current and potential health problems.*

Objective : *This study aims to analyze the relationship between stress levels and menstrual cycle in medical students in Surabaya.*

Methods : *This study is an observational analytic study with cross sectional method using primary data obtained from the DASS-21 questionnaire and the self-identity questionnaire and the menstrual cycle. The population of this study is a student from one of the medical faculties in Surabaya batch 2019. The sample of this study was 100 female students who met the inclusion and exclusion criteria obtained using the consecutive sampling technique. The variables studied in this study were the level of stress and the menstrual cycle.*

Results : *The results showed that most of the respondents had a normal stress level (not stress), which was 75.0%. Respondents who have mild stress levels are 15.0% and moderate stress are 10.0%. The results also showed that most of the respondents had menstrual cycle in the normal range (71.0%), and abnormal range are 29.0%. The results of statistical tests using the Spearman rank correlation test obtained the value of Sig. (2-tailed) of 0.169 (>0.05), which indicates that the relationship between stress levels and menstrual cycle is not significant.*

Conclusion : *There is no significant relationship between stress levels and menstrual cycle length in medical students in Surabaya. Similar research is suggested to be carried out, including examining other factors related to stress and menstrual cycle disorders.*

Keywords : *Stress level, menstrual cycle, medical students*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI	iv
LEMBAR PERSETUJUAN KOORDINATOR PROGRAM STUDI KEDOKTERAN	v
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
RINGKASAN	x
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II.....	6
TUNJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Stres.....	6
2.1.1 Pengertian Stres	6
2.1.2 Etiologi Stres.....	7
2.1.3 Epidemiologi Stres.....	8
2.1.4 Patofisiologi Stres	8
2.1.5 Klasifikasi Stres	10
2.1.6 Tingkat Stres dan Gejala Stres	10

2.1.7	Pengukuran Tingkat Stres	11
2.1.8	Penanganan Stres	14
2.2	Menstruasi	15
2.2.1	Pengertian Menstruasi	15
2.2.2	Siklus Menstruasi	15
2.3	Hubungan Stres dan Siklus Menstruasi.....	19
2.4	Hubungan Obesitas dan Siklus Menstruasi	20
BAB III		23
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN		23
3.1	Kerangka Konseptual	23
3.2	Hipotesis Penelitian.....	25
BAB IV		26
METODE PENELITIAN.....		26
4.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	26
4.1.1	Jenis Penelitian	26
4.1.2	Rancangan Penelitian	26
4.2	Populasi, Besar Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	26
4.2.1	Populasi Penelitian	26
4.2.2	Sampel Penelitian	26
4.2.3	Besar Sampel Penelitian	27
4.2.4	Teknik Pengambilan Sampel	27
4.3	Variabel Penelitian	27
4.3.1	Klasifikasi Variabel	27
4.3.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian	27
4.4	Bahan Penelitian.....	29
4.5	Instrumen Penelitian.....	29
4.5.1	Identitas Diri dan Panjang Siklus Menstruasi.....	29
4.5.2	Kuesioner DASS-21	30
4.6	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
4.7	Prosedur Penelitian.....	32
4.8	Kerangka Operasional Penelitian	33
4.9	Cara Mengolah dan Menganalisis Data	33
4.9.1	Pengolahan Data	33
4.9.2	Analisis Data	34

4.10 Aspek Etik Penelitian	35
4.10.1 Etik Penelitian Fakultas	35
4.10.2 Informed Consent	35
4.10.3 Kerahasiaan Data dan Identitas Responden.....	35
BAB V	36
HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN.....	36
5.1 Hasil Penelitian	36
5.1.1 Karakteristik Responden.....	36
5.2 Analisis Hasil Penelitian	38
5.2.1 Analisis Univariat	38
5.2.2 Analisis Bivariat	40
BAB VI	45
PEMBAHASAN	45
6.1 Tingkat Stres pada Mahasiswi Kedokteran di Surabaya	45
6.2 Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kedokteran di Surabaya.....	47
6.3 Hubungan Tingkat Stres dan Panjang Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kedokteran di Surabaya	51
6.4 Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Panjang Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kedokteran di Surabaya	53
6.5 Keterbatasan Penelitian	55
BAB VII.....	56
PENUTUP.....	56
7.1 Kesimpulan.....	56
7.2 Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	61
Lampiran 1 Surat Kelaikan Etik Penelitian.....	61
Lampiran 2 Lembar Penjelasan dan Informasi	62
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Mengikuti Penelitian.....	64
Lampiran 4 Kuesioner Identitas Diri dan Panjang Siklus Menstruasi	65
Lampiran 5 Kuesioner DASS-21	67
Lampiran 6 Tabulasi Hasil Penelitian	70
Lampiran 7 Hasil Analisis Statistik.....	73
Lampiran 8 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 <i>Depression Anxiety Stress Scale – 21</i> (DASS-21)	12
Tabel 2.2 Interpretasi DASS-21	14
Tabel 4.1 Kuesioner Identitas Diri dan Panjang Siklus Menstruasi	29
Tabel 4.2 <i>Depression Anxiety Stress Scale – 21</i> (DASS-21)	30
Tabel 5.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	36
Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Responden	37
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres	39
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Panjang Siklus Menstruasi	39
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Penyebab Stres	40
Tabel 5.6 Tabel Silang Variabel Tingkat Stres dan Panjang Siklus Menstruasi	41
Tabel 5.7 Hasil Uji Statistik Tingkat Stres dan Panjang Siklus Menstruasi	42
Tabel 5.8 Tabel Silang Variabel IMT dan Panjang Siklus Menstruasi	42
Tabel 5.9 Hasil Uji Statistik IMT dan Panjang Siklus Menstruasi	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	23
Gambar 4.1 Kerangka Operasional Penelitian	33

DAFTAR SINGKATAN

ACTH = adrenocorticotrophic hormone

CRH = corticotropin-releasing hormone

DASS-21 = *Depression Anxiety and Stress Scale – 21*

FSH = follicle-stimulating hormone

GnRH = gonadotropin-releasing hormone

HPA = hipotalamus-hipofisis-adrenal

HPG = hipotalamus-hipofisis-gonad

IMT = indeks massa tubuh

LH = luteinizing hormone

SRAA = sistem renin-angiotensin-aldosteron