



SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI TINGKAT IV PROGRAM S1
KEPERAWATAN STIK STELLA MARIS
MAKASSAR**

PENELITIAN NON-EXPERIMENTAL

OLEH:

**MELISA ANDREA SUNTAN
NIM: C.12.14201.037**

**YULITA BENGA OLA
NIM: C.12.14201.054**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS
MAKASSAR
2016**



SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI TINGKAT IV PROGRAM S1
KEPERAWATAN STIK STELLA MARIS
MAKASSAR**

**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIK) Stella Maris Makassar**

OLEH:

**MELISA ANDREA SUNTAN
NIM: C.12.14201.037**

**YULITA BENGA OLA
NIM: C.12.14201.054**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS
MAKASSAR
2016**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama/NIM : Melisa Andrea Suntan (C.12.14201.037)
Yulita Benga Ola (C.12.14201.054)

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

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 27 April 2016

Yang menyatakan,

(Melisa Andrea Suntan)
C.12.14201.037

(Yulita Benga Ola)
C.12.14201.054

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI TINGKAT IV PROGRAM S1 KEPERAWATAN
STIK STELLA MARIS
MAKASSAR**

Diajukan Oleh :

MELISA ANDREA SUNTAN

C12.14201.037

YULITA BENGA OLA

C12.14201.054

Disetujui oleh:

Pembimbing

Bagian

Akademik dan Mahasiswa

(Rosdewi, S.Kp., MSN)

NIDN: 0906097002

(Sr. Anita Sampe, JMJ, S.Kep.,Ns.,MAN)

NIDN: 0917107402

PENETAPAN PANITIA PENGUJI

Telah Diuji dan Dipertahankan
Dihadapan Dewan Penguji Pada Tanggal 27 April 2016
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

(Elmiana Bongga Linggi, Ns., M.Kes)
NIDN: 0925027603

Penguji II

(Lorantina A, Ns., M.Kep)
NIDN: 0909108301

Penguji III

(Rosdewi, S.Kp., MSN)
NIDN: 0906097002

Makassar, 27 April 2016
Program S1 Keperawatan dan Ners
STIK Stella Maris Makassar

Ketua STIK Stella Maris Makassar

(Henny Pongantung, S.Kep., Ns., MSN)
NIDN: 0912106501

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

***HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA MAHASISWI TINGKAT IV PROGRAM S1 KEPERAWATAN
STIK STELLA MARIS
MAKASSAR***

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

MELISA ANDREA SUNTAN

C12.14201.037

YULITA BENGA OLA

C12.14201.054

Telah dibimbing dan disetujui oleh:

(Rosdewi, S.Kp, MSN)

NIDN: 0906097002

Yang Diuji dan Dipertahankan
Di Hadapan Dewan Penguji Pada Tanggal 27 April 2015
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

Penguji II

(Elmiana Bongga Linggi, Ns., M.Kes)

NIDN: 0925027603

(Lorantina A, Ns., M.Kep)

NIDN: 0909108301

Penguji III

(Rosdewi, S.Kp., MSN)

NIDN: 0906097002

Makassar, 27 April 2016
Program S1 Keperawatan dan Ners
Ketua STIK Stella Maris

Henny Pongantung, S.Kep, Ns, MSN

NIDN. 09121906501

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: Melisa Andrea Suntan (C.12.14201.037)
 Yulita Benga Ola (C.12.14201.054)

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

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 27 April 2016

Yang menyatakan,

(Melisa Andrea Suntan)
C.12.14201.037

(Yulita Benga Ola)
C.12.14201.054

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan penyertaanNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya dengan judul “Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar “.

Skripsi ini di buat untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar.

Penulis menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam penulisan skripsi ini sebagai wujud ketidaksempurnaan manusia dalam berbagai hal disebabkan keterbatasan pengetahuan dan ilmu yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat harapkan saran dan kritik yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.

Selama penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, baik moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menghaturkan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Henny Pongantung, S.Kep.Ns. Selaku Ketua STIK Stella Maris Makassar Bidang Akademik dan kemahasiswaan STIK Stella Maris Makassar.
2. Sr.Anita Sampe,S.Kep,Ns,JMJ,MAN. Selaku wakil ketua I Bidang Akademik dan Kemahasiswaan STIK Stella Maris Makassar
3. Fransisca Anita.E.R.S, S.Kep,Ns,M.Kep,Sp,KMB. Selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar
4. Rosdewi, S.Kp.,MSN Selaku pembimbing. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang diberikan kepada saya selama menuntun ilmu juga selama menyusun skripsi di STIK Stella Maris Makassar

5. Elmiana Bongga Linggi, Ns., M.Kes. Selaku penguji I yang telah banyak memberikan masukan kepada penulis.
6. Lorantina A, Ns., M.Kep. selaku penguji II yang juga banyak memberikan masukan kepada penulis
7. Segenap civitas akademika Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar.
8. Teristimewa kepada orang-orang yang tercinta khususnya kepada kedua orang tua kami, orang tua dari Melisa Andrea Suntan (Suntan Palindangan dan Asrina Lambi) dan saudara-saudara (K'Rini, K'Lily, K'Anto, Dd'Resty dan Dd'Tio), serta orang tua dari Yulita Benga Ola (Leonardus Ara Kian dan Ester Perada Dore) dan orang tersayang dan saudara-saudara(Ama Demon, Dd'Rinjany,, Mama Lipat,, Bapak Yosep, D'Kay, K'Vina dan Inna kiddy) yang telah mendampingi dan mendukung saya baik itu lewat doa, perhatian, bimbingan, cinta kasih dan dukungan material.
9. Rekan-rekan seperjuangan yang telah banyak mendukung baik secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Makassar, 27 April 2016

Penulis

ABSTRAK

HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI TINGKAT IV PROGRAM S1 KEPERAWATAN STIK STELLA MARIS MAKASSAR (Dibimbing oleh: Rosdewi)

Melisa Andrea Suntan dan Yulita Benga Ola
Program Studi S1 Keperawatan dan Ners STIK Stella Maris Makassar
(xvii + 34 halaman + 29 pustaka + 5 tabel + 1 gambar + 8 lampiran)

Menstruasi merupakan perdarahan periodik sebagai bagian integral dari fungsional biologis wanita sepanjang siklus kehidupannya. Siklus menstruasi dihitung dari hari pertama menstruasi sampai tepat satu hari sebelum menstruasi bulan berikutnya. Umumnya siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari. Namun, siklus menstruasi dapat terganggu pada beberapa wanita yang diakibatkan oleh pengaruh stres. Stres merupakan reaksi tubuh dan psikis terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan kepada seseorang. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling dan didapatkan 68 responden yang sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner DASS 42 yang telah dimodifikasi untuk mengukur tingkat stres dan kuisioner 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 stres dengan siklus menstruasi, semakin berat tingkat stresnya maka semakin berpengaruh terhadap siklus menstruasi.

Kata Kunci : Stres, Siklus Menstruasi
Pustaka : (2003-2015)

ABSTRACT

**THE RELATIONSHIP WITH STRESS ON MENSTRUAL CYCLE ON
4TH GRADE STUDENTS IN S1 NURSING PROGRAM
STIK STELLA MARIS MAKASSAR
(Adviser by Rosdewi)**

**Melisa Andrea Suntan and Yulita Benga Ola
S1 Nursing Program and Nurses STIK Stella Maris Makassar
(xvii + 34 pages + 29 library + 5 tables + 1 picture + 8 appendix)**

Menstruation is the periodic bleeding as an integral part of the biological function of women throughout the life cycle. The menstrual cycle is calculated from the first day of menstruation until just one day before menstruation next month. Generally the menstrual cycle occurs periodically every 28 days. However, the menstrual cycle can be disrupted in some women caused by the influence of stress. Stress is a reaction of the body and psyche to the demands of the environment to someone. This study aims to determine the relationship of stress to the menstrual cycle on 4th grade students in S1 Nursing Program STIK Stella Maris Makassar. This type of research is observational analytic with cross sectional approach. The sampling technique used is total sampling and got 68 respondents in accordance with the specified criteria. The technique of collecting data using questionnaires DASS 42 was modified to measure the level of stress and a questionnaire to determine the menstrual cycle menstrual cycle experienced. From the statistical test Chi-Square of the significance level $\alpha=0.05$, the value of $p=0.001$. In conclusion there is a relationship between stress and the menstrual cycle, the more severe the stress level, the more influence the menstrual cycle.

