

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG**

Skripsi, Januari 2018

Elsa Revista

Abstrak

Judul:

Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang

xiv + 49 halaman + 10 tabel + 2 skema + 10 lampiran

Stres merupakan suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Apabila seseorang yang mengalami stres akan mengalami gangguan pada sistem reproduksi, sistem pencernaan dan hipertensi. Siklus menstruasi adalah perdarahan secara periodik dari uterus disertai pelepasan endometrium, siklus menstruasi umumnya setiap 21-35 hari tergantung pada berbagai faktor termasuk masalah kesehatan, stres dan berat badan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang. Jenis penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif* dengan menggunakan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini sebesar 148 responden dengan teknik *simple random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres remaja putri dalam kategori normal (20.9%), ringan (20.3%), sedang (51,4%), berat (7.4%). Siklus menstruasi remaja putri adalah kategori normal (50,7%), polimenorea (36.5%), oligomenorea (12.8%) dan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi ($p=0,000$), apabila remaja putri mengalami tingkat stres yang berat atau sedang maka semakin besar potensi mengalami gangguan menstruasi pada remaja putri. Rekomendasi dari peneliti agar remaja dapat menjaga kesehatan salah satunya dengan menjaga agar tidak mengalami stres yang berlebihan karena stres dapat menyebabkan gangguan salah satunya siklus menstruasi.

Kata kunci : Tingkat Stres, Siklus Menstruasi, Remaja Putri

Pustaka : 35 (1982 – 2016)

**PROGRAM STUDY OF NURSING
FACULTY OF NURSING AND HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SEMARANG**

*Mini Thesis, January 2018
Elsa Revista*

Abstract

Title:

Relationship of Stress Level With Menstrual Cycle In female youth at Rusunawa University of Muhammadiyah Semarang

xiv + 49 pages + 10 tables + 2 schemes + 10 attachments

Stress is a physical and psychological reaction to any demands that caused of tension and disrupt the stability of daily life. If a person was under stress it would be experience a disruption in the reproductive system, digestive system and hypertension. The menstrual cycle is the periodic bleeding from the uterus accompanied by the release of the endometrium, menstrual cycles usually every 21-35 days depended on various factors include health problems, stress and weight gain. The purpose of this study was to determine the correlation between stress and the menstrual cycle in young women at the University of Muhammadiyah Semarang Rusunawa. This type of research is a quantitative research with cross sectional design. The research samples are 148 respondents with simple random sampling technique. The results showed that the stress level in female youth in the normal category (20.9%), mild (20.3%), moderate (51.4%), weight (7.4%). Female youth menstrual cycle is normal category (50.7%), polimenorea (36.5%), oligomenorrhea (12.8%). There is a relationship between stress level with the menstrual cycle ($p = 0.000$), when female youth experience a level of stress that severe or moderate, the greater the potential for experiencing menstrual disorders in female youth. Recommendation from researcher for teens to maintain the health of one of them by take care not to undergo excessive stress because stress can cause one of the menstrual cycle.

Keywords: Stress Level, Menstrual Cycle, Female Youth

Library: 35 (1982 - 2016)