



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS  
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI  
DI SMA NASIONAL MAKASSAR**

**OLEH:**

**BERNADET APRIANI (C1814201110)**

**MERRY KRISYANTI (C1814201135)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS MAKASSAR  
2022**



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS  
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI  
DI SMA NASIONAL MAKASSAR**

**Diajukan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar**

**OLEH:**

**BERNADET APRIANI (C1814201110)**

**MERRY KRISYANTI (C1814201135)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS MAKASSAR  
2022**

## **PERNYATAAN ORISINALITAS**

Yang bertanda tangan di bawah ini nama :

1. Bernadet Apriani (C1814201110)
2. Merry Krisyanti (C1814201135)

Menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini hasil karya kami sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini yang kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 18 April 2022

Yang menyatakan,



**Bernadet Apriani**



**Merry Krisyanti**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA  
REMAJA PUTRI DI SMA NASIONAL MAKASSAR**

**Diajukan oleh:**

**BERNADET APRIANI (C1814201110)**

**MERRY KRISYANTI (C1814201135)**

**Disetujui oleh:**

**Pembimbing I**



**(Matilda M.Paseno, Ns., M.Kes)**

**NIDN: 0925107502**

**Pembimbing II**



**(Yuliana Tola'ba, Ns., M.Kep)**

**NIDN: 0931126345**

**Wakil Ketua Bidang Akademik**



**(Fransiska Anita, Ns.,M.Kep.Sp.Kep.MB)**

**NIDN: 0913098201**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : 1. Bernadet Apriani (C1814201110)  
2. Merry Krisyanti (C1814201135)  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Judul skripsi : Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar.

### DEWAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

Pembimbing 1 : Matilda M.Paseno, Ns., M.Kes (  )  
Pembimbing 2 : Yuliana Tola'ba, Ns., M.Kep (  )  
Penguji 1 : dr. Ronny Effendy, M.Kes (  )  
Penguji 2 : Yunita Carolina, Ns., M.Kep (  )  
Ditetapkan di : Makassar  
Tanggal : 21 April 2022

Mengetahui,

Ketua STIK Stella Maris Makassar



Siprianus Abdu, S.Si. S.Kep.,Ns, M.Kes

NIDN: 0928027101

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Bernadet Apriani (C1814201110)

Merry Krisyanti (C1814201135)

Menyatakan menyetujui dan memberikan kewenangan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyimpan, mengalih informasi/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 06 Mei 2022

Yang menyatakan



Bernadet Apriani



Merry Krisyanti

# HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA NASIONAL MAKASSAR

(Dibimbing oleh Matilda M. Paseno dan Yuliana Tola'ba)  
Bernadet Apriani (C1814201110)  
Merry Krisyanti (C1814201135)

## ABSTRAK

Menstruasi merupakan pendarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan endometrium. Umumnya siklus menstruasi pada perempuan yang normal yaitu 21-35 hari dan lama haid antara 3-7 hari. Salah satu faktor yang dapat mengganggu siklus menstruasi pada wanita yaitu dipengaruhi oleh stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *observational analitik* dengan menggunakan rancangan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel secara *probability sampling* dengan pendekatan *stratified random sampling* dan didapatkan 97 responden yang sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner DASS 42 yang telah dimodifikasi untuk mengukur tingkat stres dan kuesioner siklus menstruasi untuk mengetahui siklus menstruasi yang dialami. Dari hasil uji statistik *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha=0,05$ , diperoleh nilai  $p=0,001$ . Kesimpulannya terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri, semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh remaja putri maka siklus menstruasi semakin tidak normal.

Kata Kunci : Remaja Putri, Tingkat Stres, Siklus Menstruasi  
Referensi : 44 referensi (2010-2021)

# **CORRELATION OF STRESS LEVELS WITH THE MENSTRUAL CYCLE IN ADOLESCENT GIRLS AT MAKASSAR NATIONAL HIGH SCHOOL**

**(Supervised by Matilda M. Paseno and Yuliana Tola'ba)  
Bernadet Apriani (C1814201110)  
Merry Krisyanti (C1814201135)**

## **ABSTRACT**

Menstruation is periodic and cyclic bleeding from the uterus, accompanied by the release of the endometrium. Generally, the menstrual cycle in women is normal, which is 21-35 days and the length of menstruation between 3-7 days. One of the factors that can interfere with the menstrual cycle in women is influenced by stress. This study aims to find out the relationship of stress levels with the menstrual cycle in adolescent girls at Makassar National High School. This type of research is quantitative research with observational analytic design using cross sectional design. Sampling technique probability sampling with a stratified random sampling approach and obtained 97 respondents who fit the specified criteria. The data collection technique uses a modified DASS 42 questionnaire to measure stress levels and a menstrual cycle questionnaire to determine the menstrual cycle experienced. From the results of the Chi-Square statistical test with a meaningful level of  $\alpha = 0.05$ , a value of  $p = 0.001$  was obtained. In conclusion, there is a relationship between stress levels and the menstrual cycle in adolescent girls, the higher the level of stress experienced by adolescent girls, the more abnormal the menstrual cycle.