Keywords: Stress, Menstrual Cycle

References: (2003 -2015)

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
HALAMAN KATA PENGANTAR	viii
HALAMAN ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Institusi	4
2. Bagi Mahasiswa	4
3. Bagi Peneliti	5
4. Bagi Peneliti Selanjutnya	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Umum Tentang Menstruasi	6

1. Pengertian Menstruasi	6
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Menstruasi	6
3. Siklus Menstruasi	7
4. Gangguan Menstruasi	8
B. Tinjauan Umum Tentang Stres	11
1. Pengertian Stres	11
2. Etiologi Stres	12
3. Respons Stres	12
4. Tahapan Stres	13
5. Tingkatan Stres	15
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	18
A. Kerangka Konseptual	18
B. Hipotesis Penelitian	19
C. Definisi Operasional	19
BAB IV METODE PENELITIAN	21
A. Jenis Penelitian	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
D. Instrumen Penelitian	22
E. Pengumpulan Data	23
F. Pengolahan dan Penyajian Data	24
G. Analisa Data	25
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
A. Hasil Penelitian	26
B. Pembahasan	30
BAB VI PENUTUP	33
A. Kesimpulan	33
B. Saran	33

Daftar Pustaka

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	18

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 3.1 Definisi Operasional	19
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelompok Usia di STIK Stella Maris Makassar	27
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Stres di STIK Stella Maris Makassar ...	28
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Responden di STIK Stella Maris Makassar	28
Tabel 5.4 Analisis Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2: Lembar Konsul
- Lampiran 3: Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5: Lembar Instrument Penelitian
- Lampiran 6: Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7: Master Tabel
- Lampiran 8: Hasil Uji SPSS

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

RISKESDAS = Riset Kesehatan Dasar

FSH = Follicle Stimulating Hormon

LH = Luteinizing Hormon

LAS = Local Adaptation Syndroma

GAS = General Adaptation Syndroma

SPSS = Statistical Package and Social Siences

p = Asym Sig

α = Alpha

< = Kurang Dari

\geq = Lebih Dari atau Sama Dengan

Ha = Hipotesis Penelitian/Hipotesis Alternatif

Ho = Hipotesis Null

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan perdarahan periodik sebagai bagian integral dari fungsional biologis wanita sepanjang siklus kehidupannya. Pada wanita biasanya pertama kali mengalami menstruasi (*menarche*) pada umur 12-16 tahun. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari (Kusmiran, 2011). Siklus menstruasi dihitung dari hari pertama menstruasi sampai tepat satu hari sebelum menstruasi bulan berikutnya. Siklus menstruasi dipengaruhi oleh serangkaian hormon yang diproduksi oleh tubuh yaitu *Luteinizing Hormon*, *Follicle Stimulating Hormon* dan *estrogen*. Selain itu siklus juga dipengaruhi oleh kondisi psikis perempuan sehingga bisa maju dan mundur. Ketidakteraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari kapan masa subur dan tidak. Wanita yang memiliki siklus 28 hari hanya sekitar 10-15% (Hestiantoro, 2007).

Gangguan pada siklus menstruasi dipengaruhi oleh gangguan pada fungsi hormon, kelainan sistemik, stres, kelenjar gondok dan hormone prolaktin yang berlebihan. Gangguan dari stres menstruasi terdiri dari tiga yaitu siklus menstruasi pendek yang disebut dengan polimenore, siklus menstruasi panjang atau oligomenore dan amenore jika menstruasi tidak datang dalam 3 bulan berturut-turut (Isnaeni, 2010). Beberapa kasus yang terjadi menunjukkan menstruasi yang berkepanjangan ataupun gangguan dalam siklus menstruasi bisa menimpa wanita mulai remaja (sudah menstruasi) hingga pre-menopause (menjelang berakhirnya masa menstruasi). Kejadian ini bisa dialami oleh wanita remaja dan wanita muda sekitar 20%,

sedangkan 40% pada wanita paruh baya (lebih dari 40 tahun) yang diakibatkan oleh stress (Lee, 2011).

Stres merupakan reaksi tubuh dan psikis terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan kepada seseorang. Reaksi tubuh terhadap stres misalnya berkeringat dingin, napas sesak, dan jantung berdebar-debar. Reaksi psikis terhadap stres misalnya frustrasi, tegang, marah, dan agresi. Dalam situasi stres terdapat sejumlah perasaan seperti frustrasi, ketegangan, marah, rasa permusuhan, atau agresi (Saam dan Wahyuni, 2013). Dalam pengaruhnya terhadap siklus menstruasi, stres melibatkan sistem neuroendokrinologi sebagai sistem yang besar peranannya dalam reproduksi wanita (Sriati, 2008).

Hasil studi penelitian di Jepang yang dilakukan Fujiwara (2007) terhadap 522 wanita usia 18-20 tahun yang belajar di Ashiya College didapatkan 33% wanita mengalami haid tidak teratur dan 66,7% melaporkan menstruasi normal. Menurut para ahli, 30% wanita usia reproduksi mengalami siklus menstruasi tidak teratur (Epigee, 2009).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2010) sebagian besar 68% perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun melaporkan haid teratur dan 13,7% mengalami masalah siklus haid yang tidak teratur dalam 1 tahun terakhir. Persentase tertinggi haid tidak teratur terdapat pada daerah Gorontalo (23,3%) dan terendah di Sulawesi Tenggara (8,7%), sedangkan di Maluku Utara (15,7%).

Dari hasil penelitian Nurlaila dkk, mengenai hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa usia 18-21 tahun di prodi D-III Kebidanan Balikpapan Poltekes Kemenkes Kaltim Tahun 2013, didapatkan bahwa dari 65 responden yang tidak mengalami stres, 47 responden (72,3%) mengalami siklus menstruasi teratur dan 18 responden (27,7%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Sedangkan 67 responden yang mengalami stres, sebanyak 25 responden (37,3%) mengalami siklus menstruasi teratur dan 42 responden (62,7%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur.

Hasil penelitian yang dilakukan Dewi dkk (2014) pada 66 orang mahasiswi angkatan-IV program studi ilmu keperawatan STIKes Wira Medika PPNI Bali, menunjukkan bahwa responden yang mengalami tingkat stres sedang sebanyak 78,8% dimana sebanyak 72,8% mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur dan sebanyak 7,5% mengalami siklus menstruasi yang teratur. Sedangkan responden yang mengalami tingkat stres berat sebanyak 21,2% dimana sebanyak 16,6% mengalami siklus menstruasi yang teratur dan sebanyak 3% mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur.

STIK Stella Maris Makassar merupakan salah satu institusi di bidang keperawatan dimana mayoritas mahasiswanya ialah wanita. Mahasiswa keperawatan memiliki beberapa tanggung jawab pada saat masa perkuliahan berlangsung. Mahasiswa wajib mengerjakan tugas rutin yang diberikan oleh para dosen, praktik klinik di rumah sakit, mengikuti UTS dan UAS, serta mengikuti peraturan-peraturan yang dibuat oleh pihak institusi maupun dari pihak dosen itu sendiri. Agar dapat menyelesaikan perkuliahan, terdapat peraturan yang mengharuskan mahasiswa untuk untuk membuat skripsi atau tugas akhir yang diawali dengan penyusunan proposal yang saat ini dialami oleh mahasiswa tingkat IV. Hal tersebut dapat menimbulkan perasaan tertekan, khawatir, dan ketakutan yang merupakan pemicu stres pada mahasiswa, khususnya pada mahasiswi tingkat IV yang akan berdampak pada siklus menstruasi.

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar”**.

B. Rumusan Masalah

Beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa stres dapat menyebabkan ketidaknormalan pada siklus menstruasi.

Stres dapat dialami oleh wanita, khususnya mahasiswi tingkat IV yang harus mengerjakan tugas-tugas perkuliahan dan juga menghadapi tugas akhir yaitu menyusun proposal dan skripsi. Hal tersebut dapat menyebabkan masalah pada siklus menstruasi, sehingga masalah penelitian yaitu apakah ada hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV program S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi stres yang dialami oleh mahasiswi tingkat IV program S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar
- b. Mengidentifikasi siklus menstruasi mahasiswi tingkat IV program S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar
- c. Menganalisis hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV program S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam penatalaksanaan stres untuk meminimalisasi terjadinya gangguan siklus menstruasi.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan penelitian, dan dapat meningkatkan pengetahuan tentang

kesehatan reproduksi khususnya perubahan siklus menstruasi dalam hubungannya dengan stres.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai pengalaman dan menambah pengetahuan peneliti mengenai stres hubungannya dengan siklus menstruasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pertimbangan masukan dalam penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan stres dan siklus menstruasi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Tentang Menstruasi

1. Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah perdarahan periodik pada uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Bobak, 2005).

Menstruasi merupakan peristiwa pengeluaran darah, mukus, dan sel-sel epitel dari uterus secara periodik (Reeder, 2011).

Menstruasi merupakan perdarahan teratur dari uterus sebagai tanda bahwa alat kandungan telah menunaikan faalnya (Kusmiran, 2011).

2. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Menstruasi

a. Faktor hormon

Hormon-hormon yang mempengaruhi terjadinya haid pada seorang wanita yaitu FSH yang dikeluarkan oleh hipofisis, estrogen yang dihasilkan oleh ovarium, LH yang dihasilkan oleh hipofisis, dan progesteron yang dihasilkan oleh ovarium.

b. Faktor enzim

Enzim hidrolitik yang terdapat dalam endometrium merusak sel yang berperan dalam sintesis protein, yang mengganggu metabolisme sehingga mengakibatkan regresi endometrium dan perdarahan.

c. Faktor vaskular

Saat fase proliferasi, terjadi pembentukan sistem vaskularisasi dalam lapisan fungsional endometrium. Pada pertumbuhan endometrium ikut tumbuh pula arteri-arteri, vena-vena, dan hubungan diantara keduanya. Dengan regresi endometrium, timbul statis dalam vena-vena serta saluran-saluran yang menghubungkannya dengan arteri, dan akhirnya

terjadi nekrosis dan perdarahan dengan pembentukan hematoma, baik dari arteri maupun vena.

d. Faktor prostaglandin

Endometrium mengandung prostaglandin E2 dan F2. Dengan adanya desintegrasi endometrium, prostaglandin terlepas dan menyebabkan kontraksi miometrium sebagai suatu faktor untuk membatasi perdarahan pada haid.

3. Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi adalah proses kompleks yang mencakup sistem reproduktif dan endokrin (Smeltzer & Bare, 2002). Umumnya siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada pula setiap 21 dan 30 hari), yaitu pada hari 1-14 terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH. Pada saat tersebut, sel oosit primer akan membelah dan menghasilkan ovum yang haploid. Saat folikel berkembang menjadi folikel de Graaf yang masak, folikel ini juga menghasilkan hormone estrogen yang merangsang keluarnya LH dari hipofisis. Estrogen yang keluar berfungsi merangsang perbaikan dinding uterus, yaitu endometrium, yang habis terkelupas saat menstruasi. Selain itu estrogen menghambat pembentukan FSH dan memerintahkan hipofisis menghasilkan LH yang berfungsi merangsang folikel de Graaf yang masak untuk mengadakan ovulasi yang terjadi pada hari ke-14. Waktu di sekitar terjadinya ovulasi disebut fase estrus.

Selain itu LH merangsang folikel yang telah kosong untuk berubah menjadi badan kuning (corpus luteum). Badan kuning menghasilkan hormone progesteron yang berfungsi mempertebal lapisan endometrium yang kaya akan pembuluh darah untuk mempersiapkan datangnya embrio. Periode ini disebut fase luteal. Selain itu, progesteron juga berfungsi menghambat pembentukan

FSH dan LH, akibatnya korpus luteum mengecil dan menghilang. Pembentukan progesteron berhenti sehingga pemberian nutrisi kepada endometrium terhenti. Endometrium menjadi mengering dan selanjutnya akan terkelupas dan terjadilah perdarahan atau fase menstruasi. Oleh karena itu ada progesteron, maka FSH mulai terbentuk lagi dan terjadilah proses oogenesis kembali.

4. Gangguan Menstruasi

a. Konseptual disfungsi menstruasi

Konsep disfungsi menstruasi secara umum adalah terjadinya gangguan dari pola perdarahan menstruasi seperti menorrhagia (perdarahan yang banyak dan lama), oligomenorrhea (menstruasi yang jarang), polymenorrhea (menstruasi yang sering), amenorrhea (tidak haid sama sekali). Disfungsi menstruasi ini berdasarkan fungsi dari ovarium yang berhubungan dengan anovulasi dan gangguan fase luteal. Disfungsi ovarium tersebut dapat menyebabkan gangguan pola menstruasi. Lamanya menstruasi dapat dipengaruhi oleh keadaan dysmenorrhea atau gejala lain seperti sindrom premenstruasi. Gangguan perdarahan menstruasi dapat menimbulkan risiko patologis apabila dihubungkan dengan banyak kehilangan darah, mengganggu aktivitas sehari-hari, adanya indikasi inkompatibel ovarium pada saat konsepsi atau adanya tanda-tanda kanker.

b. Gangguan Lamanya Siklus Menstruasi

1) Amenorrhea

Amenorrhea adalah tidak adanya menstruasi. Amenorrhea primer jika pada wanita berusia 16 tahun belum mengalami menstruasi. Sedangkan amenorrhea sekunder terjadi jika seorang wanita yang pernah mendapat menstruasi tidak lagi mendapatkannya. Kehamilan mungkin penyebab tersering

amenorea sekunder pada wanita usia 16 sampai 45 tahun. Kontrasepsi oral terutama pil estrogen atau pil progestin, rendahnya kadar gonadotropin dan estrogen mungkin disebabkan oleh stress, penurunan berat badan, anoreksia nervosa, olahraga dan lesi pada hipotalamus dan hipofisis. Berdasarkan penelitian, kategori amenorrhea adalah apabila tidak adanya menstruasi dalam rentang waktu 90 hari. Sering terjadi pada wanita yang menyusui, tergantung frekuensi menyusui dan status nutrisi dari wanita tersebut.

2) Oligomenorrhea

Oligomenorrhea adalah tidak adanya menstruasi untuk jarak interval yang pendek atau tidak normalnya jarak waktu menstruasi yaitu jarak siklus menstruasi 35-90 hari.

3) Polymenorrhea

Polymenorrhea adalah sering menstruasi yaitu jarak siklus menstruasi yang pendek kurang dari 21 hari. Defek pada fase luteal adalah tidak adekuatnya sekresi atau kerja dari hormon progesterone sehingga mengganggu proses siklus menstruasi di endometrium. Defek pada fase luteal ini sering ditemukan pada wanita yang mengalami infertilitas dan abortus spontan yang berulang.

c. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan gangguan siklus menstruasi

Penelitian mengenai faktor risiko dari variabilitas siklus menstruasi adalah pengaruh dari berat badan, aktivitas fisik, serta proses ovulasi dan adekuatnya fungsi luteal. Perhatian khusus saat ini juga ditekankan pada perilaku diet dan stres pada atlet wanita.

1) Berat badan

Berat badan dan perubahan berat badan mempengaruhi fungsi menstruasi. Penurunan berat badan akut dan sedang

menyebabkan gangguan pada fungsi ovarium, tergantung derajat tekanan pada ovarium dan lamanya penurunan berat badan. Kondisi patologis seperti berat badan yang kurang atau kurus dan anorexia nervosa yang menyebabkan penurunan berat badan yang berat dapat menimbulkan amenorrhea.

2) Aktivitas fisik

Atlet wanita seperti pelari, senam balet memiliki risiko untuk mengalami amenorrhea, anovulasi, dan defek pada fase luteal. Aktivitas fisik yang berat merangsang inhibisi Gonadotropin Releasing Hormon (GnRH) dan aktivitas gonadotropin sehingga menurunkan level dari serum estrogen.

3) Stres

Stres menyebabkan perubahan sistemik dalam tubuh, khususnya system persarafan dalam hipotalamus melalui perubahan prolaktin atau endogenous opiate yang dapat mempengaruhi elevasi kortisol basal dan menurunkan hormon lutein (LH) yang menyebabkan amenorrhea.

4) Diet

Diet rendah lemak berhubungan dengan panjangnya siklus menstruasi dan periode perdarahan. Diet rendah kalori seperti daging merah dan rendah lemak berhubungan dengan amenorrhea.

B. Tinjauan Umum Tentang Stres

1. Pengertian Stres

Stres merupakan keadaan yang membuat tubuh untuk memproduksi hormon adrenalin yang berfungsi mempertahankan diri (Pieter dan Lubis, 2010).

Menurut Dwight (2004), stres adalah suatu perasaan ragu terhadap kemampuannya untuk mengatasi sesuatu karena persediaan yang ada tidak dapat memenuhi tuntutan kepadanya. Dwight menekankan pengertian stres pada perasaan ragu dan cemas terhadap kemampuannya.

Menurut Saam dan Wahyuni (2013), stres merupakan reaksi tubuh dan psikis terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan kepada seseorang. Reaksi tubuh terhadap stres misalnya berkeringat dingin, napas sesak, dan jantung berdebar-debar. Reaksi psikis terhadap stres misalnya frustrasi, tegang, marah, dan agresi.

Menurut Selye (1976) dalam Potter & Perry (2005), stres adalah segala situasi dimana tuntutan non-spesifik mengharuskan seorang individu untuk berespons atau melakukan tindakan. Respons atau tindakan ini termasuk respons fisiologis dan psikologis.

Stres biasanya dipersepsikan sebagai sesuatu yang negatif padahal tidak. Terjadinya stres dapat disebabkan oleh sesuatu yang dinamakan stresor. Bentuk stresor ini dapat dari lingkungan, kondisi dirinya serta pikiran. Dalam pengertian stres itu sendiri juga dapat dikatakan sebagai stimulus dimana penyebab stres dianggap sebagai respons artinya dapat merespons apa yang terjadi, juga disebut sebagai transaksi yakni hubungan antara stresor dianggap positif karena adanya interaksi antara individu dengan lingkungan (Hidayat, 2004)

2. Etiologi Stres

Stres dapat terjadi karena terdapat suatu perubahan dalam ruang lingkup pekerjaan, tanggung jawab, pengambilan keputusan, tempat tinggal, hubungan pribadi, dan kesehatan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan stres disebut sebagai stresor. Setiap individu dapat mengalami stres, baik stres jangka panjang maupun stres jangka pendek.

Stres yang dialami seseorang mengakibatkan munculnya konsep stresor, yaitu stresor internal dan stresor eksternal (Selye, 1976 dalam Potter & Perry, 2005). Stresor internal berasal dari dalam diri seseorang, misalnya: demam, penyakit infeksi, trauma fisik, malnutrisi, kelelahan fisik, kekacauan fungsi biologik yang berkelanjutan. Stresor eksternal berasal dari luar diri seseorang, misalnya: perubahan bermakna dalam suhu lingkungan, perubahan peran dan sosial, proses pembelajaran, pekerjaan, serta hubungan interpersonal. Berdasarkan penjabaran singkat tentang stresor, setiap individu harus beradaptasi dengan stresor yang terjadi pada dirinya dalam rangka bertahan hidup terhadap stresor yang datang dari internal dan eksternal.

