

## **ABSTRAK**

### **STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 4 TUBAN**

Oleh :

**RISA NUR FADILA**

**NIM. P27820521041**

Menstruasi merupakan pertanda seorang Wanita telah memasuki masa pubertas. Menstruasi disebabkan oleh proses peluruhan lapisan bagian dalam pada dinding Rahim Wanita (endometrium) yang berlangsung setiap bulannya. Namun Stres diketahui sebagai factor penyebab (etiologi) terjadinya gangguan siklus menstruasi pada remaja. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN 4 Tuban

Desain penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas XI di SMAN 4 Tuban yang berjumlah 130 remaja putri dengan besar sampel sejumlah 98 siswi dan teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner stres (DASS) dan kuesioner siklus menstruasi yang dibuat sendiri oleh penulis. Analisis data menggunakan uji *spearman rank*

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja mengalami stres dengan kategori sedang dan sebagian remaja juga masih mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi. Hasil uji *spearman rank* didapatkan  $p\text{-value} = 0,002$  yang berarti ada hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 4 Tuban.

Stres berkaitan erat dengan siklus menstruasi, artinya jika seseorang sedang mengalami stres maka besar kemungkinan siklus menstruasinya pun tidak akan teratur, bagi remaja putri diharapkan sebisa mungkin untuk menghindari stres agar tidak terjadi ketidakteraturan siklus menstruasi, dan diharapkan stres untuk dijadikan motivasi bukan sebagai tekanan sehingga tidak berakibat buruk bagi kesehatan, salah satunya siklus menstruasi.

**Kata Kunci : Stres, Siklus Mentruasi, Remaja Putri**

## **ABSTRACT**

### ***STRESS WITH THE MENSTRUAL CYCLE IN ADOLESCENT GIRLS AT SMAN 4 TUBAN***

**By :**

**RISA NUR FADILA  
NIM. P27820521041**

*Menstruation is a sign that a woman has entered puberty. Menstruation is caused by the process of shedding of the inner lining of a woman's uterine wall (endometrium) which takes place every month. However, stress is known to be a causal factor (etiology) for menstrual cycle disorders in adolescents. The aim of this research is to determine the relationship between stress and the menstrual cycle in young women at SMAN 4 Tuban*

*This research design is quantitative with a cross sectional approach. The population in this study were all class XI teenage girls at SMAN 4 Tuban, totaling 130 teenage girls with a sample size of 98 female students and the sampling technique used purposive sampling. The research instrument used a stress questionnaire (DASS) and a menstrual cycle questionnaire created by the author himself. Data analysis uses the Spearman rank test*

*The research results show that the majority of teenagers experience stress in the moderate category and some teenagers also still experience menstrual cycle irregularities. The results of the Spearman rank test obtained  $p$ -value = 0.002, which means there is a relationship between stress and the menstrual cycle in young women at SMA Negeri 4 Tuban.*

*Stress is closely related to the menstrual cycle, meaning that if someone is experiencing stress then it is very likely that their menstrual cycle will not be regular. For young women, it is hoped that they will avoid stress as much as possible so that menstrual cycle irregularities do not occur, and it is hoped that stress will be used as motivation, not as pressure so that it does not occur. bad impact on health, one of which is the menstrual cycle.*

***Keywords: Stress, Menstrual Cycle, Teenage Daughter***