Keywords : Teenage Girl, Stress Levels, Menstrual Cycle  
References : 44 references (2010-2021)



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas karena berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Nasional Makassar”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di STIK Stella Maris Makassar.

Penulis menyadari bahwa kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini telah melibatkan banyak pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah membantu, mendukung dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama kepada:

1. Siprianus Abdu, S,Si, S,Kep.,Ns, M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di STIK Stella Maris Makassar.
2. Fransiska Anita, S.Kep,Ns, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku Wakil Ketua I bagian akademik dan Kerjasama di STIK Stella Maris Makassar.
3. Mery Sambo, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku ketua program studi sarjana keperawatan dan ners STIK Stella Maris Makassar.
4. Matilda M.Paseno, Ns., M.Kes Wakil Ketua Bidang administrasi, keuangan, sarana dan prasarana STIK Stella Maris Makassar. Serta selaku pembimbing I yang selama ini telah memberikan bimbingan dan arahan kepada kami selama penyusunan proposal ini untuk menghasilkan yang terbaik.
5. Serlina Sandi, Ns., M.Kep selaku pembimbing akademik yang telah mendampingi dan membimbing kami dari tingkat I sampai sekarang.
6. Yuliana Tola'ba, Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang selama ini telah memberikan bimbingan dan arahan kepada kami selama penyusunan proposal ini untuk menghasilkan yang terbaik.

7. dr. Ronny Effendy, M.Kes dan Yunita Carolina, Ns., M.Kep selaku penguji I dan penguji II yang telah banyak memberikan saran dan masukkan kepada penulis demi penyempurnaan proposal ini.
8. Bapak dan ibu dosen beserta seluruh staf yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan fasilitas selama menempuh pendidikan di STIK Stella Maris Makassar.
9. Teristimewa untuk kedua orang tua dari Bernadet Apriani (Thomas Tangke Palebangan dan Damaris Tulak) dan kedua orang tua dari Merry Krisyanti (Made Wahyudika dan Made Putriantini), serta seluruh keluarga yang selalu mendampingi, mendukung kami baik lewat doa, perhatian, bimbingan, cinta kasih, dan dukungan materi sehingga penulis menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
10. Sr. Mariana, SJMJ dan Sr. Florence, SJMJ selaku orang tua kami di asrama yang selalu mendukung serta membimbing dan memberikan semangat kepada penulis.
11. Teman-teman seperjuangan STIK Stella Maris khususnya angkatan 2018 yang telah memberikan banyak masukan melalui diskusi bersama.
12. Siswi di SMA Nasional Makassar yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi responden penelitian kami.

Akhir kata, semoga proposal ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menjadi sumber untuk melakukan penelitian selanjutnya.

Makassar, April 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMBUNG</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	v
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH</b> .....	xvi

### **BAB 1 PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Akademik .....	6
2. Manfaat Praktis .....	6

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

A. Tinjauan Umum Remaja .....	7
1. Definisi Remaja.....	7
2. Pembagian Usia Remaja .....	7
3. Tugas Perkembangan Remaja .....	9
B. Tinjauan Umum Tingkat Stres.....	10
1. Definisi Stres.....	10
2. Penyebab Stres .....	11
3. Sumber Stres .....	11
4. Dampak Dan Gejala Stres .....	13
5. Tingkatan Stres.....	14
6. Alat Ukur Tingkat Stres .....	16
C. Tinjauan Umum Siklus Menstruasi .....	18
1. Definisi Menstruasi .....	18
2. Anatomi Organ Reproduksi Wanita .....	19
3. Fisiologi Siklus Menstruasi .....	19
4. Gangguan Siklus Menstruasi .....	21
5. Factor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi .....	22