3. Respons Stres

Stres dapat menghasilkan berbagai respons yang besar pada seseorang, dan jika orang tersebut tidak dapat mengadaptasi, maka dapat terjadi penyakit. Respons terhadap stres dapat berupa respons fisiologis dan psikologis. Respons fisiologis terhadap stres terdiri dari dua respons, yaitu sindrom adaptasi lokal (LAS) dan sindrom adaptasi umum (GAS). LAS adalah respons dari jaringan, organ, atau bagian tubuh terhadap stres karena trauma, penyakit, atau perubahan fisiologis lainnya. GAS adalah respons pertahanan dari keseluruhan tubuh terhadap

stres. Respons psikologis berupa perilaku konstruktif dan dekonstruktif (Potter & Perry, 2005).

4. Tahapan Stres

Menurut Dr. Robert J. Van Amberg (1979) dalam Yosep (2009) bahwa tahapan stres ialah sebagai berikut:

a. Stres tahap I

Tahapan ini merupakan tingkat stres yang paling ringan, dan biasanya disertai dengan perasaan-perasaan sebagai berikut:

- 1) Semangat besar
- 2) Penglihatan tajam tidak sebagaimana biasanya
- 3) Energi dan gugup berlebihan, kemampuan menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya

b. Stres tahap II

Dalam tahapan ini dampak stres yang menyenangkan mulai menghilang dan timbul keluhan-keluhan sebagai berikut:

- 1) Merasa letih sewaktu bangun pagi
- 2) Merasa lelah sesudah makan siang
- 3) Merasa lelah menjelang sore hari
- 4) Terkadang gangguan dalam sistem pencernaan (gangguan usus, perut kembung), kadang-kadang pula jantung berdebar-debar
- 5) Perasaan tegang pada otot-otot punggung dan tengkuk (belakang leher)
- 6) Perasaan tidak bisa santai

c. Stres tahap III

Pada tahapan ini, keluhan kelelahan semakin nampak disertai dengan gejala-gejala:

- 1) Gangguan usus lebih terasa (sakit perut, mules, sering ingin ke belakang)

- 2) Otot-otot terasa tegang
- 3) Perasaan tegang semakin meningkat
- 4) Gangguan tidur (sukar tidur, sering terbangun malam hari dan sukar tidur kembali, atau bangun terlalu pagi)
- 5) Kepala terasa pusing, rasa-rasa mau pingsan

Pada tahapan ini penderita sudah harus berkonsultasi pada dokter, kecuali kalau beban stres atau tuntutan-tuntutan dikurangi, dan tubuh mendapat kesempatan untuk beristirahat atau releaksasi, guna memulihkan suplai energi

d. Stres tahap IV

Tahapan ini sudah menunjukkan keadaan yang lebih buruk yang ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Untuk bisa bertahan sepanjang hari terasa sangat sulit
- 2) Kegiatan-kegiatan yang semula menyenangkan kini terasa sulit
- 3) Kehilangan kemampuan untuk menanggapi situasi, pergaulan sosial, dan kegiatan-kegiatan rutin terasa berat
- 4) Tidur semakin sukar, mimpi-mimpi menegangkan, dan sering kali terbangun dini hari
- 5) Perasaan negativistic
- 6) Kemampuan berkonsentrasi menurun drastis
- 7) Perasaan takut yang tidak dapat dijelaskan, tidak mengerti mengapa

e. Stres tahap V

Tahapan ini merupakan keadaan yang lebih mendalam dari tahapan IV diatas, yaitu:

- 1) Keletihan yang mendalam (physical and psychological exhaustion)
- 2) Untuk pekerjaan-pekerjaan yang sederhana saja terasa kurang mampu

- 3) Gangguan sistem pencernaan (sakit maag dan usus) lebih sering, sukar buang air besar atau sebaliknya feses cair dan sering ke belakang
- 4) Perasaan takut semakin menjadi, mirip panik

f. Stres tahap VI

Tahapan ini merupakan tahapan puncak yang merupakan keadaan gawat darurat. Tidak jarang penderita pada tahapan ini dibawa ke ICCU. Gejala-gejala pada tahapan ini cukup mengerikan, antara lain:

- 1) Debar jantung terasa amat keras, hal ini disebabkan karena zat adrenalin yang dikeluarkan, karena stres tersebut cukup tinggi dalam peredaran darah
- 2) Nafas sesak, megap-megap
- 3) Badan gemetar, tubuh dingin, keringat bercucuran
- 4) Tenaga untuk hal-hal ringan sekalipun tidak kuasa lagi, pingsan atau kolaps

5. Tingkatan Stres

Berdasarkan beberapa studi literatur, ditemukan tingkatan stres menjadi lima bagian, antara lain:

a. Stres normal

Stres normal yang dihadapi secara teratur dan merupakan bagian alamiah dari kehidupan. Seperti dalam situasi: kelelahan setelah mengerjakan tugas, takut tidak lulus ujian, merasakan detak jantung berdetak lebih keras setelah aktivitas (Crowford & Henry, 2003). Stres normal alamiah dan menjadi penting, karena setiap orang pasti pernah mengalami stres. Bahkan, sejak dalam kandungan.

b. Stres ringan

Stres ringan adalah stresor yang dihadapi secara teratur dan dapat berlangsung beberapa menit atau jam. Dapat berupa

situasi seperti banyak tidur, kemacetan atau dimarahi dosen. Stresor ini dapat menimbulkan gejala, antara lain bibir sering kering, kesulitan bernafas (sering terengah-engah), kesulitan menelan, merasa goyah, merasa lemas, berkeringat berlebihan ketika temperatur tidak panas dan tidak setelah beraktivitas, takut tanpa alasan yang jelas, menyadari denyut jantung walaupun tidak setelah melakukan aktivitas fisik, tremor pada tangan, dan merasa sangat lega jika situasi berakhir (*Psychology Foundation of Australia, 2010*). Dengan demikian, stresor ringan dengan jumlah yang banyak dalam waktu singkat dapat meningkatkan risiko penyakit bagi mahasiswa.

c. Stres sedang

Stres ini terjadi lebih lama, antara beberapa jam sampai beberapa hari. Misalnya masalah perselisihan yang tidak dapat diselesaikan dengan teman atau pacar. Stresor ini dapat menimbulkan gejala, antara lain mudah marah, bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi, sulit untuk beristirahat, merasa lelah karena cemas, tidak sabar ketika mengalami penundaan dan menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan, mudah tersinggung, gelisah, dan tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi ketika sedang mengerjakan sesuatu hal, misalnya tugas kuliah (*Psychology Foundation of Australia, 2010*).

d. Stres berat

Stres berat adalah situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa minggu sampai beberapa tahun, seperti perselisihan dengan dosen atau teman secara terus-menerus, kesulitan finansial yang berkepanjangan, dan penyakit fisik jangka panjang. Makin sering dan lama situasi stres, makin tinggi

risiko stres yang ditimbulkan. Stresor ini dapat merasakan perasaan positif, merasa tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan, merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan, sedih dan tertekan, putus asa, kehilangan minat akan segala hal, merasa tidak berharga sebagai seorang manusia, berpikir bahwa hidup tidak bermanfaat. Semakin meningkat stres yang dialami mahasiswa secara bertahap maka akan menurunkan energi dan respon adaptif (*Psychology Foundation of Australia, 2010*).

e. Stres sangat berat

Stres sangat berat adalah situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa bulan dan dalam waktu yang tidak dapat ditentukan. Seseorang yang mengalami stres sangat berat tidak memiliki motivasi untuk hidup dan cenderung pasrah. Seseorang dalam tingkatan stres ini biasanya teridentifikasi mengalami depresi berat.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini adalah “ada hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV program S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar”.

G. Defenisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skor
1	Independen: Stres	Reaksi/respons tubuh berupa respons fisiologis, psikologis maupun perilaku terhadap stresor yang dialami.	Gejala-gejala stres yang mencakup empat aspek dari individu: 1. Aspek fisik 2. Aspek emosi 3. Aspek kognitif 4. Aspek interpersonal	Kuisisioner	Ordinal	-Stres ringan, jika total skor jawaban responden ≤ 16 -Stres sedang, jika total skor jawaban responden 17-32 -Stres berat, jika total skor jawaban responden 33-48

	Dependen: Siklus Menstruasi	Lama atau jarak waktu mulainya menstruasi sampai dengan menstruasi berikutnya.	Siklus - < 21 hari - 21-30 hari - > 30 hari	Kuisisioner	Ordinal	- Teratur, jika siklus menstruasi 21-30 hari - Tidak teratur, jika siklus menstruasi <21 hari / >30 hari
--	-----------------------------------	---	--	-------------	---------	---

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study* yakni jenis penelitian dimana pengambilan data variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada saat yang bersamaan yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar melalui instrumen kuisioner.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lingkungan STIK Stella Maris Makassar. Pemilihan lokasi penelitian ini dengan pertimbangan bahwa STIK Stella Maris merupakan salah satu institusi yang bergerak di bidang keperawatan dimana mayoritas mahasiswanya ialah wanita. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Februari 2016.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah semua mahasiswi tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar sebanyak 72 orang.

2. Sampel

Pada penelitian ini sampel yang diambil menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan pendekatan *total sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan mengambil semua anggota populasi menjadi sampel, yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

- a. Kriteria inklusi:
 - 1) Mahasiswi yang haid teratur sebelum stres
 - 2) Mahasiswi yang bersedia menjadi responden
- b. Kriteria eksklusi:
 - 1) Mahasiswi yang sedang sakit saat penelitian
 - 2) Mahasiswi yang dari awal haid tidak teratur (sebelum stres)

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian untuk pengumpulan data menggunakan lembar kuisisioner, yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden. Kuisisioner ini disusun oleh peneliti kemudian masing-masing calon responden diminta untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan cara mengisi kuisisioner penelitian.

Karena kuisisioner ini dibuat oleh peneliti sendiri, maka sebelum dilaksanakannya penelitian terlebih dahulu perlu dilakukan uji validitas dan uji reabilitas.

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji yang menunjukkan bahwa suatu alat ukur benar-benar mengukur apa yang diukur. Uji validitas dilakukan untuk mengukur relevan atau tidaknya pengukur dan pengamatan yang dilakukan pada penelitian. Uji validitas kuisisioner dilakukan dengan uji korelasi antara skor (nilai) tiap-tiap item pertanyaan dengan nilai total kuisisioner tersebut.

2. Uji Reabilitas

Uji reabilitas adalah uji yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan, yang menunjukkan bahwa pengukuran tersebut konsisten atau tetap asas. Uji reabilitas digunakan untuk mengetahui apakah

instrumen tersebut cukup konsisten untuk mengukur gejala yang sama pada pengukuran yang berulang.

E. Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, dipandang perlu adanya rekomendasi dari pihak institusi kampus STIK Stella Maris Makassar yang ditujukan ke tempat penelitian.

Setelah mendapat persetujuan, barulah dilakukan penelitian dengan etika penelitian sebagai berikut:

1. *Informed Consent*

Lembar persetujuan ini diberikan kepada responden yang akan diteliti yang memenuhi kriteria inklusi dan disertai jadwal penelitian dan manfaat penelitian. Bila subjek menolak, maka peneliti tidak akan memaksakan dan tetap menghormati hak - hak klien.

2. *Anomity* (Tanpa Nama)

Untuk menjaga kerahasiaan, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden tetapi lembaran tersebut diberikan inisial atau kode.

3. *Confidentially*

Kerahasiaan informasi responden dijamin oleh peneliti dan hanya kelompok data tertentu akan dilaporkan sebagai hasil penelitian. Data yang telah dikumpulkan disimpan dalam disk dan hanya diakses oleh peneliti dan pembimbing.

Data-data yang dikumpulkan berupa:

a. Data primer

Data primer adalah data yang diambil secara langsung dari objek yang akan diteliti.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diambil dengan cara menelusuri dan menelaah literatur serta data yang diperoleh dari bagian administrasi STIK Stella Maris Makassar.

Setelah data tersebut diperoleh, dimasukkan ke dalam pengujian statistik untuk memperoleh kejelasan tentang gambaran hubungan variabel independen dan variabel dependen.

F. Pengolahan dan Penyajian Data

Pengolahan dan penyajian data pada penelitian dilaksanakan dengan tahap-tahap sebagai berikut :

1. *Editing*

Yaitu meneliti kembali apakah isian dalam lembar kuisioner sudah lengkap, jelas, dan konsisten. *Editing* dilakukan di tempat pengumpulan data, sehingga jika ada kekurangan data dapat segera dilengkapi.

2. *Coding*

Yaitu usaha mengklasifikasikan jawaban-jawaban yang ada menurut macamnya dengan menggunakan kode-kode tertentu berupa angka. Selanjutnya dimasukkan ke dalam lembaran table kerja untuk memudahkan pengolahan.

3. Memasukkan Data (*Entry Data*)

Memasukkan data yang telah terkumpul dengan menggunakan program komputer.

3. Tabulasi Data

Data dikelompokkan berdasarkan variabel yang diteliti selanjutnya ditabulasi untuk mendapatkan distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti.

G. Analisa Data

Setelah memperoleh nilai skor tiap-tiap tabel selanjutnya data dianalisa yang meliputi :

1. *Univariat*

Dilakukan terhadap setiap variable dari hasil penelitian. Analisa ini menghasilkan distribusi dan presentasi dari setiap variabel yang diteliti.

2. *Bivariat*

Analisa bivariat dilakukan untuk melihat hubungan variabel independen (stres) dan variabel dependen (siklus menstruasi). Karena skala pengkategorianya adalah skala kategorik dan tabelnya berordo 3X2 maka uji statistik yang digunakan adalah uji statistik *Chi Square*. Dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ menggunakan program SPSS versi 20.0, dengan interpretasi sebagai berikut:

- a. Apabila nilai $p < \alpha$, maka H_a di terima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan stres dengan siklus menstruasi.
- b. Apabila nilai $p \geq \alpha$, maka H_0 di terima dan H_a ditolak, artinya tidak ada hubungan stres dengan siklus menstruasi.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pengantar

Penelitian ini dilaksanakan di STIK Stella Maris Makassar yang telah dilaksanakan pada tanggal 29 Februari 2016. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling dengan jumlah 68 responden. Pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner stres dan siklus menstruasi yang terdiri dari 16 pertanyaan stres dan 1 pertanyaan siklus menstruasi. Penelitian ini berupa observasi hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar.

Pengolahan data dengan menggunakan Komputer Program *SPSS For windows versi 20.0*. Kemudian selanjutnya data di analisis dengan menggunakan uji statistic *Chi-Square*. Uji ini dilakukan untuk mengetahui ada hubungan dua variabel. Adapun ketentuan terhadap hubungan. Apabila nilai $p < \alpha$, maka H_a di terima dan H_o ditolak, artinya ada hubungan stres dengan siklus menstruasi.

2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

STIK Stella Maris Makassar terletak di Jalan Maipa, No.19 Makassar. Dengan dipimpin oleh Henny Pongantung, S.Kep., Ns., MSN.

STIK Stella Maris Makassar memiliki visi dan misi adalah sebagai berikut:

a. Visi

Menjadi Sekolah Tinggi Kesehatan yang Unggul dalam Keperawatan Neurorehabilitasi dengan Berlandaskan Pelayanan Cinta Kasih

b. Misi

- 1) Mengembangkan Nilai-nilai Etika, Spiritual, Kepekaan dan Kepedulian
- 2) Mengembangkan Sumber Daya Manusia yang Mampu Melaksanakan Tridharma Perguruan Tinggi dan Berkualitas dalam Keperawatan Neurorehabilitasi

3. Penyajian Karakteristik data umum

Data yang menyangkut karakteristik responden dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Distribusi frekuensi usia responden

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelompok Usia pada Mahasiswi Tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar Februari, 2016

Usia (th)	Frekuensi (f)	Presentase (%)
20	3	4,4
21	33	48,5
22	24	35,3
23	6	8,8
24	2	3
Total	68	100

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 5.1 di atas, diperoleh data dari 68 responden, jumlah terbanyaknya berada pada responden dengan kelompok usia 21 tahun yaitu (48,5%) dan jumlah usia responden terkecil berada pada kelompok usia yaitu 24 (3%).

4. Hasil analisis variabel yang diteliti

a. Analisis univariat

1) Stres

Tabel 5.2

Distribusi Frekuensi Stres pada Mahasiswi Tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar Februari, 2016

Stres	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Ringan	19	27,9
Sedang	47	69,1
Berat	2	2,9
Total	68	100

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 5.2 di atas, diperoleh data yang menunjukkan stres ringan yaitu 19 (27,9%) responden, dan yang stres sedang yaitu 47 (69,1%) responden.

2) Siklus Menstruasi

Tabel 5.3

Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Responden pada Mahasiswi Tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar Februari, 2016

Siklus Menstruasi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Teratur	21	30,9
Tidak Teratur	47	69,1
Total	68	100

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 5.3 di atas, diperoleh data yang menunjukkan bahwa siklus menstruasi teratur yaitu sebanyak 21 (30,9%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur yaitu sebanyak 47 (69,1%).

b. Analisa bivariat

Tabel 5.4

Analisis Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi
Tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris
Makassar
Februari, 2016

Stres	Siklus Menstruasi				Total		P value
	Teratur		Tidak Teratur		n	%	
	f	%	f	%			
Ringan	12	17,6	7	10,3	19	27,9	0,001
Sedang	9	13,2	40	58,8	49	72,1	
Jumlah	21	30,9	47	69,1	68	100	

Sumber: Data Primer 2016

Dalam penelitian ini analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar. Setelah dilakukan uji statistik *Chi-Square* dengan tabel 3x2 didapatkan 2 sel (33,3%) dengan *expected count* <5 sehingga dilakukan penggabungan sel menjadi 2x2 dimana kriteria sedang+berat digabung menjadi kriteria sedang. Lalu dilakukan uji *Chi-Square* dengan alternatif *Continuity Correction* didapat hasil nilai $p=0,001$ dimana nilai $\alpha=0,05$. Hal ini menunjukkan $p < \alpha$ artinya hipotesis alternative (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak dengan demikian berarti ada hubungan stres dengan siklus menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh dari 68 responden didapatkan stres ringan dengan siklus menstruasi teratur sebanyak 12 (17,6%) responden, stres ringan dengan siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 7 (10,3%) responden. Stres sedang dengan siklus menstruasi teratur sebanyak 9 (13,2%) responden, sedangkan stres sedang dengan siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 40 (58,8%) responden.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres dengan siklus menstruasi di STIK Stella Maris Makassar. Hal ini terlihat dari hasil p value 0,001, berarti $p < \alpha$. Hal ini juga didukung oleh teori Kusmiran (2011) yang mengatakan bahwa stres dapat menyebabkan perubahan pada sistemik tubuh. Khususnya sistem persarafan dalam hipotalamus melalui perubahan prolaktin atau endogen opiat yang dapat mempengaruhi elevasi kortisol dan menurunkan *hormone litein* (LH) yang menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi.

Menurut Graha (2010), tingkat stres memiliki hubungan dengan terganggunya siklus menstruasi. Stresor yang membuat satu tuntutan baru bagi suatu pekerjaan, meningkatkan panjang siklus menstruasi, jadi menunda periode setiap bulannya. Stres pada seseorang akan memicu pelepasan hormon kortisol dalam tubuh seseorang, dimana hormon ini akan bekerja mengatur seluruh sistem di dalam tubuh, seperti jantung, paru-paru, peredaran darah, metabolisme tubuh dan sistem kekebalan tubuh dalam menghadapi stres yang ada. Biasanya hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Semakin stres seseorang, kadar kortisol dalam tubuhnya akan semakin tinggi. Ini disebabkan karena stres yang dialami mempengaruhi kerja hormon kortisol diatur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitary (Yustinus, 2009).

Dari 68 responden didapatkan 40 (58,8%) responden yang mengalami stres sedang dengan siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Toduho (2014) dengan 68 responden terdapat 35 (61,8%) responden mengalami mengalami stres sedang dengan siklus menstruasi tidak normal.

Dari hasil penelitian juga didapatkan mahasiswi yang mengalami stres ringan dan memiliki siklus menstruasi yang teratur

ada 12 (17,6%) responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu (2013) dengan 35 responden didapatkan 1 (9,1%) mahasiswi dengan stres ringan yang tidak mengalami gangguan siklus menstruasi.

Selain itu, sebanyak 9 (13,2%) responden dengan stres sedang tidak mengalami gangguan siklus menstruasi. Hal ini dikarenakan beberapa mahasiswi dapat menangani stresnya dengan baik sehingga siklus menstruasi tidak terganggu. Sedangkan 7 (10,3%) responden dengan stres ringan mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Hal ini dapat terjadi karena gangguan pada siklus menstruasi tidak hanya disebabkan oleh stres. Menurut Mulastin (2013), faktor lain yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi diantaranya yaitu faktor hormon, aktivitas, gizi, dan pola makan.

Menurut asumsi peneliti, adanya hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi dikarenakan pusat stres di otak sangat dekat lokasinya dengan pusat pengaturan menstruasi di otak. Stres seringkali dialami oleh mahasiswi tingkat akhir yang sedang dalam proses penyusunan proposal dan skripsi. Beberapa mahasiswi merasa tertekan dalam proses penyusunan dikarenakan rasa takut yang muncul pada saat akan bertemu dosen, baik saat konsultasi maupun pada saat akan ujian. Mereka juga dihadapkan pada kondisi untuk menempah diri menjadi kaum intelektual yang dituntut untuk mampu mengaplikasikan ilmu dan teori yang mereka dapatkan, sehingga mampu memberikan saran serta solusi permasalahan yang ditemukan. Menurut Bakrie (2010), kemampuan tersebut sebagai bagian dari *skill* yang dibutuhkan setelah mereka menyelesaikan pendidikan di masa perkuliahan dan menerapkannya di dunia kerja. Mahasiswi perlu melakukan penyesuaian diri dan adaptasi atas tuntutan dan kewajiban yang diterima sebagai bagian dari akademisi.

Penyesuaian dan adaptasi digunakan untuk mengkopling perubahan-perubahan yang terjadi dan diterima selama masa

perkuliahan. Menurut Potter & Perry (2005), perubahan tersebut terkadang tidak sesuai dengan nilai pribadi yang dimiliki oleh individu. Selain itu, konflik dalam diri mahasiswi dapat terjadi akibat perasaan identitas yang tidak *matur* yang disebabkan oleh lingkungan perkuliahan, teman sebaya, dan proses pembelajaran yang membingungkan yang bertentangan dengan identitas diri yang sudah terbentuk. Mahasiswi tingkat akhir diwajibkan untuk menyelesaikan skripsi sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan. Dalam proses tersebut, kesulitan yang seringkali dialami diantaranya kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, kesulitan dalam mengendalikan emosi, ataupun takut saat bertemu dengan dosen. Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan stres, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi, dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Mahasiswi perlu untuk menyiasati hal tersebut sehingga tidak kehilangan motivasi dan segera dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menekankan bahwa, terjadinya ketidakteraturan siklus menstruasi disebabkan karena adanya beban psikis yang terjadi pada setiap wanita, khususnya pada mahasiswi keperawatan tingkat akhir.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 68 responden pada tanggal 29 Februari 2016, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Stres pada mahasiswi tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar sebagian besar mengalami stres sedang.
2. Siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV di STIK Stella Maris Makassar sebagian besar mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur.
3. Ada hubungan antara stres dengan siklus menstruasi di STIK Stella Maris Makassar.

B. Saran

1. Bagi Institusi

Diharapkan agar lebih memperhatikan stres yang dialami oleh mahasiswa dan memperkuat peran pendamping melalui pembimbing akademik sehingga dapat membantu mahasiswa dalam mengungkapkan masalah-masalah atau kendala yang dihadapi mahasiswa dalam menempuh proses perkuliahan yang dapat menyebabkan stres.

2. Bagi Mahasiswa

Membuat tugas akhir yaitu proposal dan skripsi merupakan tuntutan yang wajib dihadapi oleh setiap mahasiswa. Proses tersebut dapat menimbulkan stres. Oleh karena itu, mahasiswa perlu memiliki motivasi yang lebih tinggi dan harus yakin bahwa proposal dan skripsi bisa dilalui dengan baik karena ada dosen pembimbing yang

akan selalu membimbing dalam proses penyusunan tugas akhir tersebut.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian lanjutan mengenai hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi dengan jumlah responden lebih banyak dan meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi siklus menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. & Asrori, M. (2012). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Ayu, B.M. & Wahyu, V.A. (2013). *Stres Dan Mekanisme Koping Terhadap Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri*. <http://www.e-jurnal.com/2014/10/stres-dan-mekanisme-koping-terhadap> 30.html. Diakses pada tanggal 5 April 2016
- Bakrie, I. (2010). *Ciri-ciri penting remaja akhir*. <http://www.tnol.co.id>. Diakses pada tanggal 7 April 2016
- Bobak. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta: ECG.
- Crowford, J.C. & Henry, J.D. (2003). *The Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Normative data and latent structure in a large non clinical sampel*. British Journal of Clinical Psychology.
- Dewi, A.A.A.S.P., Ruspawan, I.D.M., dan Lestari, T.R. (2014). *Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Angkatan Empat STIKes Wira Medika PPNi Bali*. <http://poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL%20GEMA%20KEPERAWATAN/DESEMBER%202014/ARTIKEL%20A.A.Ayu%20Sinha%20Pramita%20Dewi%20dkk..pdf>. Diakses pada tanggal 7 November 2015
- Dwight, L. (2004). *Mengatasi Kelelahan dan Stres*. Yogyakarta: Andi Offset
- Epigee. (2009). *Irreguar Periods (Oligomenorrhea)*. <http://www.epigee.org/menstruastion/irregularperiods.html>. Diakses pada tanggal 7 November 2015
- Fujiwara, T. & Rieko, N. (2007). *Young Japanese College Students with Dysmenorrhea Have High Frequency of Irregular Menstruation and Premenstrual Symptoms*. <http://www.ncbi.nlm.gov/pmc/articles/PMC2666467/>. Diakses pada tanggal 7 November 2015
- Graha, C.K. (2010). *100 Question and Answer*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Hestiantoro, A. (2007). *Mengapa Haid Tidak Teratur? Penyebab dan Solusi*. Jakarta: Department of Obstetrics and Gynecologi RSUPN Cipto Mangunkusumo.
- Hidayat, A.A.A. (2004). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Isnaeni, D.N. (2010). *Hubungan Antara Stres dengan Pola Menstruasi pada Mahasiswa D IV Kebidanan Jalur Reguler Universitas Sebelas Maret Surakarta*. <http://eprints.uns.ac.id/192/1/165240109201010581.pdf>. Diakses pada tanggal 7 November 2015
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lee, J. (2012). *Mengapa Menstruasi Berkepanjangan?* <http://merpati.pos.com/mengapa-menstruasi-berkepanjangan/>. Diakses pada tanggal 7 November 2015
- Mulastin. (2013). *Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Wanita Pekerja Di Desa Pelemkerep Kecamatan Mayong Kabupaten Jepara*. <http://jurnal.akbidalhikmah.ac.id/index.php/jkb/article/download/3/3>. Diakses pada tanggal 28 April 2016
- Nurlaila, Hazanah, S., dan Shoufiah, R. (2013). *Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Usia 18-21 Tahun*. <https://husadamahakam.files.wordpress.com/2015/07/3-hubungan-stres-dengan-siklus-menstruasi-466-473.pdf>. Diakses pada tanggal 7 November 2015
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pieter, H.Z. & Lubis, N.L. (2010). *Pengantar Psikologi untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana Predana Media Group.
- Potter, P.A. & Perry, A.G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik Edisi 4*. Jakarta: ECG.
- Psychology Foundation of Australia. (2010). *Depression anxiety stress scale*. <http://www.psy.unsw.edu.au/groups/dass>. Diakses pada tanggal 10 November 2015
- Reeder, S.J. (2011). *Keperawatan Maternitas: Kesehatan Wanita, Bayi, dan Keluarga*. Jakarta: ECG.
- Riskesdas. (2010). *Riset Kesehatan Dasar: Riskesdas 2010*. http://dinkes.ntbprov.go.id/sistem/data-dinkes/uploads/2013/10/Laporan_riskesdas_2010.pdf. Diakses pada tanggal 10 November 2015
- Saam, Z. & Wahyuni, S. (2013). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Smeltzer, S.C. & Bare, B.G. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth Vol.2 Ed.8*. Jakarta: ECG.

- Sriati, A. (2008). *Tinjauan Tentang Stress*. http://resources.unpad.ac.id/unpadcontent/uploads/publikasi_dosen/TINJAUAN%20TENTANG%20STRES.pdf. Diakses pada tanggal 7 November 2015
- Toduho, S. (2014). *Hubungan Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi*. <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5306>. Diakses pada tanggal 5 April 2016
- Yosep, I. (2009). *Keperawatan Jiwa. Edisi Kedua (edisi revisi)*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Yustinus. (2009). *Siklus Menstruasi pada Wanita*. Jakarta: ECG

LEMBAR KONSUL

Nama : Melisa Andrea Suntan (C.12.14201.037)

Yulita Benga Ola (C.12.14201.054)

Jurusan : S1 Keperawatan dan Ners

Judul : Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat IV Program S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar

Pembimbing : Rosdewi, SKp.,MSN

NO	TANGGAL	SARAN	PARAF
1	29/10/2015	Konsul judul	
2	9/11/2015	ACC judul (Hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV Program S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar)	
3	16/11/2015	Konsul BAB I → Revisi seluruh BAB 1	
4	17/11/2015	Konsul BAB I → Urutan pembahasan kurang jelas dan perbaiki Rumusan Masalah	
5	3/12/2015	Konsul BAB I → Perbaiki beberapa kalimat Konsul BAB II → Perlu atau tidak tinjauan umum tentang remaja	

Lampiran 2

6	15/12/2015	<p>Konsul BAB I → Perbaiki beberapa kalimat dan Manfaat Penelitian</p> <p>Konsul BAB II → Pengertian tidak perlu memakai referensi dari internet</p>	
7	8/1/2016	<p>Konsul BAB I → Perbaiki pengetikan</p> <p>Konsul BAB II → Perbaiki pengetikan</p> <p>Konsul BAB III → Perbaiki Kerangka Konseptual</p> <p>Konsul BAB IV</p> <p>Konsul Kuisisioner → Perbaiki beberapa pernyataan dan pertanyaan</p>	
8	18/4/2016	<p>Konsul BAB V → Perbaiki Pembahasan</p> <p>Konsul BAB IV → Perbaiki kesimpulan dan saran</p> <p>Konsul Abstrak → Perbaiki pengertian stres</p>	
9	19/4/2016	<p>Konsul BAB V → Perbaiki Pembahasan</p> <p>Konsul BAB IV → Perbaiki saran</p>	
10	20/4/2016	<p>Konsul BAB V → Tambahkan pembahasan</p>	
11	21/4/2016	<p>ACC</p>	

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.

Saudara/I Calon Responden Penelitian

Di –

Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa program studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan (STIK) Stella Maris Makassar.

Nama : Melisa Andrea Suntan / Yulita Benga Ola

NIM : C.12.14201.037 / C.12.14201.054

Akan mengadakan Penelitian dengan judul : ***Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar.*** Penelitian ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan Saudara/i sebagai responden penelitian, kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan di jaga, dan hanya di gunakan untuk kepentingan penelitian.

Tidak ada paksaan bagi Saudara/i untuk menjadi subyek penelitian ini. Jika terjadi hal-hal yang merugikan selama penelitian ini maka Saudara/i diperbolehkan mengundurkan diri untuk tidak berpartisipasi dalam penelitian ini.

Apabila Saudara/i menyetujui, maka saya mohon kesediaanya untuk menandatangani lembaran persetujuan yang telah saya sediakan. Atas kesediaan dan kerja samanya saya ucapkan Terima Kasih.

Peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya bersedia menjadi responden penelitian dalam penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa program studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan (STIK) Stella Maris Makassar atas nama Melisa Andrea Suntu (C.12.14201.037) dan Yulita Benga Ola (C.12.14201.054) dengan judul "***Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar***".

Saya telah memahami maksud dan tujuan penelitian ini yaitu untuk kepentingan perkembangan ilmu keperawatan dan dalam rangka penyelesaian tugas akhir bagi peneliti, dan saya memahami bahwa penelitian ini tidak merugikan saya sehingga jawaban yang saya berikan adalah yang sejujurnya, serta saya tidak keberatan menjadi responden.

Dengan demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berpartisipasi.

Makassar, 29 Februari 2016

(.....)

KUISIONER PENELITIAN

**HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWI TINGKAT IV PROGRAM S1 KEPERAWATAN
STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

Petunjuk Pengisian :

1. Isilah terlebih dahulu identitas Anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Semua pertanyaan dalam kuisisioner harus dijawab.
3. Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang menurut anda benar dan sesuai pada kolom jawaban yang telah disediakan.
4. Setiap pertanyaan dijawab hanya dengan satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda.
5. Apabila ada pertanyaan yang tidak dimengerti silahkan bertanya pada peneliti.

A. Identitas Responden

1. Nama (inisial) :
2. Umur : tahun

B. Stres

Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda selama penyusunan proposal dan skripsi. Beri tanda centang (✓) pada jawaban yang anda pilih.

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang	Tidak Pernah
1	Saya mengalami kesulitan bernapas saat diberi pertanyaan oleh dosen				
2	Mulut saya kering ketika berada di kelas saat proses pembelajaran				
3	Saya mudah berkeringat setelah presentasi di kelas				
4	Saya merasa berdebar-debar/ragu (misalnya, saat akan bertemu dengan dosen)				
5	Saya menemukan diri saya mudah marah dengan hal-hal yang sepele				
6	Saya merasa tertekan dengan suasana perkuliahan selama di tingkat akhir				
7	Saya lebih mudah marah dibanding teman-teman saya				
8	Saya cenderung merasa tidaksabaran terhadap suatu yang ditunda-tunda (misalnya, dosen yang datang tidak tepat waktu)				
9	Saya merasa tidak yakin lulus skripsi				
10	Saya merasa sulit untuk berhati-hati dalam melakukan sesuatu				
11	Saya merasa bahwa saya telah menggunakan banyak energi untuk berpikir dalam mengerjakan tugas-tugas perkuliahan dan penyusunan tugas akhir (proposal dan skripsi)				
12	Saya tampaknya adalah orang yang sulit untuk memulai sesuatu				
13	Saya mudah merasa takut tanpa alasan yang jelas saat menjawab pertanyaan teman atau dosen				


14	Saya merasa sulit beradaptasi dengan teman-teman di kampus				
15	Saya merasa tidak berguna bagi orang lain				
16	Saya mudah tersinggung terhadap lelucon yang menyindir perilaku mahasiswa				

C. Siklus Menstruasi

Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda. Beri tanda centang (✓) pada jawaban yang anda pilih.

1. Selama penyusunan proposal dan skripsi, bagaimana siklus menstruasi anda (dihitung dari awal anda mendapat menstruasi sampai menstruasi berikutnya)?

- < 21 hari
- 21-30 hari
- > 30 hari

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
STELLA MARIS**
TERAKREDITASI BAN-PT
PROGRAM D-III, S-1 KEPERAWATAN DAN NERS
Jl. Maipa No. 19 Telp. (0411) – 854808 Fax (0411) – 870642 MAKASSAR
Website : www.stikstellamaris.ac.id Email : stiksm_mks@yahoo.co.id

Nomor : ~~064~~064/STIK-SM/S-1779/11/2016
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Ketua STIK Stella Maris

Di –
MAKASSAR

Dengan hormat,

Dalam rangka Tugas Akhir Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan dan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar Tahun Akademik 2015/2016, maka dengan ini kami mohon bantuannya kiranya berkenan memberi izin melaksanakan Penelitian di STIK Stella Maris Makassar

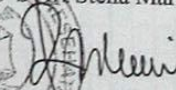
Kepada mahasiswa yang tersebut dibawah ini:


1. Nama : Melisa Andrea Suntan
NIM : C1214201037

2. Nama : Yulita Benga Ola
NIM : C1214201054

Judul Penelitian : “Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat IV Program S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar ”

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Makassar, 10 Februari, 2016
Wakil Ketua II Bidang Administrasi
STIK Stella Maris,

Rosdewi,SKp.MSN
NIDN: 0906097002



Lampiran 7

MASTER TABEL

NO	INISIAL	UMUR	KODE	STRES																	SIKLUS MENSTRUASI					
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	TOTAL	SKOR	KODE	1	LAMA SIKLUS	SKOR	KODE
1	D	22	3	0	1	1	0	3	1	3	3	0	1	2	1	0	0	0	1	17	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
2	N	22	3	1	1	1	2	0	1	0	2	0	1	2	1	1	0	0	1	14	RINGAN	1	1	<21 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
3	A	21	2	0	1	2	2	2	1	1	1	0	1	2	1	1	1	0	2	18	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
4	N	21	2	0	3	3	3	2	3	2	3	0	3	3	3	3	0	0	0	31	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
5	R	21	2	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	3	1	2	1	1	2	26	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
6	L	21	2	1	1	1	2	1	2	0	1	1	1	3	1	1	0	0	1	17	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
7	L	22	3	1	0	0	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	0	0	2	17	SEDANG	2	1	<21 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
8	D	22	3	0	0	1	2	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	8	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
9	A	22	3	1	1	1	2	1	2	2	1	0	1	2	1	1	1	0	1	18	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
10	G	21	2	1	0	1	2	1	1	0	2	0	0	3	1	1	0	2	1	16	RINGAN	1	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
11	A	21	2	1	1	0	2	2	1	1	2	0	2	2	1	1	0	1	1	18	SEDANG	2	1	<21 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
12	D	22	3	1	0	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	20	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
13	A	21	2	0	1	1	2	1	1	1	1	0	1	2	1	1	1	0	1	15	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
14	S	22	3	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	3	1	2	1	0	1	21	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
15	S	21	2	0	1	1	2	0	2	1	1	0	0	2	0	2	0	0	0	12	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
16	A	21	2	0	0	1	2	1	2	0	1	0	1	2	2	1	1	0	0	14	RINGAN	1	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
17	M	21	2	0	0	2	2	1	2	1	1	0	1	3	3	2	1	0	3	22	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
18	N	20	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	2	1	1	1	1	1	17	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
19	S	23	4	0	0	1	2	1	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	8	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
20	M	22	3	1	0	1	2	1	1	1	2	0	1	3	1	2	0	0	0	16	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
21	S	23	4	1	1	1	1	1	2	1	1	0	1	2	1	1	0	1	1	16	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
22	C	21	2	1	1	1	2	2	1	1	1	0	1	2	2	1	0	0	0	16	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
23	E	21	2	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	3	1	1	0	1	1	17	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
24	H	21	2	1	2	1	1	0	1	0	0	0	1	2	1	2	0	0	0	12	RINGAN	1	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
25	E	21	2	0	1	2	0	1	1	0	1	0	1	1	1	2	0	0	0	11	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
26	H	21	2	1	3	0	3	3	1	2	3	0	2	3	1	2	0	1	1	26	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
27	L	21	2	1	1	1	0	1	2	0	2	0	1	2	1	1	0	1	1	15	RINGAN	1	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
28	I	20	1	1	1	3	2	3	3	3	3	1	0	2	1	1	0	0	0	24	SEDANG	2	1	<21 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
29	L	20	1	1	1	2	2	1	1	1	2	0	1	2	2	2	0	0	1	19	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
30	A	22	3	0	0	2	2	0	1	0	3	0	1	2	1	1	0	0	0	13	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
31	N	21	2	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	5	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
32	G	21	2	2	1	1	1	1	1	0	2	0	1	2	1	2	0	0	1	16	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
33	L	24	5	1	2	2	2	1	2	1	3	0	3	2	3	1	1	0	1	25	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
34	M	21	2	0	1	1	2	2	2	2	1	0	1	2	2	1	0	0	0	17	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
35	I	22	3	0	1	1	2	1	2	0	3	0	2	2	1	0	0	1	0	16	RINGAN	1	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
36	F	22	3	2	1	2	3	1	2	1	2	0	1	1	1	1	1	1	2	22	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
37	D	21	2	1	1	2	2	1	2	2	2	0	1	1	1	2	1	0	1	20	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2

NO	INISIAL	UMUR	KODE	STRES																	SIKLUS MENSTRUASI					
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	TOTAL	SKOR	KODE	1	LAMA SIKLUS	SKOR	KODE
38	B	21	2	1	1	1	1	1	1	2	2	0	1	1	1	1	1	0	1	16	RINGAN	1	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
39	A	21	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	0	2	25	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
40	A	21	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	3	2	1	1	24	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
41	L	22	3	1	0	2	2	2	2	1	1	0	1	3	1	2	0	1	1	20	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
42	R	22	3	0	0	1	1	0	1	0	3	0	0	3	0	0	1	1	0	11	RINGAN	1	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
43	O	21	2	2	1	1	2	1	1	1	3	0	0	3	0	1	1	0	0	17	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
44	D	23	4	1	2	2	1	3	1	2	2	0	3	3	1	2	2	1	3	29	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
45	E	22	3	2	0	1	2	1	1	0	2	0	1	3	1	1	0	1	1	17	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
46	F	21	2	2	0	3	2	0	1	0	1	0	1	3	1	2	0	1	1	18	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
47	I	22	3	1	0	2	1	3	3	3	2	0	2	2	1	2	2	1	2	27	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
48	D	23	4	1	0	2	2	2	2	1	1	0	1	3	2	2	0	0	1	20	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
49	D	22	3	1	2	1	1	3	3	3	2	0	1	2	3	2	1	0	2	27	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
50	S	24	5	1	0	2	1	2	3	3	0	0	3	3	1	1	0	0	2	22	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
51	A	22	3	0	1	2	1	3	2	3	1	0	2	3	1	2	0	0	1	22	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
52	A	23	4	2	0	1	1	1	2	1	3	0	1	3	1	1	0	0	1	18	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
53	V	23	4	0	0	1	1	2	3	2	1	0	2	3	3	2	0	0	3	23	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
54	A	22	3	0	1	1	2	3	3	2	1	0	2	3	2	1	3	1	0	25	SEDANG	2	1	<21 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
55	B	22	3	1	2	2	1	3	3	3	0	0	2	3	1	2	0	0	3	26	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
56	S	21	2	2	1	3	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	28	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
57	S	21	2	2	2	3	2	1	2	1	3	0	2	1	2	3	1	0	2	27	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
58	K	22	3	1	1	2	2	1	2	2	3	0	2	2	1	3	1	2	2	27	SEDANG	2	1	<21 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
59	M	21	2	1	1	2	3	3	2	2	3	0	2	2	2	3	2	1	2	31	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
60	M	21	2	1	2	3	3	2	1	2	3	0	2	1	2	2	1	1	1	27	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
61	M	22	3	1	0	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	0	2	19	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
62	R	22	3	2	0	3	2	1	1	2	3	0	1	1	1	3	1	0	2	23	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
63	T	21	2	1	0	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	0	2	20	SEDANG	2	2	21-30 Hari	SIKLUS TERATUR	1
64	V	21	2	1	0	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	32	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
65	F	21	2	1	0	3	2	2	2	2	3	0	1	1	1	3	2	1	2	26	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
66	W	22	3	2	1	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	1	2	33	BERAT	3	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
67	Y	21	2	2	0	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	1	3	33	BERAT	3	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2
68	A	22	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	2	2	1	3	1	1	1	31	SEDANG	2	3	>30 Hari	SIKLUS TIDAK TERATUR	2

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Stres * SiklusMenstruasi	68	100,0%	0	0,0%	68	100,0%

Stres * SiklusMenstruasi Crosstabulation

		SiklusMenstruasi		Total	
		Teratur	Tidak Teratur		
Stres	Ringan	Count	12	7	19
		Expected Count	5,9	13,1	19,0
		% within Stres	63,2%	36,8%	100,0%
		% within SiklusMenstruasi	57,1%	14,9%	27,9%
		% of Total	17,6%	10,3%	27,9%
		Count	9	38	47
		Expected Count	14,5	32,5	47,0
		% within Stres	19,1%	80,9%	100,0%
		% within SiklusMenstruasi	42,9%	80,9%	69,1%
		% of Total	13,2%	55,9%	69,1%
		Count	0	2	2
		Expected Count	,6	1,4	2,0
	% within Stres	0,0%	100,0%	100,0%	
	% within SiklusMenstruasi	0,0%	4,3%	2,9%	
	% of Total	0,0%	2,9%	2,9%	
Total		Count	21	47	68
		Expected Count	21,0	47,0	68,0
		% within Stres	30,9%	69,1%	100,0%
		% within SiklusMenstruasi	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	30,9%	69,1%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13,198 ^a	2	,001
Likelihood Ratio	13,154	2	,001
Linear-by-Linear Association	12,556	1	,000
N of Valid Cases	68		

a. 2 cells (33,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,62.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Stress * SiklusMenstruasi	68	100,0%	0	0,0%	68	100,0%

Stress * SiklusMenstruasi Crosstabulation

		SiklusMenstruasi		Total
		Teratur	Tidak Teratur	
Stress	Count	12	7	19
	Expected Count	5,9	13,1	19,0
	Ringan % within Stress	63,2%	36,8%	100,0%
	% within SiklusMenstruasi	57,1%	14,9%	27,9%
	% of Total	17,6%	10,3%	27,9%
	Count	9	40	49
	Expected Count	15,1	33,9	49,0
	Sedang % within Stress	18,4%	81,6%	100,0%
	% within SiklusMenstruasi	42,9%	85,1%	72,1%
	% of Total	13,2%	58,8%	72,1%
Total	Count	21	47	68
	Expected Count	21,0	47,0	68,0
	% within Stress	30,9%	69,1%	100,0%
	% within SiklusMenstruasi	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	30,9%	69,1%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	12,868 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	10,855	1	,001		
Likelihood Ratio	12,323	1	,000		
Fisher's Exact Test				,001	,001
Linear-by-Linear Association	12,679	1	,000		
N of Valid Cases	68				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,87.

b. Computed only for a 2x2 table