<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS</b>	
A. Kerangka Konseptual .....	25
B. Hipotesis Penelitian.....	26
C. Definisi Operasional .....	27
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	28
C. Populasi dan Sampel .....	28
D. Instrumen Penelitian .....	31
E. Pengumpulan Data .....	32
F. Pengolahan dan Penyajian Data.....	33
G. Analisis Data .....	34
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	35
1. Pengantar .....	35
2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	35
3. Penyajian Karakteristik Data Umum .....	37
4. Hasil Analisis Yang Diteliti .....	37
B. Pembahasan .....	40
C. Keterbatasan Peneliti .....	47
<b>BAB VI PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran .....	50

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Anatomi Organ Reproduksi Wanita.....	19
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual.....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 Surat Pengambilan Data Awal
- Lampiran 3 *Informed Consent*
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 8 Master Table
- Lampiran 9 Hasil Analisis SPSS
- Lampiran 10 Surat Keterangan Lulus Uji Turnitin
- Lampiran 11 Lembar Konsultasi

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Defenisi Operasional.....	27
Tabel 4.1	Rumusan Menentukan Jumlah Sampel .....	30
Tabel 5.1	Distribusi frekuensi berdasarkan usia pada remaja putri di SMA Nasional Makassar .....	37
Tabel 5.2	Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres pada remaja putri di SMA Nasional Makassar .....	37
Tabel 5.3	Distribusi frekuensi berdasarkan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar .....	38
Tabel 5.4	Analisa tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar .....	39

## DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

$\geq$	: Lebih dari sama dengan
$<$	: Kurang dari
$=$	: Sama dengan
%	: Frekuensi
WHO	: <i>World Health Organization</i>
RIKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
LH	: <i>Lutenizing Hormone</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin Releasing Hormone</i>
PSDS	: <i>Kessler Psychological Distress Scale</i>
PSS	: <i>Perceived Stress Scale</i>
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
<i>Early Adolescence</i>	: Remaja Awal
<i>Middle Adolescence</i>	: Remaja Pertengahan
<i>Late Adolescence</i>	: Remaja Akhir
n	: Perhitungan jumlah sampel
N	: perhitungan besar populasi
Z	: nilai standar normal untuk $\alpha$ (1,96)
p	: perkiraan porposi (0,5)
q	: 1-p (0,5)
d	: taraf signifikasi yang dipilih (5%=0,05)
X	: Jumlah populasi setiap kelas
N1	: Jumlah Sampel
SPSS	: <i>Statiscal Program for Social Science</i>
$\alpha$	: Derajat kemaknaan
$\rho$	: Nilai kemungkinan
Ha	: Hipotesis alternatif
Ho	: Hipotesis null
Independen	: Variabel bebas
Dependen	: Variabel terikat
<i>Informed Consent</i>	: Lembar persetujuan
<i>Anominity</i>	: Tanpa nama
<i>Confidentiality</i>	: Kerahasiaan
<i>Editing</i>	: Pemeriksaan data
<i>Coding</i>	: Pemberian kode
<i>Tabulating</i>	: Pengolahan data
<i>Cleaning</i>	: Pembersihan data
Bivariat	: Analisa yang dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independen dan dependen
Univariat	: Analisa yang dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dan presentrase antara variabel independen dan dependen

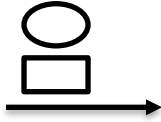


Validitas

: Uji yang dilakukan untuk mengetahui ketepatan atau kecermatan suatu instrument dalam pengukuran

Reliabilitas

: Uji yang digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur



: Variabel independen

: Variabel dependen

: Penghubung variabel

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa akil baliqh atau remaja adalah periode yang berpengaruh pada remaja yang mengalami fase transisi dan identitas diri menuju dewasa. Masa remaja juga merupakan fase peralihan dari usia anak menjadi dewasa.

Remaja dikelompokkan menjadi tiga tingkat dalam buku Psikologi Perkembangan Remaja (Dariyo, 2004) yaitu remaja awal (*Early Adolescent*) 13-14 tahun, remaja tengah (*Middle Adolescent*) 15-17 tahun, dan remaja akhir (*Late Adolescent*) 18-21 tahun (Kartikawati & Sari, 2017). Menurut World Health Organization (WHO) 2018, rentang usia remaja berada pada 10-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, usia remaja berkisar antara 10-18 tahun sedangkan menurut Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana tentang usia remaja yaitu berkisar 10-24 tahun sampai yang belum menikah (Kemenkes RI, 2017). Defenisi diatas memperlihatkan perbedaan yaitu tidak terdapat kesepakatan menyeluruh tentang batasan kelompok remaja.

Pada kelompok usia remaja dapat terjadi perubahan perasaan yang kadang tidak seimbang dimana bisa mempengaruhi saat menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Kondisi perasaan yang tidak menentu bisa mengakibatkan remaja susah untuk mengerti dirinya sendiri. Bila masalah yang dihadapi belum diselesaikan dengan baik dapat menyebabkan stres (Anjarsari & Sari, 2020).

Stres merupakan suatu kondisi akibat adanya tekanan, tuntutan dari proses belajar mengajar yang membuat siswi merasa terbebani. Stres bisa muncul karena tuntutan prestasi dan banyak tugas. Situasi stres dapat memicu perubahan perilaku seperti penurunan minat belajar, penurunan energi, mudah marah, kekecewaan dan

keputusasaan, juga berkurangnya rasa bertanggung jawab dan dampak stres yang bisa terjadi pada remaja putri (Purba, 2020).

Dampak stres yang bisa timbul salah satunya merupakan terganggunya siklus menstruasi akibat dari hormon kortisol. Hormon kortisol bisa digunakan menjadi pengukuran untuk mengetahui tingkat stres individu, yakni stres ringan, sedang maupun berat. Hormon ini merupakan hasil *Glukokortikoid Korteks Adrenal* yang *Disintesa* di *Zone Fasikulata* dapat menghalangi siklus menstruasi menjadi tidak normal sehingga mempengaruhi jumlah hormon progesteron pada tubuh. Perubahan siklus menstruasi dapat dipengaruhi oleh jumlah hormon dalam darah yang berlebihan (Permatasari et al., 2021). Saat kegiatan hipotalamus dimulai, *Hipofisis* melepaskan hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) maka prosedur impuls ovarium tentu memproduksi *Estrogen*, yang mana hipotalamus otak dan kelenjar pituitary mengatur hormon kortisol. Hormon kortisol berfungsi untuk mengontrol stres yang bisa memicu terjadinya cedera, kondisi infeksi, aktivitas berat, serta stres fisik dan emosional. Tingginya kadar kortisol dalam darah dapat dipengaruhi oleh tingkat stres yang tinggi pada individu. Jumlah folikel dominan yang rendah terjadi karena tingginya tingkat stres dan kadar kortisol. Stres dapat menyebabkan ketidakseimbangan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) kadar hormon estrogen dan progesteron yang tidak normal dan menyebabkan menstruasi tidak teratur. Apabila timbul gangguan terhadap hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) serta LH (*Lutenizing Hormone*) dapat mengakibatkan produksi hormon estrogen maupun progesteron maka terjadi siklus menstruasi yang tidak teratur (Wahyuningsih, 2018).

Menstruasi merupakan keluarnya darah dari rahim secara periodik dan berkala, disertai dengan luruhnya lapisan rahim. Pada remaja putri, salah satu sel telur setiap bulan menjadi matang secara bergantian dari satu ovarium kanan maupun kiri sampai sel habis (menopause). Saat proses sel telur matang, bila terjadi pembuahan

maka dinding rahim menebal sebagai bantalan bagi janin, dan jika tidak terjadi pembuahan, endometrium yang menebal rusak dan luruh dan muncul sebagai darah menstruasi (Permatasari et al., 2021). Pada wanita yang tidak hamil, siklus menstruasi terjadi setiap bulan. Secara umum, seorang wanita memiliki siklus menstruasi normal 21-35 hari dan periode menstruasinya 3-7 hari. Jika siklus menstruasi kurang 21 hari atau lebih 35 hari maka haid dikatakan tidak normal. Siklus menstruasi merupakan jarak antara periode awal menstruasi terakhir dengan awal periode menstruasi berikutnya. Perdarahan dimulai dari sedikit hingga banyak dan bervariasi antara 30-80 ml, dengan kehilangan banyak darah terjadi pada 3 hari pertama menstruasi (Huether & McCance, 2019).

Menurut data World Health Organization (WHO) 2015, masalah yang dihadapi remaja putri di seluruh dunia terutama masalah yang berkaitan dengan gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi terkait kurang darah (20,3%), ketidakmampuan belajar (19,7%), masalah kesehatan mental (0,7%), dan obesitas (0,5%). Ketidakteraturan haid (menstruasi) disebabkan oleh hal berkaitan pada gaya hidup maupun masalah kesehatan yaitu peningkatan stres. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013), menyatakan wanita di Indonesia berusia 10-59 tahun (68%) menstruasinya teratur, (13,7%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur, dan (18,3%) tidak sedang menstruasi dan sedang mengalami menopause. Adapun alasan yang dikemukakan bahwa ketidakteraturan siklus menstruasi diakibatkan oleh stres dan banyak pikiran yang muncul secara pribadi.

Dari hasil penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 2 SMAN 1 Kendal (Pinasti & Anggraini, 2016), ditemukan adanya hubungan yang signifikan tingkat stres dengan siklus menstruasi dimana semakin tinggi terjadinya tingkat stres semakin tinggi kemungkinan terjadi gangguan siklus menstruasi. Hal ini sesuai dengan teori bahwa siklus menstruasi yang tidak normal

disebabkan oleh adanya stressor, stres emosional, kelainan sistemik dan gangguan fungsi tiroid karena kedekatan sentral stres di otak beserta pusat regulasi menstruasi di otak. Hal ini dapat menyebabkan gangguan pada sistem hormonal tubuh (Irwan & Hastuti, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fidora & Okrira, 2019), mengenai tingkat stres dan gangguan siklus menstruasi pada remaja bahwa terdapat hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Pembinaan Bangsa Bukit Tinggi. Penyebab stres yang dialami oleh siswi yaitu sering kali marah akibat masalah sepele, cemas dan energi terkuras, serta tidak sabar untuk mengalami keterlambatan dalam segala situasi yang timbul karena terlalu memikirkan dirinya yang menyangkut hubungan sosial pada orang lain.

Penelitian ini sejalan juga pada penelitian yang dilakukan Irwan & Hastuti (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi di SMK Farmasi Al Makassar Kabupaten Gowa Tahun 2021. Hasil penelitian didasarkan pada teori stres yang menyebabkan siklus menstruasi tidak normal ataupun terhenti. Sedangkan penelitian Paspary (2017) mengenai tingkatan stres yang mempengaruhi gangguan siklus menstruasi ditemukan bahwa tidak ada hubungan tingkat stres pada remaja putri di SMAN 1 Sukoharjo Pringsewu Lampung dengan gangguan siklus menstruasi, bahwa hasil dari penelitian tersebut bertentangan terhadap filosofi dari penyebab gangguan siklus menstruasi yang disebabkan fungsi hormon terganggu dan stres. Hambatan siklus menstruasi pada remaja putri tidak disebabkan stres, melainkan faktor lain diduga karena pengaruh hormon seksualnya yang belum stabil.

Berdasarkan pengambilan data dan wawancara secara informal tentang kelancaran dari siklus menstruasi didapatkan 6 dari 10 siswi yang diwawancarai mengatakan siklus menstruasinya tidak teratur

sehingga siswi tersebut mengalami stres akibat adanya permasalahan yang dihadapi di lingkungan rumah maupun di sekolah misalnya stres yang dialami karena tantangan dan lingkungan yang sulit serta sistem pembelajaran yang dilakukan secara daring dan luring. Stres juga dikenal sebagai suatu faktor dari gangguan siklus menstruasi. Salah satu faktor penyebab dari stres yang mengakibatkan siklus menstruasi terganggu pada remaja disebabkan karena adanya tekanan tuntutan yang berasal dari proses pendidikan dan pembelajaran.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Nasional Makassar”.

## **B. Rumusan Masalah**

Beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan stres bisa mengakibatkan ketidaknormalan pada siklus menstruasi. Stres dapat dialami oleh wanita, khususnya remaja putri yang masih bersekolah yang harus mengerjakan tugas-tugas sekolah dan sulit bagi mereka dan juga saat mereka akan melakukan ujian akhir semester. Stres bisa memengaruhi segala bidang kehidupan dan dapat menimbulkan perubahan tingkah laku, tekanan psikologis, masalah yang berhubungan bersama orang lain dan kelainan fisik, termasuk masalah pada siklus menstruasi.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas bahwa yang menjadi rumusan masalah pada penelitian adalah “Apakah ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat stres pada remaja putri di SMA Nasional Makassar.
- b. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar.
- c. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Akademik**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan lebih banyak informasi dan materi tentang penerapan metode penelitian ilmiah terkait hubungan tingkat stres terhadap siklus menstruasi yang terjadi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Responden**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada responden tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Nasional Makassar.

#### **b. Bagi Institusi STIK Stella Maris Makassar**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan referensi kepustakaan bagi Mahasiswa/I STIK Stella Maris untuk menambah informasi dan pengetahuan tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi.

#### **c. Bagi Peneliti**

Untuk menambah pengetahuan, memperluas wawasan, serta menjadi pengalaman baru dalam menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh.