

SKRIPSI

TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS MENSTRUASI

(Studi Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang)



**ENI WAHYUNINGSIH
143210118**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
INSAN CENDEKIA MEDIKA
JOMBANG
2018**

TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS MENSTRUASI

(Studi Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang)

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada program

Studi S1 Ilmu Keperawatan Pada Sekolah Tinggi Ilmu

Kesehatan Insan Cendekia MedikaJombang

Oleh:

Eni Wahyuningsih

143210118

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN

INSAN CENDEKIA MEDIKA

JOMBANG

2018

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eni Wahyuningsih

NIM : 143210118

Jenjang : Sarjana

Program Studi: S1 Keperawatan

Menyatakan skripsi dengan judul Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang secara keseluruhan benar-benar karya saya sendiri. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Jombang, 23 Oktober 2018

Saya yang menyatakan,



Eni Wahyuningsih

NIM : 143210118

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eni Wahyuningsih

NIM : 143210118

Jenjang : Sarjana

Program Studi: S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Jombang, 23 Oktober 2018

Saya yang menyatakan,


Eni Wahyuningsih
NIM : 143210118

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS
MENSTRUASI (Studi Di SMK Bakti Indonesia Medika
Jombang)
Nama Mahasiswa : Eni Wahyuningsih
NIM : 143210118

TELAH DISETUJUI KOMISI PEMBIMBING
PADA TANGGAL 06 SEPTEMBER 2018

Pembimbing Utama

Pembimbing Anggota


Inayatur Rosyidah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIK.04.05.053


Imam Fatoni, SKM.,MM
NIK. 03.04.022

Mengetahui,

Ketua Stikes

Ketua Program Studi


Imam Fatoni, SKM.,MM
NIK. 03.04.022


Inayatur Rosyidah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIK.04.05.053

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah di ajukan oleh:

Nama Mahasiswa : Eni Wahyuningsih

NIM : 143210118

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Judul : TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS
MENSTRUASI (Studi Di SMK Bakti Indonesia Medika
Jombang)

Telah berhasil dipertahankan dan diuji dihadapan Dewan Penguji dan diterima
sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada program studi

S1 Ilmu Keperawatan

Komisi Dewan Penguji,

Ketua Dewan Penguji : Endang Y,S.Kep.,Ns.,M.Kes ()

Penguji I : Inayatur Rosyidah,S.Kep.,Ns.,M.Kep ()

Penguji II : Imam Fatoni,SKM.,MM ()

Ditetapkan di : JOMBANG

Pada tanggal : 06 September 2018

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Lumajang pada tanggal 11 Maret 1997, penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan bapak PAING dan ibu Ripah.

Pada tahun 2008 penulis lulus dari SD Kandangan Banjar Sawah, tahun 2011 penulis lulus dari SMP Negeri Senduro, tahun 2014 penulis lulus dari PKBM Jakarta Karya Raharja, dan pada tahun 2014 masuk seleksi di STIKES ICME Jombang.

Demikian riwayat hidup ini saya buat dengan sebenarnya.

Jombang, September 2018

Penulis

MOTTO

Selalu ada harapan bagi mereka yang sering berdoa dan selalu ada jalan bagi mereka yang selalu berusaha dan kerja keras

PERSEMBAHAN

Seiring do'a dan puji syukur aku persembahkan skripsi ini untuk :

1. Ayah dan ibuku tersayang yang dengan sabar mengasuh dan mendidikku serta senantiasa memberikan dukungan dan do'a, material dan kasih sayang selalu mengiringi langkahku dan selalu mendengarkan keluh kesahku, seta selalu ada di saat aku senang maupun dalam kesulitan, terima kasih sudah membimbing dan merawatku dengan sabar aku sayang kalian.
2. Adik dan saudara-saudaraku terima kasih sudah menjadi penyemangat dan memberi dukungan kepadaku setiap aku berkeluh kesah dan memberikan dukungan kepadaku untuk semangat dalam menyelesaikan skripsiku.
3. Tunangan dan ibu mertuaku terimakasih untuk doa serta semangat yang kalian berikan untukku. Terima kasih sudah mensupportku, memberi pengarahan, saran serta membimbingku untuk tetap semangat dan tidak mudah menyerah dalam menyelesaikan skripsiku.
4. Pembimbing skripsi terima kasih telah memberikan banyak ilmu dan pengetahuan lebih dalam serta kesabaran dalam membimbingku sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik
5. Sahabat-sahabatku terutama untuk keluarga baruku yaitu Kos Elit terima kasih atas do'a dan semangat yang telah diberikan, semoga Allah membalas kebaikan kalian dan kan ku kenang selalu kebersamaan yang telah kita lalui, keceriaan, kesedihan, dan kepanikan yang kita rasakan saat menghadapi ujian.
6. Semua pihak yang pernah membantuku terima kasih banyak.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi” ini dengan sebaik-baiknya.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada Imam Fatoni,SKM.,MM selaku ketua STIKES ICME Jombang dan pembimbing kedua yang memberikan izin untuk membuat skripsi sebagai tugas akhir program studi S1 Keperawatan dan memberikan bimbingan penulisan dan pengarahan kepada penulis , Inayatur Rosyidah,S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Kaprodi S1 Keperawatan dan selaku pembimbing utama yang memberikan bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi, kepada STIKES ICME Jombang beserta Bapak Ibu dosen dan teman-teman yang ikut serta memberikan saran dan kritik sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca demi menyempurnaan skripsi dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca umumnya, Amin.

Jombang, September 2018

Penulis

ABSTRAK

TINGKAT STRES REMAJA DENGAN SIKLUS MENSTRUASI (Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang)

Oleh:

Eni Wahyuningsih

Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu 28-35 hari setiap kali periode menstruasi. Siklus menstruasi sendiri dipengaruhi banyak hal, salah satunya adalah tingkat stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi.

Desain penelitian adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya semua siswi yang sudah mengalami menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang sejumlah 128 siswi. Tehnik sampling menggunakan *proportional random sampling* dengan sampel sejumlah 56 siswi. Variabel independen tingkat stres dan variabel dependennya siklus menstruasi. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner dengan pengelolaan data *editing, coding, scoring, dan tabulating* dan analisa data menggunakan uji *rank spearman*.

Hasil penelitian tingkat stres menunjukkan (57,1%) tingkat stres ringan berjumlah 32 siswi, (30,4%) responden memiliki tingkat stres normal berjumlah 17 siswi, dan tingkat stres sedang sejumlah 7 siswi (12,5%). Siklus menstruasi didapatkan hasil (51,8%) siklus menstruasi tidak normal berjumlah 29 siswi, dan (48,2%) siklus menstruasi normal berjumlah 27 siswi. Hasil uji statistik *rank spearman* diperoleh angka signifikan atau angka $p = 0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga H_1 diterima.

Kesimpulan penelitian ini ada hubungan antara tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

Kata Kunci : Tingkat Stres, Siklus Menstruasi, Remaja

ABSTRACT

ADOLESCENT STRESS LEVEL WITH MENSTRUAL CYCLE (In SMK Bakti Indonesia Medika Jombang)

By:

Eni Wahyuningsih

Menstrual cycle is ideally regularly every month with a period of 28-35 days each menstrual period. The menstrual cycle itself is influenced by many things, one of which is the stress level. This study aims to determine the relations between adolescent stress level and menstrual cycle

The research design was analytic correlation with cross sectional approach. The population were all female students who have experienced menstruation in SMK Bakti Indonesia Medika Jombang with a total of 128 female students. The sampling technique used proportional random sampling with a sample of 56 female students. Independent variable was stress level and dependent variable was menstrual cycle. The research instrument used questionnaires with data management editing, coding, scoring, and

The results of the stress level showed (57.1%) the level of mild stress a number of 32 female students, (30.4%) respondents had a normal stress level a number of 17 female students, and moderate stress levels were 7 female students (12.5%). Menstrual cycle showed results (51.8%) abnormal menstrual cycles totaling 29 students, and (48.2%) normal menstrual cycles totaling 27 students. Spearman rank statistics test results obtained significant numbers or numbers $p = 0.000 < \alpha (0.05)$, so H_1 was accepted.

The conclusion of this study says there is a relation between adolescent stress level with menstrual cycle in SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

Keywords : Stress Level, Menstruation cycle, Adolescent

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iv
PERSETUJUAN SKRIPSI.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN.....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN.....	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan.....	3
1.4 Manfaat.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	
2.1 Menstruasi.....	5
2.2 Stres	14
2.3 Remaja.....	23
2.4 Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi	28
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konseptual.....	31
3.2 Hipotesis Penelitian.....	32
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	
4.1 Jenis Penelitian	34
4.2 Rancangan Penelitian	34
4.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	35
4.4 Populasi, Sampel dan Sampling	35
4.5 Jalannya Penelitian (Kerangka Kerja)	40
4.6 Identifikasi Variabel	41
4.7 Definisi Operasional	41
4.8 Pengumpulan dan Analisa Data.....	43
4.9 Etika Penelitian	51

BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	
5.1 Hasil Penelitian	53
5.2 Pembahasan.....	60
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	
6.1 Kesimpulan	67
6.2 Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
4.7 Definisi Operasional Penelitian Hubungan Tingkat stres dengan Siklus Menstruasi Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.....	42
5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	54
5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	54
5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah saudara di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	55
5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	55
5.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan warna darah saat menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	55
5.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan darah (cc) haid yang keluar dari hari 1-3 di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	56
5.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pembalut yang dihabiskan dalam sehari di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	56
5.8 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.....	57
5.9 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	57

5.10	Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	57
5.11	Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	58
5.12	Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres siswi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	58
5.13	Distribusi frekuensi responden berdasarkan siklus menstruasi siswi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	59
5.14	Tabulasi silang hubungan tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.....	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
3.1 Kerangka Konseptual Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang	31
4.1 Kerangka Kerja (Jalannya Penelitian) Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang... ..	40

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat dari Perpustakaan
- Lampiran 2 Surat Pengantar Penelitian
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Kisi-kisi Kuesioner
- Lampiran 7 Lembar Kuesioner
- Lampiran 8 Tabulasi Data
- Lampiran 9 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 10 Hasil Uji Validasi Kuisisioner
- Lampiran 11 Lembar Konsultasi
- Lampiran 12 Jadwal Penyusunan Skripsi

DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN

1. H_1/H_0 : Hipotesis alternatif
2. % : Persentase
3. α : Alpha
4. N : Jumlah populasi
5. n : Jumlah sampel
6. P : Nilai yang didapat
7. f : Skor yang didapat
8. x : Perkalian
9. > : Lebih besar
10. x : Lebih kecil

DAFTAR SINGKATAN

1. STIKES : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
2. ICMe : Insan Cendekia Medika Jombang
3. Resp : Responden
4. UKS : Usaha Kesehatan Sekolah

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 28-35 hari setiap kali periode menstruasi. Siklus menstruasi dikatakan tidak normal jika < 28 hari dan > 35 hari. Salah satu penyebab gangguan siklus menstruasi pada wanita adalah faktor stres, yang merupakan fenomena universal yang setiap orang bisa mengalaminya yang berdampak pada fisik, sosial, emosi, intelektual dan spiritual. Pada mahasiswa yang menghadapi atau menjalani perkuliahan yang terlalu padat, praktek klinik, yang sangat melelahkan, tugas yang banyak merupakan faktor pemicu stres sehingga menyebabkan siklus menstruasi menjadi tidak teratur (Kusyani,2012). Stres berpengaruh pada kegagalan produksi *Follicle Stimulating Hormone-Luteinizing Hormone* (FSH-LH) di hipotalamus sehingga mempengaruhi gangguan produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidakaturan siklus menstruasi.

Penelitian tentang prevalensi dan pola gangguan menstruasi pernah dilakukan di Beirut, Lebanon terhadap mahasiswi keperawatan. Hasil yang didapatkan dari 352 mahasiswi yang mengisi kuesioner, gangguan menstruasi paling umum terjadi ialah frekuensi menstruasi yang tidak teratur (80,7%), sindroma pramenstruasi (54%), durasi menstruasi yang tidak teratur (43,8%), dismenorea (38,1%), polimenore (37,5%), dan oligomenore (19,3%).Telah dilakukan juga penelitian oleh Toduho et al.¹³ pada tahun 2014 mengenai hubungan antara stres psikologis dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 1

di SMA Negeri 3 Kepulauan Tidore, Maluku Utara. Hasil yang didapatkan dari 68 responden membuktikan bahwa 100% mengalami stres psikologis. Didapatkan 15 responden mengalami stres ringan (22,1%), 49 responden mengalami stres sedang (72,1%), dan 4 responden mengalami stres berat (5,9%) dan dari 68 sampel didapatkan 42 responden (61,8%) memiliki siklus menstruasi yang tidak normal. Berdasarkan studi pendahuluan dan survey data yang dilakukan pada tanggal 09 Maret 2018, hasil yang di dapatkan dari 10 siswi bahwa 6 siswi memiliki siklus menstruasi yang tidak normal akibat stres, dan 4 siswi lainnya memiliki siklus menstruasi yang normal.

Stres diketahui sebagai faktor-faktor penyebab (etiologi) terjadinya gangguan siklus menstruasi. Stres akan memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormon kortisol di atur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, dengan di mulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan FSH dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen (Carolin, 2011). Jika terjadi gangguan pada hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*), maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidak teraturan siklus menstruasi. Dampaknya yaitu jadi lebih sulit hamil (*Infertilitas*). Ketidakteraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari kapan masa subur dan tidak (Hestiantoro dalam Nurlaila, dkk, 2015).

Upaya yang bisa dilakukan untuk mencegah terjadinya gangguan siklus menstruasi yaitu mengurangi stres dengan penggunaan manajemen seperti menyediakan waktu untuk bersantai, serta istirahat yang cukup. Cukup

banyak wanita yang mengalami gangguan haid namun diam-diam tanpa menyadari bahwa ada cara meringankannya. Wanita dapat memahami apa yang sebenarnya terjadi pada tubuhnya dan kemudian mencari upaya untuk melindungi dirinya atau meringankan gangguan yang dialaminya. Jika sudah cukup sering mengalami ketidakteraturan menstruasi, sebaiknya segera temui dokter ahli kandungan atau dokter umum. Dokter akan mendiagnosa apa yang menyebabkan ketidakteraturan itu (Eny, 2014).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dirumuskan masalah penelitian yaitu: apakah ada hubungan antara tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk menganalisis hubungan tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat stres pada remaja kelas X di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang
- b. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja kelas X di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang
- c. Menganalisis hubungan tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi kelas X di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Menambah khasanah ilmu tentang keperawatan maternitas khususnya tentang tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi.

1.4.2 Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai penambah referensi ilmu pengetahuan khususnya dalam di bidang keperawatan maternitas dan dapat menambah pengetahuan tentang tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Menstruasi

2.1.1 Definisi Menstruasi

Haid atau menstruasi adalah perubahan fisiologis dalam tubuh perempuan yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Periode ini penting dalam reproduksi. Pada manusia, hal ini bisa terjadi setiap bulan antara usia pubertas dan menopause (Fitria, 2016).

Siklus Menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Karena jam mulainya menstruasi tidak diperhitungkan dan tepatnya waktu keluar menstruasi dari *ostiumuteri eksternum* tidak dapat diketahui, maka panjang siklus mengandung kesalahan kurang lebih 1 hari. Panjang siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik ialah 28 hari. Rata-rata panjang siklus menstruasi pada gadis 12 tahun ialah 25,1 hari, pada wanita usia 43 tahun 27,1 hari, dan pada wanita usia 55 tahun 31,9 hari. Jadi, sebenarnya panjang siklus menstruasi 28 hari itu tidak sering dijumpai (Prawihardjo, 2014), dan 10-15% perempuan memiliki siklus 28 hari (Fitia, 2016).

2.1.2 Mekanisme Terjadinya Menstruasi

Menurut Kusmiran (2014), ada beberapa rangkaian dari siklus menstruasi yaitu:

A. Siklus Endometrium

Siklus endometrium menurut Kusmiron (2014), terdiri dari empat fase, yaitu:

1. Fase Menstruasi

Pada fase ini, *endometrium* terlepas dari dinding uterus dengan disertai pendarahan dan lapisan yang masih utuh hanya *stratum basale*. Rata-rata fase ini berlangsung selama lima hari (rentang 3-6 hari). Pada awal fase menstruasi kadar estrogen, progesteron, LH (*Luteinizing Hormone*) menurun atau pada kadar terendahnya selama siklus dan kadar FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) baru mulai meningkat.

2. Fase Proliferasi

Fase *proliferasi* merupakan periode pertumbuhan cepat yang berlangsung sejak sekitar hari ke-5 sampai hari ke-14 dari siklus haid, misalnya hari ke-10 siklus 24 hari, hari ke-15 siklus 28 hari, hari ke-18 siklus 32 hari. Permukaan *endometrium* secara lengkap kembali normal sekitar empat hari atau menjelang pendarahan berhenti. Dalam fase ini *endometrium* tumbuh menjadi setebal $\pm 3,5$ mm atau sekitar 8-10 kali lipat semula, yang akan berakhir saat ovulasi. Fase proliferasi tergantung pada stimulasi estrogen yang berasal dari folikel ovarium.

3. Fase Sekresi/Luteal

Fase sekresi berlangsung sejak hari ovulasi sampai sekitar tiga hari sebelum periode menstruasi berikutnya. Pada

akhir fase sekresi, *endometrium sekretorius* yang matang dengan sempurna mencapai ketebalan seperti beludru yang tebal dan halus. *Endometrium* menjadi kaya dengan darah dan sekresi kelenjar.

4. Fase *Iskemi/Premenstrual*

Implantasi atau *nidasi ovum* yang dibuahi sekitar 7 sampai 10 hari setelah *ovulasi*. Apabila tidak terjadi pembuahan dan implantasi, *corpus luteum* yang mensekresi estrogen dan progesteron menyusut. Seiring penyusutan kadar estrogen dan progesteron yang cepat, arteri spiral menjadi spasme, sehingga suplai darah ke *endometrium* fungsional terhenti dan terjadi nekrosis. Lapisan fungsional terpisah dari lapisan basal dan pendarahan menstruasi dimulai.

B. Siklus Ovulasi

Ovulasi merupakan peningkatan kadar estrogen yang menghambat pengeluaran FSH (*Follicle Stimulating Hormone*), kemudian hipofisis mengeluarkan LH (*Luteinizing Hormone*). Peningkatan kadar LH (*Luteinizing Hormone*), merangsang pelepasan *oosit* sekunder dari folikel. Folikel primer *primitif beisi oosit* yang tidak matur (sel *primordial*). Sebelum ovulasi, satu sampai 30 folikel mulai matur didalam ovarium dibawah pengaruh FSH (*Follicle Stimulating Hormone*), dan estrogen. Lonjakan LH (*Luteinizing Hormone*) sebelum terjadi ovulasi mempengaruhi folikel yang terpilih. Di dalam folikel yang

terpilih, *oosit* matur dan terjadi ovulasi, folikel yang kosong memulai berformasi menjadi *corpus luteum*. *Corpus luteum* mencapai puncak aktivitas fungsional 8 hari setelah ovulasi, dan mensekresi baik hormon estrogen maupun progesteron. Apabila tidak terjadi implantasi, *corpus luteum* berkurang dan kadar hormon menurun. Sehingga lapisan fungsional endometrium tidak dapat bertahan dan akhirnya luruh.

C. Siklus Hipofisis-Hipotalamus Menjelang

Menjelang akhir siklus menstruasi yang normal, kadar estrogen dan progesteron darah menurun, kadar hormon ovarium yang rendah dalam darah ini menstimulasi hipotalamus untuk mensekresi *Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH). Sebaliknya GnRH menstimulasi sekresi *Follicle Stimulating Hormone* (FSH). FSH menstimulasi perkembangan folikel *degraaf* ovarium dan produksi estrogennya. Kadar estrogen mulai menurun dan GnRH hipotalamus memicu hipofisis anterior untuk mengeluarkan *Luteinizing Hormone* (LH). LH mencapai puncak pada sekitar hari ke-13 atau ke-14 dari siklus 28 hari. Apabila tidak terjadi fertilisasi dan implantasi ovum pada masa ini, korpus luteum menyusut, oleh karena itu kadar estrogen dan progesteron menurun, maka terjadi menstruasi.

2.1.3 Gangguan Pada Menstruasi dan Siklus Menstruasi

Kusmiran (2014) mengatakan gangguan pada menstruasi dan siklus menstruasi dibagi menjadi :

a. *Polimenorea*

Polimenorea adalah panjang siklus menstruasi yang memendek dari panjang siklus menstruasi klasik, yaitu kurang dari 21 hari persiklusnya, sementara volume perdarahannya kurang lebih sama atau lebih banyak dari volume perdarahan menstruasi biasanya.

b. *Oligomenorea*

Oligomenorea adalah panjang siklus menstruasi yang memanjang dari panjang siklus menstruasi klasik, yaitu lebih dari 35 hari persiklusnya. Volume perdarahannya umumnya lebih sedikit dari volume perdarahan menstruasi biasanya. Siklus menstruasi biasanya juga bersifat ovulator dengan fase proliferasi yang lebih panjang di banding *fase proliferasi* siklus menstruasi klasik.

c. *Amenorea*

Amenorea adalah panjang siklus menstruasi yang memanjang dari panjang siklus menstruasiklasik (*oligemenorea*) atau tidak terjadinya perdarahan menstruasi, minimal 3 bulan berturut-turut. *Amenorea* dibedakan menjadi dua jenis :

1) *Amenorea Primer*

Amenorea primer yaitu tidak terjadinya menstruasi sekalipun pada perempuan yang mengalami *amenorea*.

2) *Amenorea Sekunder*

Amenorea sekunder yaitu tidak terjadinya menstruasi yang di selingi dengan perdarahan menstruasi sesekali pada perempuan yang mengalami *amenorea*.

d. *Hipermenorea (Menoragia)*

Hipermenorea adalah terjadinya perdarahan menstruasi yang terlalu banyak dari normalnya dan lebih lama dari normalnya (lebih dari 8 hari).

e. *Hipomenorea*

Hipomenorea adalah perdarahan menstruasi yang lebih sedikit dari biasanya tetapi tidak mengganggu fertilitasnya.

2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi

Kusmiran (2014) mengatakan penelitian mengenai faktor risikodari variabilitas siklus menstruasi adalah sebagai berikut:

1. Berat Badan

Berat badan dan perubahan berat badan memengaruhi 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/kurus dan *anorexia nervosa* yang menyebabkan penurunan berat badan yang berat dapat menimbulkan *amenorrhea*.

2. Aktivitas Fisik

Tingkat aktivitas fisik yang sedang dan berat dapat membatasi fungsi menstruasi. Aktifitas fisik yang berat merangsang *Inhibisi Gonadotropin Releasing Hormon (GnRH)* dan aktifitas *Gonadotropin* sehingga menurunkan level dari serum estrogen.

3. Stres

Stres akan memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormon kortisol di atur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, dengan di mulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*), dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen. Jika terjadi gangguan pada hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*), dan LH (*Lutenizing Hormon*), maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidak teraturan siklus menstruasi.

4. Diet

Diet dapat memengaruhi fungsi menstruasi. Vegetarian berhubungan dengan *anovulasi*, penurunan respons hormon pituitary, fase folikel yang pendek, tidak normalnya siklus menstruasi (kurang dari 10 kali/tahun). Diet rendah lemak berhubungan dengan panjangnya siklus menstruasi dan periode perdarahan. Diet rendah kalori seperti daging merah dan rendah lemak berhubungan dengan *amenorrhea*.

5. Paparan Lingkungan dan Kondisi Kerja

Beban kerja yang berat berhubungan dengan jarak menstruasi yang panjang dibandingkan dengan beban kerja ringan dan sedang. Wanita yang bekerja di pertanian mengalami jarak menstruasi yang lebih panjang di bandingkan dengan wanita yang bekerja

perkantoran. Paparan suara bising di pabrik dan intensitas yang tinggi dari pekerjaan berhubungan dengan keteraturan dari siklus menstruasi.

Paparan agen kimiawi dapat mempengaruhi/meracuni ovarium, seperti beberapa obat anti-kanker (obat sitotoksik) merangsang gagalnya proses di ovarium termasuk hilangnya folikel-folikel, *anovulasi, oligomenorrhea, dan amenorrhea*. *Neuroleptik* berhubungan dengan *amenorrhea*.

6. Gangguan Endokrin

Adanya penyakit-penyakit endokrin seperti diabetes, hipotiroid, serta hipertiroid yang berhubungan dengan gangguan menstruasi. Prevalensi *amenorrhea* dan *oligomenorrhea* lebih tinggi pada pasien diabetes. Penyakit *polystic ovarium* berhubungan dengan obesitas, resistensi insulin, dan *oligomenorrhea*. *Amenorrhea* dan *oligomenorrhea* pada perempuan dengan penyakit *polystic ovarium* berhubungan dengan insensitivitas hormon insulin dan menjadikan perempuan tersebut obesitas. Hipertiroid berhubungan dengan *oligomenorrhea* dan lebih lanjut menjadi *amenorrhea*. Hipotiroid berhubungan dengan *polymenorrhea* dan *menorrhagia*.

7. Gangguan Pendarahan

Gangguan perdarahan terbagi menjadi tiga, yaitu perdarahan yang berlebihan/banyak, perdarahan yang panjang, dan perdarahan yang sering. *Dysfungsional Uterin Bleding* (DUB) adalah gangguan perdarahan dalam siklus menstruasi yang tidak berhubungan dengan

kondisi patologis. DUB (*Dysfungsional Uterin Bleding*) meningkat selama proses transisi menopause.

2.1.5 Cara Menghitung Siklus Menstruasi

Menghitung jumlah hari dalam siklus menstruasi dengan cara menandai hari pertama keluarnya darah menstruasi sebagai “ Siklus hari ke-1 “. Panjang siklus menstruasi rata-rata wanita adalah 28 hari. Namun rata-rata panjang siklus menstruasi berubah sepanjang hidup, dan jumlah mendekati 30 hari saat seseorang wanita mencapai usia 20 tahun, dan rata-rata 26 hari saat seorang wanita mendekati masa menopause, yaitu di sekitar usia 50 tahun. Hanya sejumlah kecil wanita yang benar-benar mengalami siklus 28 hari (Noor Verawaty,Sri,dkk. 2011).

2.1.6 Kategori Siklus Menstruasi

Satu siklus menstruasi rata-rata adalah 28 hari, tapi panjang siklus 24-35 hari masih dikategorikan normal. Pendarahan Menstruasi yang normal berlangsung kurang lebih 4-7 hari. Sistem kerja tubuh wanita berubah-ubah dari bulan ke bulan tapi ada beberapa wanita yang memiliki jumlah hari yang sama persis dalam setiap siklus menstruasinya (Noor Verawaty,Sri,dkk. 2011).Kategori Siklus menstruasi :

1 : Normal, jika jarak menstruasi berikutnya 28-35 hari

0 : Tidak normal, jika jarak menstruasi berikutnya < 28 hari dan > 35 hari

2.2 Stres

2.2.1 Definisi Stres

Stres adalah reaksi fisik maupun psikis terhadap suatu tuntutan yang menimbulkan ketegangan dan dapat mengganggu stabilitas kehidupan serta mempengaruhi sistem hormonal tubuh (Sunaryo, 2013).

Stres menurut Bartsch dan Evelyn (2015) adalah ketegangan, beban yang menarik seseorang dari segala penjuru, tekanan yang dirasakan pada saat menghadapi tuntutan atau harapan yang menantang kemampuan seseorang untuk mengatasi atau mengelola hidup.

2.2.2 Klasifikasi Stres

Maramis (2011) mengklasifikasikan stres menjadi tiga tingkatan yaitu:

a. Stres Ringan

Pada tingkat stres ini sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan yang akan terjadi. Stres ini tidak merusak aspek fisiologik seseorang. Pada respon psikologi didapatkan merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya, namun tanpa disadari cadangan energi semakin menipis, pada repons perilaku didapatkan semangat kerja yang terlalu berlebihan, merasa mudah lelah dan tidak bisa santai. Situasi ini tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.

b. Stres Sedang

Pada tingkat stres ini individu lebih memfokuskan hal penting saat ini dan mengesampingkan yang lain sehingga mempersempit lahan persepsinya. Respons fisiologis dari tingkat stres ini didapatkan gangguan pada lambung dan usus misalnya maag, buang air besar tidak teratur, ketegangan pada otot, berdebar-debar, gangguan pola tidur dan mulai terjadi gangguan siklus dan pola menstruasi. Respon psikologis dapat berupa perasaan ketidaktenangan dan ketenangan emosional semakin meningkat, merasa aktivitas menjadi membosankan dan terasa lebih sulit, serta timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya. Pada respon perilaku sering merasa badan terasa akan jatuh dan serasa mau pingsan, kehilangan respon tanggap terhadap situasi, ketidakmampuan untuk melaksanakan kegiatan rutin sehari-hari, daya konsentrasi dan daya ingat menurun. Keadaan ini bisa terjadi beberapa jam hingga beberapa hari.

c. Stres Berat

Pada tingkat stres ini, persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi stres. Individu tersebut mencoba memusatkan perhatian pada lahan lain dan memerlukan banyak pengarahan. Pada tingkat stres ini juga memengaruhi aspek fisiologik yang didapatkan seperti, gangguan sistem pencernaan semakin berat, ketidakaturan pada siklus menstruasi, debaran

jantung semakin keras, sesak napas dan sekujur tubuh terasa gemetar. Pada respon psikologis didapatkan, merasa kelelahan fisik semakin mendalam, timbul perasaan takut, cemas yang semakin meningkat, mudah bingung dan panik. Respons perilaku dapat terjadi tidak dapat menyelesaikan tugas sehari-hari.

2.2.3 Faktor-faktor Penyebab Stres

Berikut ini adalah beberapa faktor yang mempengaruhi stress menurut Arikunto (2013), yaitu:

1. Lingkungan

Stress muncul karena suatu stimulus menjadi semakin berat dan berkepanjangan sehingga individu tidak lagi bisa menghadapinya. Ada tiga tipe konflik yaitu mendekat-mendekat (*approach- approach*), menghindar-menghindar (*avoidance- avoidance*) dan mendekat-menghindar (*approach- avoidance*). Frustrasi terjadi jika individu tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Stres dapat muncul akibat kejadian besar dalam hidup maupun gangguan sehari-hari dalam kehidupan individu.

2. Kognitif

Stres pada individu tergantung bagaimana mereka membuat penilaian secara kognitif dan menginterpretasikan suatu kejadian. Penilaian kognitif adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai suatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang (penilaian primer) dan keyakinan mereka apakah

mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif (penilaian sekunder). Strategi “pendekatan” biasanya lebih baik dari pada strategi “menghindar”.

3. Kepribadian

Penilaian strategi mengatasi masalah yang di gunakan individu dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian seperti kepribadian optimis dan pesimis. Individu yang memiliki kepribadian optimis lebih cenderung menggunakan strategi mengatasi masalah yang berorientasi pada masalah yang di hadapi. Individu yang memiliki rasa optimis yang tinggi lebih mensosiasikan dengan penggunaan strategi *coping* yang efektif. Sebaliknya, individu yang pesimis cenderung bereaksi dengan perasaan negatif terhadap situasi yang menengan dengan cara menjauhkan diri dari masalah dan cenderung menyalahkan diri sendiri.

4. Sosial-Budaya

Akulturası mengacu pada perubahan kebudayaan yang merupakan akibat dari kontak yang sifatnya terus menerus antara dua kelompok kebudayaan yang berbeda. Stres akulturası adalah konsekuensi negatif dari akulturası. Anggota kelompok etnis minoritas sepanjang sejarah telah mengalami sikap permusuhan, prasangka, dan ketiadaan dukungan yang efektif selama krisis, yang menyebabkan pengucilan, isolasi sosial dan meningkatnya stres. Keadaan ekonomi merupakan stresor yang kuat dalam kehidupan

warga yang miskin. Kemiskinan terutama dirasakan berat di kalangan individu dari etnis minoritas dan keluarganya.

2.2.4 Cara Mengukur Stres

Tingkat stres diukur dengan menggunakan kuesioner yang digunakan oleh Apriani (2014) yang diaplikasikan dengan skala likert. Tingkat stres pada instrumen ini berupa normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Kuesioner ini terdiri dari pernyataan-pernyataan yang dilihat dari aspek perasaan sehari-hari, lingkungan perkuliahan, individu dan keluarga, serta sistem pelaksanaan perkuliahan. Penilaiannya adalah dengan memberikan skor yaitu:

- a. Skor 0 untuk setiap pernyataan yang tidak pernah dialami
- b. Skor 1 untuk setiap pernyataan yang jarang dialami
- c. Skor 2 untuk setiap pertanyaan yang kadang-kadang dialami
- d. Skor 3 untuk setiap pernyataan yang sering dialami
- e. Skor 4 untuk setiap pernyataan yang selalu dialami

Jumlah skor dari pernyataan item tersebut, memiliki makna 0-38 (normal), 39-57 (ringan), 58-76 (sedang), 77-96 (berat), >97 (Sangat berat) (Nursalam, 2013).

2.2.5 Manajemen Stres

Stres merupakan sumber dari berbagai penyakit pada manusia. Apabila stres tidak cepat ditanggulangi atau dikelola dengan baik, maka akan berdampak lebih lanjut seperti mudah terjadi gangguan atau terkena penyakit. Untuk mencegah dan mengatasi stres agar tidak sampai ke tahap yang paling berat, maka dapat dilakukan dengan cara:

a. Pengaturan diet dan nutrisi

Pengaturan diet dan nutrisi merupakan cara yang efektif dalam mengurangi atau mengatasi stres melalui makan yang teratur, menu bervariasi, hindari makan daging dan monoton karena dapat menurunkan kekebalan tubuh.

b. Istirahat dan tidur

Istirahat dan tidur merupakan obat yang baik dalam mengatasi stres karena dengan istirahat dan tidur yang cukup akan memulihkan kelelahan fisik dan akan memulihkan keadaan tubuh. Tidur yang cukup akan memberikan kegairahan dalam hidup dan memperbaiki sel-sel yang rusak.

c. Olah raga atau latihan teratur

Olah raga dan latihan teratur adalah salah satu cara untuk meningkatkan daya tahan dan kekebalan fisik maupun mental. Olahraga dapat dilakukan dengan cara jalan pagi, lari pagi minimal dua kali seminggu dan tidak perlu lama-lama yang penting menghasilkan keringat setelah itu mandi dengan air hangat untuk memulihkan kebugaran.

d. Berhenti merokok

Berhenti merokok adalah bagian dari cara menanggulangi stres karena dapat meningkatkan status kesehatan dan mempertahankan ketahanan dan kekebalan tubuh.

e. Tidak mengonsumsi minuman keras

Minuman keras merupakan faktor pencetus yang dapat mengakibatkan terjadinya stres. Dengan tidak mengonsumsi minuman keras, kekebalan dan ketahanan tubuh akan semakin baik, segala penyakit dapat dihindari karena minuman keras banyak mengandung alkohol.

f. Pengaturan berat badan

Peningkatan berat badan merupakan faktor yang dapat menyebabkan timbulnya stres karena mudah menurunkan daya tahan tubuh terhadap stres. Keadaan tubuh yang seimbang akan meningkatkan ketahanan dan kekebalan tubuh terhadap stres.

g. Pengaturan waktu

Pengaturan waktu merupakan cara yang tepat dalam mengurangi dan menanggulangi stres. Dengan pengaturan waktu segala pekerjaan yang dapat menimbulkan kelelahan fisik dapat dihindari. Pengaturan waktu dapat dilakukan dengan cara menggunakan waktu secara efektif dan efisien serta melihat aspek produktivitas waktu. Seperti menggunakan waktu untuk menghasilkan sesuatu dan jangan biarkan waktu berlalu tanpa menghasilkan sesuatu yang bermanfaat.

h. Terapi psikofarmaka

Terapi ini dengan menggunakan obat-obatan dalam mengatasi stres yang dialami dengan cara memutuskan jaringan antara psiko neuro dan imunologi sehingga stresor psikososial yang dialami tidak mempengaruhi fungsi kognitif, afektif atau psikomotor

yang dapat mengganggu organ tubuh yang lain. Obat-obatan yang biasanya digunakan adalah anti cemas dan anti depresi.

i. Terapi somatik

Terapi ini hanya dilakukan pada gejala yang ditimbulkan akibat stres yang dialami sehingga diharapkan tidak dapat mengganggu system tubuh yang lain.

j. Psikoterapi

Terapi ini dengan menggunakan teknik psikologis yang disesuaikan dengan kebutuhan seseorang. Terapi ini dapat meliputi psikoterapi suportif dan psikoterapi reedukatif di mana psikoterapi suportif ini memberikan motivasi atas dukungan agar pasien mengalami percaya diri, sedangkan psikoterapi reedukatif dilakukan dengan memberikan pendidikan secara berulang. Selain itu ada psikoterapi rekonstruktif, psikoterapi kognitif dan lain-lain.

k. Terapi psikoreligius

Terapi ini dengan menggunakan pendekatan agama dalam mengatasi permasalahan psikologis mengingat dalam mengatasi atau mempertahankan kehidupan seseorang harus sehat secara fisik, psikis, sosial dan sehat spiritual sehingga stres yang dialami dapat diatasi.

Menurut Dadang Hawari (2011), manajemen stres yang lain adalah dengan cara meningkatkan strategi koping yaitu koping yang berfokus pada emosi dan koping yang berfokus pada masalah. Penggunaan koping yang berfokus pada emosi dengan cara

pengaturan respon emosional dari stres melalui perilaku individu seperti cara meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan, kontrol diri, membuat jarak, penilaian secara positif, menerima tanggung jawab, lari dari kenyataan (menghindar). Sedangkan strategi koping berfokus pada masalah dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan yang dapat menyelesaikan masalah seperti merencanakan *problem solving* dan meningkatkan dukungan sosial, teknik lain dalam mengatasi stres adalah relaksasi, restrukturisasi kognitif, meditasi, terapi multi model dan lain-lain.

2.3 Remaja

2.3.1 Definisi Remaja

Remaja menurut Sarwono (2013) adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual dan individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.

Masa remaja, menurut Mappiare (Ali & Asrori, 2012) berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh untuk mencapai kematangan”. Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, dalam Ali & Asrori, 2012).

2.3.2 Pembagian Usia Remaja

Sa'id (2015), membagi usia remaja menjadi tiga fase sesuai tingkatan umuryang dilalui oleh remaja. Menurut Sa'id, setiap fase memiliki keistimewaannya tersendiri. Ketiga fase tingkatan umur remaja tersebut antara lain:

1. Remaja Awal (*early adolescence*)

Tingkatan usia remaja yang pertama adalah remaja awal. Pada tahap ini, remaja berada pada rentang usia 12 hingga 15 tahun. Umumnya remaja tengah berada di masa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Keistimewaan yang terjadi pada fase ini adalah remaja tengah berubah fisiknya dalam kurun waktu yang singkat. Remaja juga mulai tertarik kepada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis.

2. Remaja Pertengahan (*middle adolescence*)

Tingkatan usia remaja selanjutnya yaitu remaja pertengahan, atau adapula yang menyebutnya dengan remaja madya. Pada tahap ini, remaja berada pada rentang usia 15 hingga 18 tahun. Umumnya remaja tengah berada pada masa Sekolah Menengah Atas (SMA). Keistimewaan dari fase ini adalah mulai sepenuhnya perubahan fisik remaja, sehingga fisiknya sudah menyerupai orang dewasa. Remaja yang masuk pada tahap ini sangat mementingkan kehadiran teman dan remaja akan senang jika banyak teman yang menyukainya.

3. Remaja Akhir (*late adolescence*)

Tingkatan usia terakhir pada remaja adalah remaja akhir. Pada tahap ini, remaja telah berusia sekitar 18 hingga 21 tahun. Remaja

pada usia ini umumnya tengah berada pada usia pendidikan di perguruan tinggi, atau bagi remaja yang tidak melanjutkan ke perguruan tinggi, mereka bekerja dan mulai membantu menafkahi anggota keluarga. Keistimewaan pada fase ini adalah seorang remaja selain dari segi fisik sudah menjadi orang dewasa, dalam bersikap remaja juga sudah menganut nilai-nilai orang dewasa.

2.3.3 Tugas Perkembangan Remaja

Adapun tugas-tugas perkembangan pada masa remaja menurut Hurlock (dalam Ali & Asrori, 2012) adalah :

1. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita

Tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan perilaku anak. Akibatnya, hanya sedikit anak laki-laki dan anak perempuan yang dapat diharapkan untuk menguasai tugas-tugas tersebut selama awal masa remaja, apalagi mereka yang matangnya terlambat. Kebanyakan harapan ditumpukkan pada hal ini adalah bahwa remaja muda akan meletakkan dasar-dasar bagi pembentukan sikap dan pola perilaku.

2. Mencapai peran sosial pria dan wanita

Perkembangan masa remaja yang penting akan menggambarkan seberapa jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari perubahan itu sendiri. Pada dasarnya, pentingnya menguasai tugas-tugas perkembangan dalam waktu yang relatif singkat sebagai akibat perubahan usia kematangan yang

menjadi delapan belas tahun, menyebabkan banyak tekanan yang mengganggu para remaja.

3. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif

Seringkali sulit bagi para remaja untuk menerima keadaan fisiknya bila sejak kanak-kanak mereka telah mengagungkan konsep mereka tentang penampilan diri pada waktu dewasa nantinya. Diperlukan waktu untuk memperbaiki konsep ini dan untuk mempelajari cara-cara memperbaiki penampilan diri sehingga lebih sesuai dengan apa yang dicita-citakan.

4. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab

Menerima peran seks dewasa yang diakui masyarakat tidaklah mempunyai banyak kesulitan bagi laki-laki, mereka telah didorong dan diarahkan sejak awal masa kanak-kanak. Tetapi halnya berbeda bagi anak perempuan. Sebagai anak-anak, mereka diperbolehkan bahkan didorong untuk memainkan peran sederajat, sehingga usaha untuk mempelajari peran feminin dewasa yang diakui masyarakat dan menerima peran tersebut, seringkali merupakan tugas pokok yang memerlukan penyesuaian diri selama bertahun-tahun. Karena adanya pertentangan dengan lawan jenis yang sering berkembang selama akhir masa kanak-kanak dan masa puber, maka mempelajari hubungan baru dengan lawan jenis berarti harus mulai dari nol dengan tujuan untuk mengetahui lawan jenis dan bagaimana harus bergaul dengan mereka. Sedangkan pengembangan hubungan

baru yang lebih matang dengan teman sebaya sesama jenis juga tidak mudah.

5. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya

Bagi remaja yang sangat mendambakan kemandirian, usaha untuk mandiri secara emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lain merupakan tugas perkembangan yang mudah. Namun, kemandirian emosi tidaklah sama dengan kemandirian perilaku. Banyak remaja yang ingin mandiri, juga ingin dan membutuhkan rasa aman yang diperoleh dari ketergantungan emosi pada orang tua atau orang-orang dewasa lain. Hal ini menonjol pada remaja yang statusnya dalam kelompok sebaya tidak meyakinkan atau yang kurang memiliki hubungan yang akrab dengan anggota kelompok.

6. Mempersiapkan karir ekonomi Kemandirian

Kemandirian ekonomi tidak dapat dicapai sebelum remaja memilih pekerjaan dan mempersiapkan diri untuk bekerja. Kalau remaja memilih pekerjaan yang memerlukan periode pelatihan yang lama, tidak ada jaminan untuk memperoleh kemandirian ekonomi bilamana mereka secara resmi menjadi dewasa nantinya. Secara ekonomi mereka masih harus tergantung selama beberapa tahun sampai pelatihan yang diperlukan untuk bekerja selesai dijalani.

7. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga

Kecenderungan perkawinan muda menyebabkan persiapan perkawinan merupakan tugas perkembangan yang paling penting

dalam tahun-tahun remaja. Meskipun tabu sosial mengenai perilaku seksual yang berangsur-angsur mengendur dapat mempermudah persiapan perkawinan dalam aspek seksual, tetapi aspek perkawinan yang lain hanya sedikit yang dipersiapkan. Kurangnya persiapan ini merupakan salah satu penyebab dari masalah yang tidak terselesaikan, yang oleh remaja dibawa ke masa remaja.

8. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi

Sekolah dan pendidikan tinggi mencoba untuk membentuk nilai-nilai yang sesuai dengan nilai dewasa, orang tua berperan banyak dalam perkembangan ini. Namun bila nilai-nilai dewasa bertentangan dengan teman sebaya, masa remaja harus memilih yang terakhir bila mengharap dukungan teman-teman yang menentukan kehidupan sosial mereka. Sebagian remaja ingin diterima oleh teman-temannya, tetapi hal ini seringkali diperoleh dengan perilaku yang bertanggung jawab.

2.4 Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi

Penelitian yang dilakukan (Mahbubah,2006), tentang hubungan stres dengan ketidakteraturan siklus menstruasi, hasil penelitian didapatkan bahwa dari 74 responden sebagian besar responden (64,9%) siklus menstruasinya normal yaitu polimenore 23,1%, oligomenore 69,2% dan amenore 7,7%. Selain Atik Mahbubah, Sukhraini juga pernah melakukan penelitian tentang hubungan stress dengan siklus menstruasi yang tidak teratur di Medan pada tahun 2010. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dari 110 orang sampel

yang mengalami stres, didapatkan 33 orang (30%) mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur (Sukhraini, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Mahbubah tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada wanita usia 20-29 tahun 2006 di Kelurahan Sidoarjo Kecamatan Pacitan didapatkan bahwa sebagian besar responden (64,9%) memiliki siklus menstruasi yang normal dan sebanyak 35,1 % mengalami siklus menstruasi terganggu yaitu *polimenore* 23,1%, *oligomenore* 69,2% dan *amenore* 7,7%. Responden yang cenderung mengalami gejala stres berat yaitu sebanyak 44,6%. Sedangkan berdasarkan penelitian Isnaeni (2010) yang dilakukan terhadap 89 responden yang merupakan mahasiswi semester II dan semester IV Kebidanan Universitas Sebelas Maret didapatkan hasil bahwa responden dengan stres ringan sebanyak 62 responden (84,93%) dengan perincian siklus menstruasi normal sebanyak 55 responden (88,70%), 2 responden (2,74%) dengan siklus menstruasi *polimenorea*, 4 responden (2,74%) dengan siklus menstruasi *oligomenorea*.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa gangguan siklus menstruasi salah satunya di pengaruhi oleh stres. Menurut Proverawati (2009) stres menyebabkan perubahan sistemik dalam tubuh, khususnya sistem persyarafan dalam hipotalamus melalui perubahan *prolactin* atau *endogenousopiat* yang dapat mempengaruhi elevasi kortisol basal dan menurunkan hormone *luteinizing hormone* (LH) yang menyebabkan *amenorrhoea*. Berdasarkan hasil analisis dengan *Chi Square* dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan gangguan siklus

menstruasi pada mahasiswi Diploma IV Bidan Pendidikan tingkat akhir di Universitas Aisyiyah Yogyakarta tahun 2016 dengan nilai *p value* 0,028.

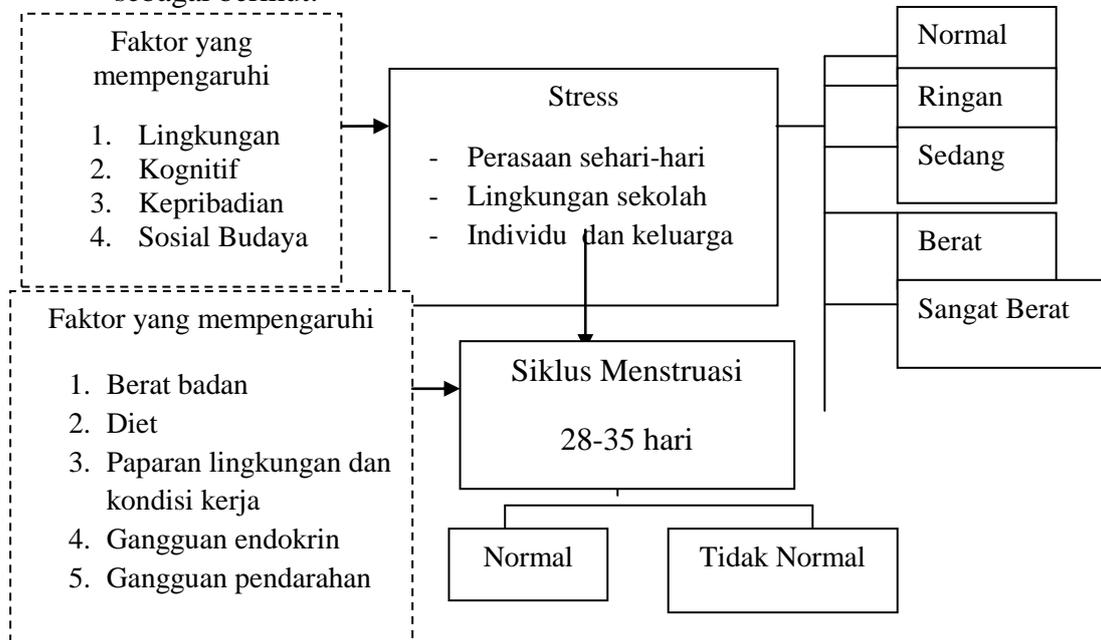
BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

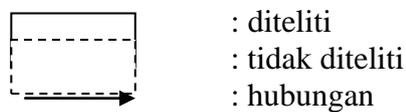
3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya, atau anantara variabel satu dengan variabel lain dari masalah yang ingin diteliti (Notoatmodjo,2012). Kerangka konseptual pada penelitian ini dapat dijadikan

sebagai berikut:



Keterangan:



Gambar 3.1 Kerangka konseptual hubungan tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

Penjelasan kerangka konseptual:

Dari kerangka konsep diatas dapat dijelaskan bahwa:

Stres bisa dialami dari perasaan sehari-hari, lingkungan sekolah dan individu sendiri serta keluarga dan macam-macam stres dibedakan atas 5 macam yaitu normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Stres dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: faktor lingkungan, Kognitif, Kepribadian, dan Sosial-budaya, dari stres bisa mengakibatkan permasalahan pada siklus menstruasi, siklus menstruasi normalnya adalah 28-35 hari jika kurang dari 28 hari atau lebih dari 35 hari maka siklus menstruasinya tidak normal. Selain siklus menstruasi bisa terganggu karena akibat dari stres, siklus menstruasi juga bisa terganggu karena beberapa faktor lainnya antara lain yaitu faktor berat badan, diet, paparan lingkungan dan kondisi kerja, gangguan endokrin serta gangguan pendarahan.

Hubungan kekuatan antara kedua variabel independent dan variabel dependent akan dibuktikan pada penelitian ini. Dalam hal ini peneliti ingin menganalisis hubungan antara tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah dugaan sementara sebuah penelitian (Nursalam, 2013). Dan hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau suatu asumsi tentang hubungan dua atau lebih variabel yang diharapkan bisa menjawab suatu pertanyaan dalam penelitian.

Hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. H_1 : adakah Hubungan Antara Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.
2. H_0 : tidak ada Hubungan Antara Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian survei yang bersifat analitik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi pada Siswi kelas X di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

4.2 Rancangan Penelitian

Desain penelitian adalah suatu yang vital dalam penelitian yang memungkinkan memaksimalkan suatu kontrol beberapa faktor yang bisa mempengaruhi *validity* suatu hasil (Nursalam,2013).

Penelitian ini menggunakan metode penelitian yaitu *analitik korelasi* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian *Cross Sectional* merupakan penelitian seksional silang dengan variabel sebab atau resiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian yang di ukur dan di kumpulkan secara simultan, sesaat atau satu kali saja dalam satu kali waktu atau dalam waktu yang bersamaan (Nursalam, 2013).

4.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

4.3.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini di laksanakan di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang. Alasan memilih lokasi ini karena siswi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang banyak yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur.

4.3.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan bulan Februari sampai Juli 2018 yaitu mulai melakukan penelusuran kepustakaan, penyusunan proposal, seminar proposal, penelitian, analisa data dan penyusunan laporan akhir.

4.4 Populasi, Sampel dan Sampling

4.4.1 Populasi

Populasi merupakan seluruh objek penelitian (Notoatmodjo,2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi putri kelas X di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang yang berjumlah 128 siswi.

4.4.2 Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi yang diteliti (Notoatmodjo,2012:177). Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian sebagian populasi dijadikan sampel yang berjumlah 56 siswi.

Salah satu metode yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel adalah menggunakan rumus slovin, sebagai berikut :

Rumus Slovin
$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

n = Besar Sampel

N= Besar Populasi

e = Batas Toleransi Kesalahan (*Error Tolerance*)

Besar populasi 56 orang, maka dapat ditentukan besar sampel adalah :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{128}{1 + (128 \times 0,1^2)}$$

$$n = \frac{128}{1 + (128 \times 0,01)}$$

$$n = \frac{128}{2,28}$$

$$n = 56,140350877$$

$$n = 56 \text{ responden}$$

4.4.3 Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi (Nursalam,2013). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini *Proportional Random Sampling*. Pengambilan sampel secara proporsi dilakukan dengan mengambil subyek dari setiap jurusan kelas X smk bakti indonesia medika jombang. Kemudian dilakukan tehnik *Simple Random Sampling* yaitu pengambilan sampel secara acak sederhana, tehnik ini dibedakan menjadi dua cara yaitu dengan mengundi (*lottery technique*) atau dengan menggunakan tabel bilangan atau angka acak (*random number*) (Notoatmodjo, 2012).

Dengan menggunakan teknik *Proportional Random Sampling* didapatkan jumlah sampel sebanyak 56 siswi, adapun besar atau jumlah pembagian sampel untuk masing-masing jurusan dengan menggunakan rumus menurut Sugiyono (2016).

$$n = \frac{X}{N} \times N_1$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel yang diinginkan setiap strata

N : Jumlah seluruh populasi siswi kelas X di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

X : Jumlah populasi pada setiap strata

N_1 : Sampel

Berdasarkan rumus, jumlah sampel dari masing-masing 3 jurusan tersebut yaitu:

$$\text{Jurusan Asisten Keperawatan} = \frac{35}{128} \times 56 = 15 \text{ siswi}$$

$$\text{Jurusan Farmasi Klinis Komunitas 1} = \frac{28}{128} \times 56 = 12 \text{ siswi}$$

$$\text{Jurusan Farmasi Klinis Komunitas 2} = \frac{29}{128} \times 56 = 13 \text{ siswi}$$

$$\text{Jurusan Teknologi Laboratorium Medik} = \frac{36}{128} \times 56 = 16 \text{ siswi}$$

Setelah dilakukan perhitungan, jumlah sampel yang dibutuhkan sebesar 56 siswi. Jumlah sampel masing-masing jurusan pada jurusan askep sebanyak 15 siswi, jurusan FKK 1 sebanyak 12

siswi, FKK 2 sebanyak 13 siswi, dan jurusan Teknologi Laboratorium Medik sebanyak 16 siswi.

Kriteria sampel adalah karakteristik umum subyek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau yang akan diteliti (Nursalam 2013).

1. Kreteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili sampel yang memenuhi syarat sebagai sampel (nursalam, 2013 : 92). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

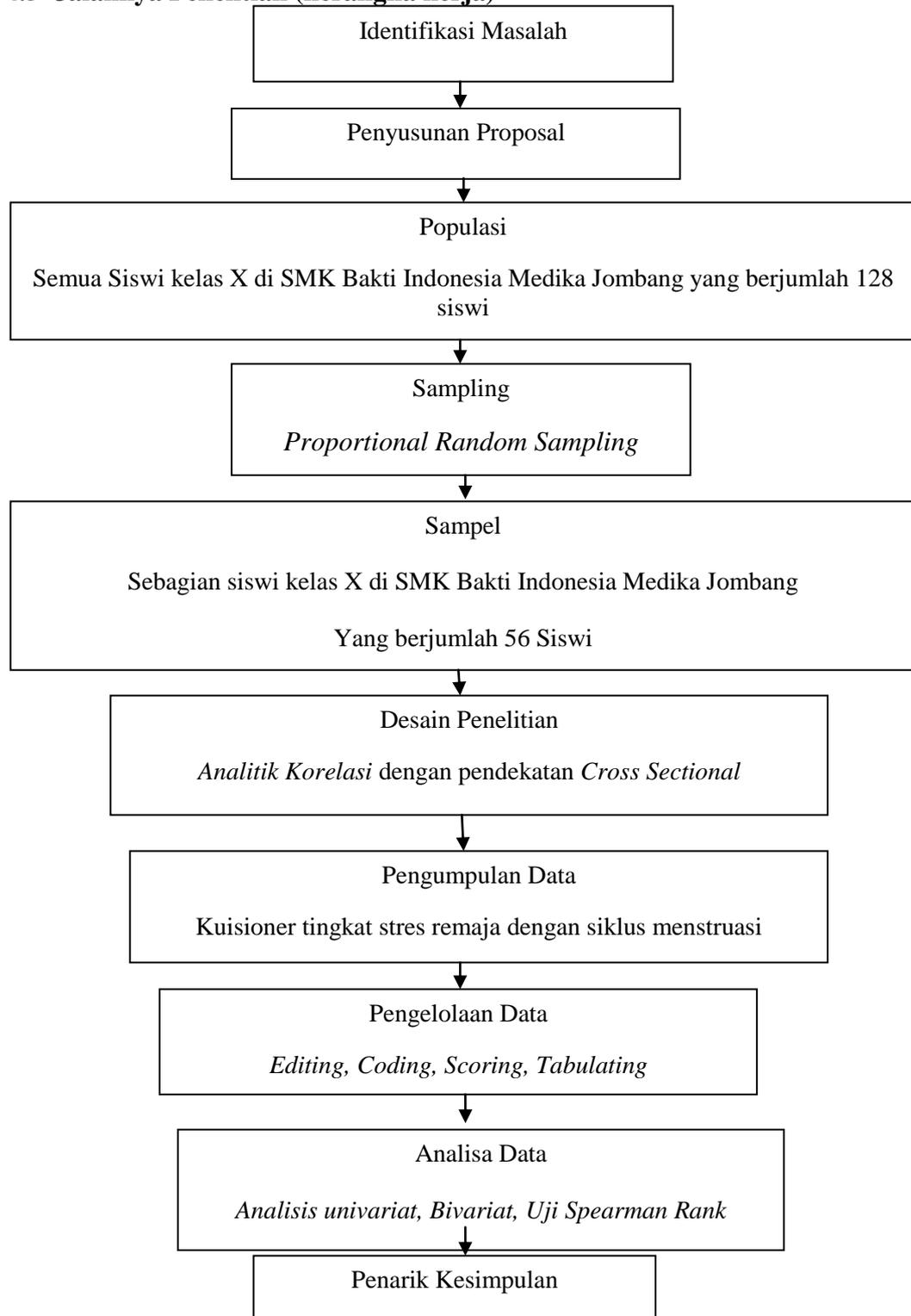
- a. Siswi yang sudah mengalami menstruasi
- b. Siswi yang bersedia menjadi responden penelitian

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subyek yang tidak memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam , 2013: 92). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Siswi yang tidak hadir saat penelitian
- b. Siswi yang tidak bersedia menjadi responden penelitian

4.5 Jalannya Penelitian (kerangka kerja)



Gambar 4.1 Kerangka kerja hubungan antara tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

4.6 Identifikasi Variabel

Variable adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2012). Menurut Notoatmodjo (2012) hubungan antara satu variabel dengan variabel lain maka dalam penelitian ini dibedakan menjadi:

1. Variabel Independen (variabel bebas)

Variabel independen sering disebut dengan variabel bebas. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Notoatmodjo, 2012). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Tingkat Stres.

2. Variabel Dependen

Variabel dependen sering disebut dengan variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Notoatmodjo, 2012). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Siklus Menstruasi.

4.7 Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan pedoman bagi peneliti untuk mengukur/memanipulasi variabel penelitian sehingga memudahkan pengumpulan data dan menghindarkan perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Nototmodjo, 2012).

Tabel 4.7 Definisi operasional penelitian Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skor/ Kategori
1.	Tingkat Stres	Stres adalah suatu kondisi yang menyebabkan perasaan menjadi tegang	1. Perasaan sehari-hari 2. Lingkungan sekolah 3. Individu dan keluarga	K U E S I O N E R	O R D I N A L	<p>Skor:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tidak pernah : 0 - Jarang : 1 - Kadang : 2 - Sering : 3 - Selalu : 4 <p>Kategori:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Normal : apabila skor yang di dapat 0-38 - Ringan : apabila skor yang di dapat 39-57 - Sedang : apabila skor yang di dapat 58-76 - Berat : apabila skor yang di dapat 77-96 - Sangat Berat : apabila skor yang di dapat > 97 <p>(Apriani, 2014)</p>
2.	Siklus Menstruasi	Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulai mulai menstruasi berikutnya	Lamanya hari mulainya menstruasi yang lalu sampai mulainya menstruasi berikutnya 28-35 hari	K U E S I O N E R	N O M I N A L	<p>Skor:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siklus Menstruasi 28-35 hari : 1 - Siklus Menstruasi < 28 hari atau > 35 hari : 0 <p>Kategori:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Normal: apabila siklus menstruasinya 28-35 hari - Tidak Normal : apabila siklus menstruasinya < 28 hari dan > 35 hari <p>(Noor Verawaty, Sri, dkk. 2011).</p>

4.8 Pengumpulan dan Analisa Data

4.8.1 Instrumen

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang di pilih dan di gunakan oleh peneliti dan kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis (Sugiyono,2016).

Instrumen untuk penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner merupakan alat ukur berupa angket dengan beberapa

pertanyaan, pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner mampu menggali hal-hal yang bersifat rahasia. Pembuatan kuesioner ini mengacu pada parameter yang sudah dibuat oleh peneliti-peneliti sebelumnya yang sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Sebelum kuesioner dibagikan peneliti melakukan uji validitas kepada siswi SMK Bakti Indonesia Medika Jombang yang tidak termasuk pada siswi yang akan dilakukan penelitian. Adapun kuisisioner ini dibagi dalam tiga bagian:

1. Bagian pertama tentang data umum identitas responden meliputi:
No.Responden, kelas, umur, jumlah saudara,BB, warna darah saat menstruasi, berapa cc darah menstruasi hari 1-3, dan sehari menghabiskan berapa pembalut.
2. Bagian kedua tentang tingkat stres yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat stres yang dialami Siswi SMK Bakti Indonesia Medika Jombang. Pengukurannya menggunakan *skala likert* dan di golongankan dalam skala ordinal. Kuisisioner ini berisi 15 pernyataan, dengan pilihan jawaban :
 - a. Jawaban yang selalu dialami diberi score 4
 - b. Jawaban yang sering dialami 3
 - c. Jawaban yang kadang-kadang dialami 2
 - d. Jawaban yang jarang dialami 1
 - e. Jawaban yang tidak pernah dialami 0
3. Bagian ketiga tentang siklus menstruasi yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana siklus menstruasi yang dialami Siswi di

SMK Bakti Indonesia Medika Jombang akan diteliti. Siklus menstruasi dibagi menjadi dua kategori yaitu dikatakan normal jika siklus menstruasi 28-35 hari dan dikatakan tidak normal jika siklus menstruasi < 28 hari dan < 35 hari.

Adapun tahap-tahap yang harus dilakukan dalam melakukan pengujian validitas dan realibilitas sebagai berikut:

1. Uji Validitas

- a. Mendefinisikan secara operasional suatu konsep yang akan diukur. Jadi, tahap awal yang harus dilakukan adalah menjabarkan konsep dalam suatu definisi operasional (berupa tabel angka-angka hasil kuesioner).
- b. Melakukan uji coba pada beberapa responden. Terantung dari sampel yang digunakan.
- c. Mempersiapkan tabel tabulasi jawaban
- d. Menghitung nilai korelasi antara masing-masing skor butir jawaban dengan skor total dari butir jawaban.

2. Uji Realibilitas

Apabila suatu alat pengukuran telah dinyatakan valid, maka tahap selanjutnya adalah mengukur realibilitas dari alat tersebut. Realibilitas adalah ukuran yang menunjukkan konsistensi dari alat ukur dalam mengukur gejala yang sama dilain kesempatan.

4.8.2 Prosedur Penelitian

Prosedur pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan pengumpulan karakteristik subjek yang dilakukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2013).

Dalam melakukan penelitian ini prosedur yang di tetapkan adalah sebagai berikut:

1. Perizinan

a. Tahap awal prosedur pengambilan data dilakukan dengan meminta surat perizinan pengantar Survey Pre data dan Studi Pendahuluan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.

b. Perizinan kepada Kepala Sekolah SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

2. Pengambilan Sampel

a. Upaya untuk menentukan responden yang sesuai kriteria remaja yang sudah mengalami menstruasi

b. Peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat penelitian yang berjudul Hubungan antara “ Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang”.

3. Memberikan *informen consert* pada responden

Peneliti mengajukan surat persetujuan menjadi responden kepada responden

4. Responden menandatangani surat persetujuan menjadi responden

5. Mengidentifikasi responden dengan menggunakan kuesioner
6. Selanjutnya melakukan Editing, Coding, Skoring, dan Tabulating
7. Hasil

4.8.3 Pengolaan Data dan Analisa Data

1. Pengolaan Data

Pada persiapan analisa data, dilakukan pengelolaan data melalui tahap *Editing, Coding, Skoring, Tabulating*(Notoatmodjo, 2012):

- 1) *Editing* merupakan kegiatan cek data dan memperbaiki isi instrumen.
- 2) *Coding* adalah pengubah data menjadi angka atau kode untuk mempermudah pengelompokan data. Pemberian kode dilakukan dengan mengisi kotak yang tersedia disebelah kanan kuesioner.

A. Data Umum Responden

1. Kelas

X (sepuluh) TLM = 1

X (sepuluh) Askep = 2

X (sepuluh) FKK1 = 3

X (sepuluh) FKK 2 = 4

2. Umur responden

12-15 tahun = 1

15-18 tahun = 2

18-21 tahun = 3

3. Jumlah saudara

Saudara 2 = 1

Saudara 3 = 2

Saudara >3 = 3

4. Berat badan

36-40 kg = 1

41-50 kg = 2

>50 kg = 3

5. Warna darah saat menstruasi

Coklat/merah tua = 1

Merah terang = 2

Merah muda = 3

Merah keabuan = 4

6. Darah (cc) yang keluar dari menstruasi 1-3

40-60 cc = 1

65-80 cc = 2

>80 cc = 3

7. Pembalut yang dihabiskan dalam sehari

4-5 = 1

6 = 2

>6 = 3

B. Data Umum Wali Murid

1. Jenis kelamin

Laki-laki = 1

Perempuan = 2

2. Umur

30-40 tahun = 1

41-50 tahun = 2

>50 tahun = 3

3. Pekerjaan

Petani/pedagang = 1

Ibu rumah tangga = 2

Pegawai negeri/swasta = 3

4. Pendidikan terakhir

SD = 1

SMP = 2

SMA = 3

Perguruan tinggi = 4

3) *Skoring* adalah pemberian nilai pada masing-masing jawaban yang dipilih responden sesuai kriteria instrumen.

a. Tingkat Stres

Normal : apabila skor yang di dapat 0-38

Ringan : apabila skor yang di dapat 39-57

Sedang : apabila skor yang di dapat 58-76

Berat : apabila skor yang di dapat 77-96

Sangat Berat : apabila skor yang di dapat > 97

b. Siklus Menstruasi

Normal : apabila siklus menstruasinya 28-35 hari

Tidak Normal : apabila siklus menstruasinya < 28 hari dan > 35 hari

4) *Tabulating* yaitu mengelompokkan data berdasarkan variabel dan memasukkan kedalam tabel. Data tentang karakteristik umum responden dirubah dalam bentuk prosentase dengan rumus :

$$P = \frac{\sum f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi Variabel

N = Jumlah jawaban yang dikumpulkan

2. Analisa Data

Analisa data di bagi menjadi 2 metode analisa Univariant dan Analisa Bivariat yaitu sebagai berikut:

a. Analisis Univariant

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2012 : 182).

Langkah-langkah analisis univariant adalah sebagai berikut:

1) Distribusi Frekuensi

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Proporsi

F = Frekuensi kategori

n = Jumlah sampel

Setelah data terkumpul melalui observasi dan kuesioner kemudian dikelompokkan dalam tabulasi sesuai karakteristik.

100% : seluruhnya

76-99% : hampir seluruhnya

51-75% : sebagian besar

50% : setengahnya

25-49% : hampir setengahnya

0% : tidak satupun (Notoatmodjo, 2012).

b. Analisis Bivariat

Analisa bivariat adalah analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga ada berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2012:183).

Uji yang di pakai adalah *Spearman Rank* dengan salah satu software, dimana $p < 0,05$ maka ada Hubungan antara Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang, sedangkan $p > 0,05$ tidak ada Hubungan antara Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi.

4.9 Etika Penelitian

1. Lembar Persetujuan Responden (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan responden menjadi responden akan diberikan subyek yang di teliti menjelaskan selama dan sesudah pengumpulan data.

Jika calon responden bersedia untuk diteliti, maka mereka harus

menandatangani lembar persetujuan tersebut jika calon responden menolak untuk diteliti maka penelitian tidak boleh memakai dan hak-hak klien.

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Persetujuan untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data umum hanya kode dengan memberi nomer urut pada setiap bandel kuisioner.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dan kerahasiaan dari responden dijamin peneliti

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

Pada Bab ini diuraikan hasil penelitian dan pembahasan Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang, pada tanggal 05 Juni 2018 dengan responden 56 siswi. Hasil penelitian ini dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu data umum dan data khusus. Dalam data umum memuat tentang identitas responden yang meliputi kelas, umur, jumlah saudara, BB saat ini, warna darah saat menstruasi, darah haid yang keluar saat hari 1-3, dan menghabiskan berapa pembalut dalam sehari, dan menghabiskan berapa pembalut dalam sehari, serta identitas wali murid yang meliputi jenis kelamin, umur, pekerjaan dan pendidikan terakhir. Sedangkan data khususnya adalah tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

5.1.1 Gambaran Tempat Penelitian

Pada studi kasus ini penelitian dilakukan di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang yang beralamat Jl. Kemuning No.57, Candi Mulyo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang, Jawa Timur 614119. SMK Bakti Indonesia Medika Jombang adalah Sekolah Menengah Kejuruan yang berakreditasi A yang terdiri dari tiga jurusan diantaranya jurusan Asisten Keperawatan 35 siswi, jurusan Farmasi Klinis Komunitas 57 siswi, jurusan Teknologi Laboratorium Medis 36 siswi.

5.1.2 Data Umum

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tanggal 05 Juni 2018 di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang diperoleh data sebagai berikut:

a. Karakteristik responden berdasarkan kelas

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Kelas	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Asisten Keperawatan	15	26.8
2.	Farmasi Klinis Komunitas 1	12	21.4
3.	Farmasi Klinis Komunitas 2	13	23.2
4.	Teknologi Laboratorium Medik	16	28.6
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.1. menunjukkan bahwa hampir setengahnya (26,8%) responden berkelas jurusan teknologi laboratorium medik sejumlah 16 siswi.

b. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	12-15 tahun	0	0
2.	15-18 tahun	56	100.0
3.	18-21 tahun	0	0
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.2. menunjukkan bahwa seluruhnya (100%) responden berumur 15-18 tahun sejumlah 56 siswi.

c. Karakteristik responden berdasarkan jumlah saudara

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah saudara di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Jumlah Saudara	Frekuensi	Persentase (%)
1.	2	41	73.2
2.	3	12	21.4
3.	>3	3	5.4
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.3. menunjukkan bahwa sebagian besar (73,2%) responden jumlah saudaranya 2 dengan jumlah 41 siswi.

d. Karakteristik responden berdasarkan berat badan

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Berat badan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	36-40 kg	9	16.1
2.	41-50 kg	36	64.3
3.	> 50 kg	11	19.6
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.4. menunjukkan bahwa sebagian besar (64,3%) responden berat badannya 41-50 kg berjumlah 36 siswi.

e. Karakteristik responden berdasarkan warna darah saat menstruasi

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan warna darah saat menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Warna Darah	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Coklat/ kemerah tuaan	51	91.1
2.	Merah terang	5	8.9
3.	Merah muda	0	0
4.	Merah keabuan	0	0
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.5. menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (91,1%) responden warna darah saat menstruasi coklat/kemerah tuaan berjumlah 51 siswi.

f. Karakteristik responden berdasarkan darah haid yang keluar dari hari 1-3

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan darah haid yang keluar dari hari 1-3 di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Darah Haid	Frekuensi	Persentase (%)
1.	40-60 cc	29	51.8
2.	65-80 cc	24	42.9
3.	>80 cc	3	5.4
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.6. menunjukkan bahwa sebagian besar (51,8%) responden darah haid yang keluar dari hari 1-3 adalah 40-60 cc berjumlah 29 siswi.

- g. Karakteristik responden berdasarkan pembalut yang dihabiskan dalam sehari

Tabel 5.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pembalut yang dihabiskan dalam sehari di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Pembalut yang dihabiskan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	4-5	45	80.4
2.	6	8	14.2
3.	>6	3	5.4
	Total	56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.7. menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (80,4%) responden pembalut yang dihabiskan dalam sehari 4-5 berjumlah 45 siswi.

- h. Karakteristik wali murid berdasarkan jenis kelamin

Tabel 5.8 Distribusi frekuensi responden jenis kelamin wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Laki-laki	31	55.4
2.	Perempuan	25	44.6
	Total	56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.8. menunjukkan bahwa sebagian besar (55,4%) wali murid responden yaitu laki-laki berjumlah 31 orang.

- i. Karakteristik wali murid berdasarkan umur

Tabel 5.9. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1.	30-40 tahun	9	16.1
2.	41-50 tahun	44	78.6
3.	>50 tahun	3	5.4
	Total	56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.9. menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (78,6%) umur wali murid responden yaitu 41-50 tahun berjumlah 44 orang.

j. Karakteristik wali murid berdasarkan pekerjaan

Tabel 5.10. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Petani/pedagang	26	46.4
2.	Ibu rumah tangga	17	30.4
3.	Pegawai negeri/swasta	13	23.2
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.10. menunjukkan bahwa hampir setengahnya (46.4%) wali murid responden pekerja petani/pedagang yang berjumlah 26 orang.

k. Karakteristik wali murid berdasarkan pendidikan

Tabel 5.11. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan wali murid di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	SD	13	23.2
2.	SMP	24	42.9
3.	SMA	11	19.6
4.	Perguruan tinggi	8	14.3
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.11. menunjukkan bahwa hampir setengahnya (42,9%) wali murid responden berpendidikan SMP yang berjumlah 24 orang.

5.1.3 Data Khusus

1. Tingkat Stres

Tabel 5.12 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase %
1.	Normal	17	30.4
2.	Ringan	32	57.1
3.	Sedang	7	12.5
4.	Berat	0	0
5.	Sangat berat	0	0
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.12. menunjukkan bahwa sebagian besar (57,1%) responden memiliki tingkat stres ringan berjumlah 32 siswi.

2. Siklus Menstruasi

Tabel 5.13 Distribusi frekuensi responden berdasarkan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Siklus Menstruasi	Frekuensi	Persentase %
1.	Normal	27	48.2
2.	Tidak Normal	29	51.8
Total		56	100.0

Sumber : Data Primer 2018

Menurut tabel 5.13. menunjukkan bahwa sebagian besar (51,8%) responden memiliki siklus menstruasi yang tidak normal berjumlah 29 siswi.

3. Hubungan tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi

Tabel 5.14 Tabulasi silang Hubungan antara Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No	Tingkat Stres	Siklus Menstruasi				Total	
		Normal Σ	%	Tidak Normal Σ	%	Σ	%
1.	Normal	16	28.6	1	1.8	17	30.4
2.	Ringan	11	19.6	21	37.5	32	57.1
3.	Sedang	0	0	7	12.5	7	12.5
4.	Berat	0	0	0	0	0	0
5.	Sangat Berat	0	0	0	0	0	0
	Total	27	48.2	29	51.8	56	100.0
Uji <i>Spearman Rho</i>		p= 0,000					

Sumber : Data Primer 2018

Tabel 5.14. menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden yang tingkat stresnya ringan, memiliki siklus menstruasi yang tidak normal sejumlah 21 siswi dengan persentase (37,5%).

Hasil uji statistik *rank spearman* diperoleh angka signifikan atau angka *probabilitas* (0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Tingkat Stres

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari 56 responden, sebagian besar siswi mengalami tingkat stres ringan yaitu 32 responden (57,1%).

Menurut peneliti dari data umum umur responden dengan jumlah 56 siswi seluruhnya berumur 15-18 tahun (100%). Usia berkaitan dengan toleransi seseorang terhadap stres. Pada usia remaja seringkali rawan terhadap stres dan emosinya sangat kuat, namun dari tahap remaja awal ke remaja akhir terjadinya perbaikan pada perilaku emosionalnya dan lebih mampu mengontrol stres sehingga bisa mencegah terjadinya stres yang lebih berkelanjutan.

Hal ini sesuai dengan teori (Sa'id, 2015) dimana remaja tengah berada pada masa sekolah menengah atas (SMA). Mengalami banyak perubahan kognitif, emosional dan sosial, mereka berpikir lebih kompleks, sehingga mampu mengendalikan terjadinya stres dan mampu mencegah terjadinya stres secara berkelanjutan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari 56 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai jumlah saudara 2 dengan jumlah 41 responden (73,2%).

Menurut peneliti responden yang mengalami stres ringan dipengaruhi oleh jumlah saudara lebih dari 1, sehingga muncul perasaan kurang perhatian dari orang tua, pilih kasih serta kurangnya kasih sayang, namun dengan seiringnya bertambahnya umur, pada tahap usia remaja mampu memperbaiki hubungan dengan saudaranya dengan saling mendukung, bertukar pendapat serta memberikan semangat dan motivasi dalam kekeluargaan sehingga mampu menciptakan suasana yang tenang dan mengurangi perdebatan serta

pertentangan, sehingga mencegah terjadinya perselisihan yang mengakibatkan tekanan dan stres.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hurlock (2012) bahwa pada awal remaja, hubungan yang terjalin dalam keluarga penuh pertentangan. Remaja mulai menerima kehadiran saudara-saudaranya yang dulu dianggap menjengkelkan, dengan cara yang lebih tenang dan fisiologis. Seringkali remaja akhir mengembangkan sikap seperti orang tua terhadap saudaranya yang lain dan hal ini mengurangi pertentangan. Hubungan saudara kandung pada masa remaja meliputi menolong, berbagi, selain itu saudara kandung remaja bisa bertindak sebagai pendukung emosi, lawan dan teman berkomunikasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari 56 responden menunjukkan bahwa hampir setengahnya yang berjumlah 26 (46,4%) orang tua responden bekerja sebagai petani/pedagang.

Menurut peneliti responden yang mengalami stres ringan juga di pengaruhi oleh status pekerjaan orang tua dan ekonomi keluarga. Dimana banyak keinginan dan permintaan dari anak yang harus terpenuhi sehingga menimbulkan emosi yang tidak stabil, namun dengan penghasilan dari pekerjaan yang ditekuni oleh orang tua mampu memperbaiki status ekonomi sehingga mampu memenuhi kebutuhan anaknya meskipun tidak seluruhnya.

Hal ini sejalan dengan teori Walker (2011) kondisi ekonomi keluarga yang rendah juga menimbulkan masalah bagi remaja. Usia

remaja adalah usia dimana seseorang mempunyai banyak sekali keinginan, tidak mau kalah dengan teman-temannya. Mereka tidak mau kelihatan miskin di depan teman-temannya apalagi di depan pacarnya. Hal ini membuat remaja menjadi tidak percaya diri, minder dan akhirnya mengalami stres. Namun dengan penghasilan dari pekerjaan yang ditekuni oleh orang tuanya mampu memperbaiki status ekonomi serta kebutuhan dari anggota keluarga termasuk anak, sehingga mampu mencegah terjadinya stres.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari tabulasi tingkat stres dari tiga parameter salah satunya adalah parameter lingkungan sekolah dengan nilai rata-rata 2,1.

Menurut peneliti responden yang mengalami stres bisa dipicu oleh lingkungan sekolah dimana lingkungan sekolah yang termasuk di dalam kelas saat materi berlangsung ruangan yang kurang tenang dan tidak kondusif dapat memicu terjadinya stres.

Hal ini sejalan dengan teori Savitri (2012) bahwa stres disekolah adalah suatu keadaan atau kondisi dimana siswa mengalami tekanan disekolah yang disebabkan karena tugas yang tidak sesuai dengan kapasitas siswa, bermasalah dengan teman dan bosan dengan pelajaran, namun dengan siswa yang tidak terlalu memikirkan tentang hal tersebut dapat dipastikan mengurangi tingkat stresnya.

5.2.2 Siklus Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari 56 responden, sebagian besar siswi mengalami siklus menstruasi yang tidak normal yang berjumlah 29 responden (51,8%).

Menurut peneliti responden yang mengalami siklus menstruasi yang tidak normal dipengaruhi oleh berat badan yang perubahan berat badannya secara drastis atau tidak stabil yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi. Dimana perubahan berat badan yang turun drastis atau berat badan yang berlebih berpengaruh pada hormon pengatur siklus menstruasi.

Hal ini sejalan dengan teori Kusmiran (2014) mengatakan bahwa berat badan dan perubahan berat badan memengaruhi 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/kurus dan *anorexia nervosa* yang menyebabkan penurunan berat badan yang berat dapat menimbulkan *amenorrhea*. Semakin banyak resiko yang dimiliki, maka kemungkinan terjadinya gangguan siklus menstruasi semakin besar.

5.2.3 Hubungan tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari 56 responden, bahwa hampir setengahnya responden yang tingkat stresnya ringan, memiliki siklus menstruasi yang tidak normal yang berjumlah 21 responden (37,5%).

Menurut peneliti stres ringan yang dialami responden sudah berusaha untuk melakukan manajemen stres seperti menyediakan waktu untuk bersantai, istirahat yang cukup serta berusaha untuk mengontrol stres agar tidak berpengaruh pada siklus menstruasinya.

Berdasarkan hasil uji statistik *rank spearman* diperoleh hasil signifikan atau angka $p = 0,000$ jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka data H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi di SMK Ba kti Indonesia Medika Jombang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurlaila, dkk (2015) di Poltekes Kemenkes Kaltim yang menyatakan ada hubungan signifikan antara stres dengan siklus menstruasi, serta responden yang mengalami stres mempunyai peluang atau cenderung mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Hasil tersebut sejalan pula dengan penelitian Todohu dkk, (2014) di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan yang menyatakan ada hubungan antara stres psikologis dengan siklus menstruasi.

Hal ini sesuai dengan teori Kusmiran (2014) Stres akan memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormon kortisol di atur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, dengan di mulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*), dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen. Jika terjadi gangguan pada hormon

FSH (*Follicle Stimulating Hormone*), dan LH (*Lutenizing Hormon*), maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidak teraturan siklus menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari 56 responden, bahwa hampir setengahnya responden yang tingkat stresnya ringan, memiliki siklus menstruasi normal yang berjumlah 11 responden (19,6%).

Menurut peneliti responden yang mengalami tingkat stres ringan tetapi tidak berpengaruh pada siklus menstruasinya dikarenakan responden tidak terlalu memikirkan tentang hal yang bisa memicu terjadinya stres dan mampu mengontrol terjadinya stres.

Hal ini sejalan dengan teori maramis (2011) bahwa pada tingkat stres ringan sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan yang akan terjadi. Stres ini tidak merusak aspek fisiologik seseorang. Pada respon psikologi didapatkan merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya, namun tanpa disadari cadangan energi semakin menipis, pada repons perilaku didapatkan semangat kerja yang terlalu berlebihan, merasa mudah lelah dan tidak bisa santai. Situasi ini tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stres siswi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang sebagian besar mengalami stres ringan.
2. Siklus Menstruasi siswi di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang sebagian besar tidak normal.
3. Ada Hubungan Antara Tingkat Stres Remaja Dengan Siklus Menstruasi Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, maka dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Petugas UKS (Usaha Kesehatan Sekolah)

Meningkatkan kesadaran siswi dengan cara memberikan pengarahan dan penjelasan tentang akibat dari stres yang bisa mempengaruhi siklus menstruasi dapat difahami oleh siswi.

2. Bagi Guru

Guru dapat menciptakan suasana belajar yang nyaman seperti tidak terlalu tegang pada saat pembelajaran dan kondusif, sehingga dapat menghindarkan siswi dari kondisi stres di lingkungan belajar mengajar.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi pertimbangan masukan dalam penelitian selanjutnya yang meneliti tentang stres, baik itu dengan kaitannya dengan siklus menstruasi maupun kaitannya dengan yang lainnya seperti dengan kaitannya masalah berat badan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Asrori, 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Apriani. 2014. *Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Respon Psikologis Mahasiswa Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Makassar: Universitas Hasanuddin
- Arfa R., *stress & menstrual cycle*, 2011; (online), ([lp://digilib.unsri.ac.id](http://digilib.unsri.ac.id).. Diunduh pada tanggal 17 Desember 2012).
- Arikunto 2013 *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* . Jakarta : Rineka Cipta.
- Carolin. 2011. *Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Pendidikan Sarjana Kedokteran*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Fitria, L. P. (2016). *Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Guru dan Karyawan SMP Negeri 18 Surakarta*. (3), 2407-2656.
- Fransiska N, Srimiyati, Romlah. *Hubungan stress terhadap siklus menstruasi mahasiswi*. 2013;
- Hawari, Dadang. 2011. *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Jakarta: FKUI.
- Hurlock. 2012. *Perkembangan Anak*, Jilid 2. Jakarta: Erlangga
- Kesehatan D. *Dinamika Kesehatan*, Vol. 8 No. 1, Juli 2017 Kartikawati , et. al., *Hubungan Tingkat Stress dengan* 2017;8
- Kusmiran, Eny, 2014. *Kesehatan Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Mahakam JH, Hazanah S, Shoufiah R, Kebidanan J, Kemenkes P. *HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWA USIA 18-21 TAHUN*. 2015;III(9).
- Notoatmodjo 2012. *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Redika Cipta
- Nurlaila, Hazanah. S. dan Shoupihah. R. (2015). *Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Usia 18-21 Tahun di Prodi D-III Kebidanan Balikpapan*, *Jurnal Husada Mahakam*, Volume III No. 9, Mei 2015, hal 452-521.
- Nursalam 2013 *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika.
- Prawihardjo, Sarwono, 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka

Rahmawati NA, Komariyatun S. Kata Kunci : 3.

Remaja usia remaja. *Tinjauan Pustaka Remaja. Usia Remaja* [Internet]. 2015;17–40. Tersedia pada: <http://erepo.unud.ac.id/10466/3/7a669216a809ac71e6096f3b703b438d.pdf>

Sarwono, S. (2013). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.

Setiawati SE. *Pengaruh stres terhadap siklus menstruasi pada remaja*. 2015;4:94–8

Sriwiyati L, Puspitasari T. *Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Ii A Akademi Keperawatan Panti Kosala*. 2017;5 (1):1–6.

Sugiyono, 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sunaryo. (2013). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: EGC.

Sunaryo, 2013. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC

Todoho, Serly, dkk. 2014. *Hubungan Stres Psikologis dengan Siklus Menstruasi pada Siswi kelas 1 di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan Skripsi*. Tidak dipublikasikan Manado: Universitas Sam Ratulangi.

Ulum N. *Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada mahasiswa Fisioterapi Universitas Hasanuddin*. 2016.

Verawaty, Noor Sri, dkk 2011. *Merawat dan Menjaga Kesehatan Seksual Wanita*. Bandung: PT Grafindo Medika Pratama



PERPUSTAKAAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG

Kampus C : Jl. Kemuning No. 57 Candimulyo Jombang Telp. 0321-865446

SURAT PERNYATAAN
Pengecekan Judul

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Eni Wahyuningsih
NIM : 143210118
Prodi : SI Keperawatan
Tempat/Tanggal Lahir: Lumajang / 11 Maret 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Desa : Kandangan banjar sawah Rt. 002 ,Rw. 007
Kec. Senduro, Kab: Lumajang
No.Tlp/HP : 085 695 273 119
email : veniekittz@gmail.com
Judul Penelitian : tingkat stress Remaja
dengan siklus menstruasi

Menyatakan bahwa judul LTA/Skripsi diatas telah dilakukan pengecekan, dan judul tersebut tidak ada dalam data sistem informasi perpustakaan. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dijadikan sebagai referensi kepada dosen pembimbing dalam mengajukan judul LTA/Skripsi.

Mengetahui

Ka. Perpustakaan

Dwi Nurhana, S. Kom., M.IP

YAYASAN SAMODRA ILMU CENDEKIA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
"INSAN CENDEKIA MEDIKA"



SK. MENDIKNAS NO.141/D/O/2005

Website : www.stikesicme-jbg.ac.id

No. : 527/KTI/BAAK/K31/073127/VI/2018
Lamp. : -
Perihal : Ijin Penelitian

Jombang, 05 Juni 2018

Kepada :

Yth. Kepala Sekolah SMK BIM Jombang
di
Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka kegiatan penyusunan Skripsi/Karya Tulis Ilmiah yang menjadi prasyarat wajib mahasiswa kami untuk menyelesaikan studi di Program Studi **S1 - Keperawatan** Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan "Insan Cendekia Medika" Jombang, maka sehubungan dengan hal tersebut kami mohon dengan hormat bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan Ijin Penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama Lengkap : **ENI WAHYUNINGSIH**
NIM : 14 321 0118
Judul Penelitian : *Tingkat Stress Remaja Dengan Siklus Menstruasi*

Untuk mendapatkan data guna melengkapi penyusunan Skripsi/Karya Tulis Ilmiah sebagaimana tersebut di atas.

Demikian atas perhatian, bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua,



H. Imam Fatoni, SKM., MM
NIK: 03.04.022

Lampiran 3

**YAYASAN SAMODRA ILMU CENDEKIA**
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN
BAKTI INDONESIA MEDIKA JOMBANG
NPSN: 20576092 NSS: 32.4.05.04.01
TERAKREDITASI A

Kompetensi Keahlian : ■ Keperawatan (A) ■ Analis Kesehatan (A) ■ Farmasi (A)

Nomor : 345 /KSK. 01/ SMK-BIM/VI/2018

Lampiran : -

Perihal : **Pemberitahuan**

Kepada:

Yth. Ketua STIKes ICMe

Jombang

Di_

Tempat

Dengan Hormat,

Menindaklanjuti surat permohonan Ijin Penelitian oleh mahasiswa STIKes ICMe Jombang dengan nomor surat 527/KTI/BAAK/K31/073127/VI/2018 pada tanggal 5 Juni, maka dengan ini kami SMK Bakti Indonesia Medika Jombang memberikan ijin kepada mahasiswa atas nama Eni Wahyuni untuk melakukan penelitian dengan jadwal menyesuaikan dengan kegiatan pembelajaran yang berlangsung di sekolah kami.

Demikian pemberitahuan kami, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Jombang, 7 Juni 2018

Kepala SMK BIM Jombang



WIDIYANTO RHAMANDANI, SPsi,MM

NIK. 01.07.075

Lampiran 4

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:

Sdr/i sebagai calon Responden

Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Eni Wahyuningsih

NIM : 143210118

Mahasiswa : S1 Keperawatan STIKES Insan Cendekia Media Jombang

Bermaksud melakukan penelitian yang berjudul “Tingkat Stres Remaja dengan Siklus Menstruasi”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stress remaja dengan siklus menstruasi.

Untuk keperluan tersebut, saudara bersedia/tidak bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Selanjutnya mengisi kuesioner yang saya sediakan dengan kejujuran dan apa adanya. Jawaban saudara dijamin kerahasiaannya.

Demikian lembar persetujuan ini saya buat, atas bantuan dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Jombang, Juni 2018

Hormat kami

(Eni Wahyuningsih)

NIM 143210118

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya,

Menyatakan bahwa:

1. Telah mendapat penjelasan tentang penelitian “Tingkat Stress Remaja dengan Siklus Menstruasi ”
2. Telah diberi kesempatan untuk bertanya dan mendapatkan jawaban dari peneliti
3. Keputusan bersedia atau tidak bersedia mengikuti penelitian ini

Dengan ini saya memutuskan secara sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun dan dalam keadaan sadar, bahwa saya (**bersedia/tidak bersedia ***) berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini, dengan catatan apabila suatu waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun, berhak membatalkan persetujuan ini. Saya percaya informasi yang diberikan terjamin kerahasiannya.

Jombang, Juni 2018

Peneliti

Responden

(Eni Wahyuningsih)

NIM : 143210118

(_____)

Keterangan :

*) Coret yang tidak perlu

Lampiran 6

KISI-KISI INSTRUMEN TINGKAT STRES

No	Indikator	No.Soa	Jumlah
1.	Perasaan sehari-hari	1,2,3,4,5,6,7,8	8
2.	Lingkungan sekolah	9,10,11,12,13, 14,15,16	8
3.	Individu dan keluarga	17,18,19,20,21 ,22,23,24,25	9
Jumlah		25	

KISI-KISI INSTRUMEN SIKLUS MENSTRUASI

No	Indikator	No.Soa	Jumlah
1.	Siklus menstruasi berkisar dari 28-35 hari	1,2	2
Jumlah		2	

LEMBAR KUESIONER DATA UMUM

Petunjuk:

1. Isi data yang sesuai dengan pernyataan dibawah ini dengan memberikan tanda (√) pada kotak jawaban sesuai dengan pilihan sdr/i

A. Identitas Responden:

No Responden :

Kelas : X (sepuluh) FKK 1 FKK 2 Askep TLM

Umur : 12-15 tahun 15-18 tahun 18-21 tahun

Jumlah Saudara : 2 3 > 3

BB saat ini : 36-40 41-50 > 50

Warna darah saat menstruasi: coklat/merah tua merah terang
 merah muda merah keabuan

Berapa cc kira-kira darah haid yang keluar dari hari 1-3 :

40-60 cc 65-80 cc > 80 cc

Sehari menghabiskan berapa pembalut : 4-5 6 > 6

B. Identitas Wali Murid

Jenis kelamin : laki-laki perempuan

Umur : 30-40 tahun 41-50 tahun >50 tahun

Pekerjaan : petani pedagang pegawai negeri/swasta

Pendidikan terakhir : SD SMP SMA Perguruan tinggi

Lampiran 7

LEMBAR KUESIONER
(Tingkat stres)

Petunjuk Pengisian:

1. Tulislah identitas diri pada lembar jawaban yang telah disediakan
2. Berilah tanda (√) salah satu alternatif jawaban pada setiap persoalan dibawah ini
3. Beri tanggapan terhadap semua pernyataan ini dengan jujur sesuai dengan keadaan dan keyakinan diri sendiri, karena tidak ada salah satu jawaban yang benar ataupun salah dalam kuesioner ini.

Keterangan :

TP : tidak pernah

JR : jarang

KK : kadang-kadang

SR : sering

SL : selalu

No	Pernyataan	TP	JR	KK	SR	SL
1.	Anda merasa mudah lelah tetapi anda tidak melakukan aktivitas apapun					
2.	Anda merasa emosi padahal anda tidak tau apa penyebab anda merasa emosi					
3.	Anda merasa gelisah pada saat anda sendiri dan tidak ada kegiatan yang menenangkan anda					
4.	Anda merasa tidak bisa beristirahat dengan tenang					
5.	Anda merasa bosan ketika tidak ada aktivitas yang dapat dilakukan					
6.	Anda merasa mudah tersinggung					
7.	Anda merasa sulit tenang setelah sesuatu					

	membuat anda kesal					
8.	Anda merasa tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu)					
9.	Anda merasa banyak beban saat tugas sekolah semakin banyak					
10.	Anda merasa cemas saat menghadapi ujian					
11.	Anda merasa sangat sedih saat tidak ada seorang teman yang dapat menghibur anda di sekolah					
12.	Anda merasa sangat lelah saat kurikulum sekolah terlalu padat					
13.	Anda merasa terganggu saat pelajaran teman sekelas anda terlalu ramai					
14.	Anda merasa tidak nyaman ketika anda ingin belajar lalu terganggu karena teman anda sering mengganggu dan mengajak bercanda					
15.	Anda merasa tidak nyaman karena suhu ruangan yang tidak menentu dan mengganggu proses pembelajaran					
16.	Anda merasa gelisah saat tugas sekolah yang terlalu banyak dan tidak menemukan referensi bukunya					
17.	Anda merasa putus asa saat tidak ada dukungan moral dari orang tua untuk menyelesaikan tugas sekolah					
18.	Anda merasa terganggu saat situasi di rumah menegangkan saat terjadi perdebatan anggota keluarga					
19.	Anda merasa tidak dihargai pada saat anda					

	memberikan saran kepada anggota keluarga					
20.	Anda merasa sedih saat tidak ada dukungan moral dari orang tua					
21.	Anda merasa sulit tidur					
22.	Anda merasa gelisah ketika hasil dari nilai pembelajaran tidak sesuai dengan harapan orang tua					
23.	Anda merasa tidak nyaman ketika tidak dapat berkonsentrasi di kelas					
24.	Anda merasa tidak nyaman ketika tidak dapat mengatur waktu antara kegiatan organisasi dan pembelajaran					
25.	Anda merasa tidak nyaman ketika materi yang diberikan tidak dimengerti dan anda malu untuk bertanya					

Lampiran 7

**LEMBAR KUESIONER
(Siklus Menstruasi)**

Petunjuk Pengisian:

1. Tulislah identitas diri pada lembar jawaban yang telah disediakan
2. Berilah tanda (√) salah satu alternatif jawaban pada setiap persoalan dibawah ini
3. Beri tanggapan terhadap semua pertanyaan ini dengan jujur sesuai dengan keadaan dan keyakinan diri sendiri, karena tidak ada salah satu jawaban yang benar ataupun salah dalam kuesioner ini.

DAFTAR PERTANYAAN

1. Berapa hari siklus menstruasi anda ?

< 28 28 hari > 35 hari

Lampiran 8

Tabulasi Data Umum

No. Resp	Kelas	Umur	Jumlah Saudara	BB	Warna Darah saat menstruasi	Darah (cc) haid yang keluar dari hari 1-3	Pembalut yang dihabiskan dalam sehari
1.	1	2	1	2	1	2	1
2.	1	2	2	2	1	1	1
3.	1	2	2	2	1	1	1
4.	1	2	1	2	1	2	2
5.	1	2	1	2	1	1	1
6.	1	2	1	2	1	2	2
7.	1	2	2	2	1	1	1
8.	1	2	1	2	1	2	2
9.	1	2	2	1	1	2	2
10.	1	2	1	3	1	1	1
11.	1	2	1	3	1	2	1
12.	1	2	1	2	1	2	1
13.	1	2	2	2	1	2	1
14.	1	2	2	2	1	2	1
15.	1	2	2	2	1	3	3
16.	1	2	2	3	1	1	1
17.	2	2	1	2	1	1	1
18.	2	2	1	1	1	3	3
19.	2	2	1	3	1	1	1
20.	2	2	1	2	1	1	1
21.	2	2	2	2	2	2	1
22.	2	2	2	1	1	2	1
23.	2	2	1	2	1	1	1
24.	2	2	1	3	1	2	1
25.	2	2	1	3	1	1	1
26.	2	2	1	2	2	1	2
27.	2	2	1	2	2	2	1
28.	2	2	1	1	2	1	1
29.	2	2	3	2	1	2	2
30.	2	2	1	1	1	2	2
31.	2	2	1	2	1	2	2
32.	3	2	1	3	1	2	1
33.	3	2	1	2	1	1	1
34.	3	2	1	1	1	1	1
35.	3	2	1	2	1	2	1
36.	3	2	1	2	1	2	1
37.	3	2	1	2	1	2	1
38.	3	2	1	2	1	1	1
39.	3	2	3	2	1	2	1
40.	3	2	2	2	1	2	1

41.	3	2	1	1	1	1	1
42.	3	2	1	3	1	1	1
43.	3	2	1	3	2	3	3
44.	4	2	1	2	1	1	1
45.	4	2	1	2	1	1	1
46.	4	2	1	2	1	1	1
47.	4	2	1	2	1	1	1
48.	4	2	1	1	1	1	1
49.	4	2	3	3	1	1	1
50.	4	2	2	1	1	1	1
51.	4	2	1	3	1	1	1
52.	4	2	1	2	1	1	1
53.	4	2	1	2	1	1	1
54.	4	2	1	2	1	1	1
55.	4	2	1	2	1	2	1
56.	4	2	1	2	1	2	1

KETERANGAN :

Kelas :

Kode 1 : TLM

Kode 2 : Askep

Kode 3 : FKK1

Kode 4 : FKK 2

Umur :

Kode 1 : 12-15 tahun

Kode 2 : 15-18 tahun

Kode 3 : 18-21 tahun

Jumlah Saudara:

Kode 1 : saudara 2

Kode 2 : saudara 3

Kode 3 : saudara >3

Berat Badan:

Kode 1 : 36-40 kg

Kode 2 : 41-50 kg

Kode 3 : >50 kg

Warna darah saat menstruasi

Kode 1 : coklat/merah tua

Kode 2 : merah terang

Kode 3 : merah muda

Kode 4 : merah keabuan

Darah (cc) yang keluar dari menstruasi hari 1-3

Kode 1 : 40-60 cc

Kode 2 : 65-80 cc

Kode 3 : >80 cc

Pembalut yang

dihabiskan dalam sehari

Kode 1 : 4-5

Kode 2 : 6

Kode 3 : >6

Tabulasi Wali Murid Responden

No Responden	Jenis kelamin	Umur	Pekerjaan	Pendidikan terakhir
1.	1	2	1	3
2.	2	2	2	2
3.	1	3	2	2
4.	1	2	3	3
5.	2	1	3	4
6.	1	2	3	4
7.	2	2	2	3
6.	1	3	1	2
7.	2	2	3	4
8.	2	2	2	1
9.	1	2	1	1
10.	2	1	2	2
11.	2	2	2	2
12.	2	2	2	2
13.	1	2	1	2
14.	1	2	1	3
15.	1	2	3	4
16.	2	2	3	4
17.	1	2	1	2
18.	1	2	1	3
19.	2	2	2	2
20.	2	2	3	3
21.	1	2	3	4
22.	1	3	1	2
23.	1	2	1	1
24.	1	2	1	2
25.	2	2	2	1
26.	2	2	2	2
27.	1	2	1	2
28.	1	2	1	1
29.	2	2	1	1
30.	1	2	3	3
31.	2	1	2	2
32.	1	2	1	2
33.	2	2	1	2
34.	1	2	3	3
35.	2	2	3	4
36.	2	1	2	2
37.	1	2	1	3
38.	2	1	3	3
39.	1	2	1	2
40.	1	2	1	2
41.	2	2	2	1

42.	1	2	1	3
43.	2	2	2	2
44.	1	2	1	1
45.	1	2	1	1
46.	1	2	1	2
47.	2	1	2	1
48.	2	2	2	2
49.	1	2	1	2
50.	1	2	1	1
51.	1	2	3	4
52.	1	2	1	1
53.	2	1	2	1
54.	2	2	2	2
55.	1	2	1	3
56.	1	2	1	1

KETERANGAN :

Jenis Kelamin

Kode 1 :Laki-laki

Kode 2 : Perempuan

Pekerjaan

Kode 1 : petani/pedagang

Kode 2 : Ibu rumah tangga

Kode 3 : Pegawai negeri/swasta

Umur

Kode 1 : 30-40 tahun

Kode 2 : 41-50 tahun

Kode 3 : >50 tahun

Pendidikan Terakhir

Kode 1 : SD

Kode 2 : SMP

Kode 3 : SMA

Kode 4 : Perguruan Tinggi

Lampiran 8

Tabulasi Data Khusus
Tingkat Stres Remaja
Di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

No. Resp	Pernyataan																									Jml Skor	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25		
1.	3	3	2	2	4	2	2	3	4	3	2	4	4	3	3	3	1	3	2	1	2	3	3	2	3	65	Sedang
2.	1	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	4	4	3	3	3	1	1	1	2	1	2	2	2	3	54	Ringan
3.	2	3	3	2	4	1	2	2	4	3	4	3	4	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	58	Sedang
4.	3	3	2	2	2	1	2	2	4	3	2	4	3	2	3	2	0	1	0	0	2	2	2	1	2	50	Ringan
5.	4	4	4	3	3	3	2	2	4	4	3	4	3	3	3	2	0	1	0	0	3	2	3	1	2	63	Sedang
6.	2	3	4	2	4	2	2	2	3	4	3	4	3	2	2	2	2	2	2	0	1	2	2	1	3	58	Sedang
7.	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	1	2	68	Sedang
8.	3	3	2	2	1	1	2	1	4	3	2	3	2	3	2	2	2	2	0	0	3	2	1	1	2	49	Ringan
9.	1	2	1	0	2	1	2	2	4	1	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	2	3	2	1	2	51	Ringan
10.	2	2	1	1	4	1	2	2	4	3	1	4	3	3	2	1	1	1	0	0	0	1	1	0	2	42	Ringan
11.	3	3	1	1	4	2	2	2	4	1	2	3	4	3	3	1	2	1	0	1	1	1	2	0	2	49	Ringan
12.	3	3	1	0	4	2	2	1	4	3	0	4	4	3	2	1	0	3	0	0	2	1	2	1	2	48	Ringan
13.	3	3	1	0	3	1	2	1	4	3	0	3	4	3	2	1	3	1	1	3	1	1	2	0	2	48	Ringan
14.	3	3	2	0	4	2	1	1	4	3	0	4	4	3	1	1	0	3	0	0	2	1	2	0	2	46	Ringan
15.	4	4	4	3	3	2	1	1	4	4	3	4	3	2	1	1	1	1	0	0	3	0	1	1	2	53	Ringan
16.	0	1	0	1	2	1	1	1	3	2	0	1	1	2	0	1	3	4	0	4	0	1	2	0	2	33	Normal
17.	4	4	3	3	4	1	2	2	4	3	3	4	3	2	1	1	1	1	0	0	4	1	2	0	2	55	Ringan
18.	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	0	2	0	2	2	1	2	1	3	43	Ringan
19.	2	4	3	4	4	2	2	2	4	3	4	2	4	3	2	2	4	4	0	4	3	2	2	0	1	67	Sedang
20.	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	0	2	4	2	0	2	1	2	0	1	0	1	3	1	3	38	Normal
21.	1	1	2	1	3	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	0	1	0	0	0	2	2	1	2	33	Normal
22.	0	0	2	1	4	1	2	2	2	1	1	0	3	3	2	1	0	1	0	2	0	1	3	2	3	34	Normal

23.	3	2	2	3	2	1	2	2	1	1	0	1	1	3	3	3	0	0	0	0	1	2	2	3	0	38	Normal
24.	1	2	2	3	1	2	2	2	4	2	2	2	1	3	1	3	2	2	1	2	1	2	3	3	3	51	Ringan
25.	0	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	1	3	1	1	1	1	2	2	2	1	3	39	Ringan
26.	1	2	1	1	3	2	1	2	4	1	0	2	4	2	1	2	0	1	0	2	1	3	2	2	2	43	Ringan
27.	1	1	1	0	3	1	2	1	2	1	0	1	3	2	1	1	0	3	0	0	0	1	3	1	3	33	Normal
28.	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	2	1	2	1	1	3	1	2	1	1	2	3	2	1	1	30	Normal
29.	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	0	2	1	3	2	2	3	3	3	46	Ringan
30.	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	1	1	4	3	2	3	3	1	2	1	3	63	Sedang
31.	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	2	3	4	3	1	1	3	2	2	2	3	1	2	2	2	46	Ringan
32.	3	3	2	3	2	2	2	1	3	3	1	4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	53	Ringan
33.	1	2	1	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	2	2	2	3	3	3	1	2	1	1	2	2	51	Ringan
34.	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	42	Ringan
35.	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	3	3	4	3	1	3	2	4	3	4	2	2	0	0	1	53	Ringan
36.	1	3	2	2	1	1	2	2	4	3	1	4	2	3	0	1	0	4	3	4	2	1	2	2	2	52	Ringan
37.	0	3	3	0	3	1	1	1	4	3	0	4	3	1	0	0	2	0	0	2	1	1	1	1	1	36	Normal
38.	2	3	3	2	4	1	2	2	4	2	0	4	0	2	2	1	3	4	4	3	0	2	2	2	3	57	Ringan
39.	3	4	3	2	1	3	1	3	4	4	3	0	2	3	1	2	0	2	0	4	4	2	3	1	2	57	Ringan
40.	2	3	0	1	2	2	1	1	3	2	2	1	2	2	0	1	2	2	2	3	2	0	0	1	1	38	Normal
41.	2	2	2	0	0	1	2	1	2	1	1	2	3	0	1	1	1	2	2	1	0	2	3	3	2	37	Normal
42.	1	4	1	0	4	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	40	Ringan
43.	0	2	1	0	3	1	1	2	3	4	2	3	1	0	2	2	2	4	0	1	0	1	1	1	1	38	Normal
44.	0	2	1	1	3	2	1	1	2	1	3	1	0	0	1	1	0	0	1	4	1	2	1	2	2	33	Normal
45.	2	1	0	0	4	1	1	1	3	2	1	3	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	38	Normal
46.	3	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	1	3	2	2	2	47	Ringan
47.	2	2	1	0	3	2	2	2	3	2	2	3	1	0	1	1	1	1	2	3	2	1	1	0	1	36	Normal
48.	3	2	1	1	2	2	0	1	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2	1	1	1	2	1	1	0	38	Normal
49.	2	2	1	1	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	0	1	1	1	1	0	1	3	0	1	1	35	Normal
50.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	0	0	1	2	2	1	2	3	3	42	Ringan
51.	1	1	1	2	3	2	1	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	43	Ringan
52.	1	2	1	1	3	2	0	2	3	1	1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	3	3	2	3	2	43	Ringan

53.	1	1	1	3	3	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	0	1	2	2	2	2	1	38	Normal
54.	2	1	3	2	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	1	50	Ringan
55.	2	4	3	2	2	2	1	1	3	2	0	2	3	3	1	2	3	4	0	0	3	2	1	1	1	48	Ringan
56.	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	1	2	1	2	0	1	1	38	Normal
Jml	103	130	99	88	147	91	88	95	141	125	88	143	145	112	88	96	78	107	55	91	92	97	102	78	107		
Rata-rata skor	1,9	2,3	1,7	1,5	2,6	1,6	1,5	1,7	2,5	2,2	1,5	2,5	2,6	2	1,5	1,8	1,4	1,9	1	1,6	1,7	1,8	1,9	1,4	1,9		
Rata-rata	1,8								2,1								1,6										

Keterangan :

Skor:

Tidak pernah : 0

Jarang : 1

Kadang-kadang : 2

Sering : 3

Selalu : 4

Kategori :

Normal : 0-38

Ringan : 39-57

Sedang : 58-76

Berat : 77-96

Sangat Berat : >97

Lampiran 8

Tabulasi Siklus Menstruasi

No. Responden	P1	Kategori
1.	0	Tidak normal
2.	0	Tidak normal
3.	1	Normal
4.	0	Tidak normal
5.	0	Tidak normal
6.	0	Tidak normal
7.	0	Tidak normal
8.	0	Tidak normal
9.	0	Tidak normal
10.	1	Normal
11.	0	Tidak normal
12.	0	Tidak normal
13.	0	Tidak normal
14.	0	Tidak normal
15.	0	Tidak normal
16.	0	Tidak normal
17.	0	Tidak normal
18.	0	Tidak normal
19.	0	Tidak normal
20.	0	Tidak normal
21.	1	Normal
22.	1	Normal
23.	0	Tidak normal
24.	0	Tidak normal
25.	0	Tidak normal
26.	0	Tidak normal
27.	1	Normal
28.	1	Normal
29.	0	Normal
30.	0	Tidak normal
31.	0	Tidak normal
32.	1	Normal
33.	0	Tidak normal
34.	0	Tidak normal
35.	0	Tidak normal
36.	1	Normal
37.	1	Normal
38.	0	Tidak normal
39.	0	Tidak normal
40.	1	Normal
41.	1	Normal
42.	0	Tidak normal

43.	1	Normal
44.	1	Normal
45.	1	Normal
46.	0	Tidak normal
47.	1	Normal
48.	1	Normal
49.	1	Normal
50.	0	Tidak normal
51.	0	Tidak normal
52.	0	Tidak normal
53.	1	Normal
54.	0	Tidak normal
55.	0	Normal
56.	1	Normal

Keterangan :

Skor :

Siklus menstruasi 28-35 hari : 1

Siklus menstruasi < 28 hari dan > 35 hari : 0

Kategori :

Normal : siklus menstruasi 28-35 hari

Tidak normal : Siklus menstruasi < 28 hari dan > 35 hari

Lampiran 9

Frequency Table

Tingkat Stres

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Normal	17	30.4	30.4	30.4
Ringan	32	57.1	57.1	87.5
Sedang	7	12.5	12.5	100.0
Total	56	100.0	100.0	

Siklus Menstruasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Normal	27	48.2	48.2	48.2
Tidak Normal	29	51.8	51.8	100.0
Total	56	100.0	100.0	

Kelas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid TLM	16	28.6	28.6	28.6
Askep	15	26.8	26.8	55.4
FKK1	12	21.4	21.4	76.8
FKK2	13	23.2	23.2	100.0
Total	56	100.0	100.0	

Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15-18 tahun	56	100.0	100.0	100.0

Jumlah_saudara

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2 saudara	41	73.2	73.2	73.2
3 saudara	12	21.4	21.4	94.6
>3 saudara	3	5.4	5.4	100.0
Total	56	100.0	100.0	

BB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 36-40	9	16.1	16.1	16.1
41-50	36	64.3	64.3	80.4
>50	11	19.6	19.6	100.0
Total	56	100.0	100.0	

Warna_darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Coklat/merah tua	51	91.1	91.1	91.1
	Merah terang	5	8.9	8.9	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

Darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	40-60 cc	29	51.8	51.8	51.8
	65-80 cc	24	42.9	42.9	94.6
	>80 cc	3	5.4	5.4	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

Pembalut

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4-5	45	80.4	80.4	80.4
	6	8	14.3	14.3	94.6
	>6	3	5.4	5.4	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

Jenis_kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	31	55.4	55.4	55.4
	Perempuan	25	44.6	44.6	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

Umur_walimurid

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30-40 tahun	9	16.1	16.1	16.1
	41-50 tahun	44	78.6	78.6	94.6
	>50 tahun	3	5.4	5.4	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Petani/Pedagang	26	46.4	46.4	46.4
	IRT	17	30.4	30.4	76.8
	Pegawai Negeri/Swasta	13	23.2	23.2	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	13	23.2	23.2	23.2
	SMP	24	42.9	42.9	66.1
	SMA	11	19.6	19.6	85.7
	PT	8	14.3	14.3	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Tingkat Stres * Siklus Menstruasi	56	100.0%	0	.0%	56	100.0%

Tingkat Stres * Siklus Menstruasi Crosstabulation

			Siklus Menstruasi		Total
			Normal	Tidak Normal	
Tingkat Stres	Normal	Count	16	1	17
		% within Tingkat Stres	94.1%	5.9%	100.0%
		% of Total	28.6%	1.8%	30.4%
	Ringan	Count	11	21	32
		% within Tingkat Stres	34.4%	65.6%	100.0%
		% of Total	19.6%	37.5%	57.1%
	Sedang	Count	0	7	7
		% within Tingkat Stres	.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	.0%	12.5%	12.5%
Total	Count	27	29	56	
	% within Tingkat Stres	48.2%	51.8%	100.0%	
	% of Total	48.2%	51.8%	100.0%	

Nonparametric Correlations

Correlations

			Tingkat Stres	Siklus Menstruasi
Spearman's rho	Tingkat Stres	Correlation Coefficient	1.000	.642**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	56	56
	Siklus Menstruasi	Correlation Coefficient	.642**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	56	56

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

x7	Pearson Correlation	.592	.829**	.829**	.921**	.739*	.804**	1	.592	.829**	.921**	.739*	.829**	.829**	1.000	.592	.739*	.804**	.804**	.739*	.603	.592	.829**	.829**	.603	.921**	.943**
	Sig. (2-tailed)	.071	.003	.003	.000	.015	.005		.071	.003	.000	.015	.003	.003	.000	.071	.015	.005	.005	.015	.065	.071	.003	.003	.065	.000	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x8	Pearson Correlation	.524	.764*	.764*	.524	.356	.509	.592	1	.764*	.524	.356	.764*	.764*	.592	.524	.356	.509	.509	.356	.218	.524	.764*	.764*	.218	.524	.666*
	Sig. (2-tailed)	.120	.010	.010	.120	.312	.133	.071		.010	.120	.312	.010	.010	.071	.120	.312	.133	.133	.312	.545	.120	.010	.010	.545	.120	.035
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x9	Pearson Correlation	.764*	1.000	1.000	.764*	.612	.667*	.829**	.764*	1	.764*	.612	1.000	1.000	.829**	.764*	.612	.667*	.667*	.612	.500	.764*	1.000	1.000	.500	.764*	.930**
	Sig. (2-tailed)	.010	.000	.000	.010	.060	.035	.003	.010		.010	.060	.000	.000	.003	.010	.060	.035	.035	.060	.141	.010	.000	.000	.141	.010	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x10	Pearson Correlation	.524	.764*	.764*	1.000	.802**	.509	.921**	.524	.764*	1	.802**	.764*	.764*	.921**	.524	.802**	.509	.509	.802**	.655*	.524	.764*	.764*	.655*	1.000	.901**
	Sig. (2-tailed)	.120	.010	.010	.000	.005	.133	.000	.120	.010		.005	.010	.010	.000	.120	.005	.133	.133	.005	.040	.120	.010	.010	.040	.000	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x11	Pearson Correlation	.356	.612	.612	.802**	1.000	.408	.739*	.356	.612	.802**	1	.612	.612	.739*	.802**	.583	.408	.408	1.000	.816**	.356	.612	.612	.816**	.802**	.816**
	Sig. (2-tailed)	.312	.060	.060	.005	.000	.242	.015	.312	.060	.005		.060	.060	.015	.005	.077	.242	.242	.000	.004	.312	.060	.060	.004	.005	.004
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x12	Pearson Correlation	.764*	1.000	1.000	.764*	.612	.667*	.829**	.764*	1.000	.764*	.612	1	1.000	.829**	.764*	.612	.667*	.667*	.612	.500	.764*	1.000	1.000	.500	.764*	.930**
	Sig. (2-tailed)	.010	.000	.000	.010	.060	.035	.003	.010	.000	.010	.060		.000	.003	.010	.060	.035	.035	.060	.141	.010	.000	.000	.141	.010	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x13	Pearson Correlation	.764*	1.000	1.000	.764*	.612	.667*	.829**	.764*	1.000	.764*	.612	1.000	1	.829**	.764*	.612	.667*	.667*	.612	.500	.764*	1.000	1.000	.500	.764*	.930**
	Sig. (2-tailed)	.010	.000	.000	.010	.060	.035	.003	.010	.000	.010	.060	.000		.003	.010	.060	.035	.035	.060	.141	.010	.000	.000	.141	.010	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x14	Pearson Correlation	.592	.829**	.829**	.921**	.739*	.804**	1.000	.592	.829**	.921**	.739*	.829**	.829**	1	.592	.739*	.804**	.804**	.739*	.603	.592	.829**	.829**	.603	.921**	.943**

	Sig. (2-tailed)	.071	.003	.003	.000	.015	.005	.000	.071	.003	.000	.015	.003	.003		.071	.015	.005	.005	.015	.065	.071	.003	.003	.065	.000	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x15	Pearson Correlation	.524	.764	.764	.524	.802	.509	.592	.524	.764	.524	.802	.764	.764	.592	1	.356	.509	.509	.802	.655	.524	.764	.764	.655	.524	.783
	Sig. (2-tailed)	.120	.010	.010	.120	.005	.133	.071	.120	.010	.120	.005	.010	.010	.071		.312	.133	.133	.005	.040	.120	.010	.010	.040	.120	.007
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x16	Pearson Correlation	.356	.612	.612	.802	.583	.408	.739	.356	.612	.802	.583	.612	.612	.739	.356	1	.408	.408	.583	.408	.802	.612	.612	.408	.802	.728
	Sig. (2-tailed)	.312	.060	.060	.005	.077	.242	.015	.312	.060	.005	.077	.060	.060	.015	.312		.242	.242	.077	.242	.005	.060	.060	.242	.005	.017
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x17	Pearson Correlation	.509	.667	.667	.509	.408	1.000	.804	.509	.667	.509	.408	.667	.667	.804	.509	.408	1	1.000	.408	.333	.509	.667	.667	.333	.509	.709
	Sig. (2-tailed)	.133	.035	.035	.133	.242	.000	.005	.133	.035	.133	.242	.035	.035	.005	.133	.242		.000	.242	.347	.133	.035	.035	.347	.133	.022
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x18	Pearson Correlation	.509	.667	.667	.509	.408	1.000	.804	.509	.667	.509	.408	.667	.667	.804	.509	.408	1.000	1	.408	.333	.509	.667	.667	.333	.509	.709
	Sig. (2-tailed)	.133	.035	.035	.133	.242	.000	.005	.133	.035	.133	.242	.035	.035	.005	.133	.242	.000		.242	.347	.133	.035	.035	.347	.133	.022
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x19	Pearson Correlation	.356	.612	.612	.802	1.000	.408	.739	.356	.612	.802	1.000	.612	.612	.739	.802	.583	.408	.408	1	.816	.356	.612	.612	.816	.802	.816
	Sig. (2-tailed)	.312	.060	.060	.005	.000	.242	.015	.312	.060	.005	.000	.060	.060	.015	.005	.077	.242	.242		.004	.312	.060	.060	.004	.005	.004
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x20	Pearson Correlation	.655	.500	.500	.655	.816	.333	.603	.218	.500	.655	.816	.500	.500	.603	.655	.408	.333	.333	.816	1	.218	.500	.500	1.000	.655	.709
	Sig. (2-tailed)	.040	.141	.141	.040	.004	.347	.065	.545	.141	.040	.004	.141	.141	.065	.040	.242	.347	.347	.004		.545	.141	.141	.000	.040	.022
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x21	Pearson Correlation	.524	.764	.764	.524	.356	.509	.592	.524	.764	.524	.356	.764	.764	.592	.524	.802	.509	.509	.356	.218	1	.764	.764	.218	.524	.690
	Sig. (2-tailed)	.120	.010	.010	.120	.312	.133	.071	.120	.010	.120	.312	.010	.010	.071	.120	.005	.133	.133	.312	.545		.010	.010	.545	.120	.027

	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x22	Pearson Correlation	.764*	1.00**	1.00**	.764*	.612	.667*	.829**	.764*	1.00**	.764*	.612	1.00**	1.00**	.829**	.764*	.612	.667*	.667*	.612	.500	.764*	1	1.00**	.500	.764*	.930**
	Sig. (2-tailed)	.010	.000	.000	.010	.060	.035	.003	.010	.000	.010	.060	.000	.000	.003	.010	.060	.035	.035	.060	.141	.010		.000	.141	.010	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x23	Pearson Correlation	.764*	1.00**	1.00**	.764*	.612	.667*	.829**	.764*	1.00**	.764*	.612	1.00**	1.00**	.829**	.764*	.612	.667*	.667*	.612	.500	.764*	1.00**	1	.500	.764*	.930**
	Sig. (2-tailed)	.010	.000	.000	.010	.060	.035	.003	.010	.000	.010	.060	.000	.000	.003	.010	.060	.035	.035	.060	.141	.010	.000		.141	.010	.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x24	Pearson Correlation	.655*	.500	.500	.655*	.816**	.333	.603	.218	.500	.655*	.816**	.500	.500	.603	.655*	.408	.333	.333	.816**	1.00**	.218	.500	.500	1	.655*	.709*
	Sig. (2-tailed)	.040	.141	.141	.040	.004	.347	.065	.545	.141	.040	.004	.141	.141	.065	.040	.242	.347	.347	.004	.000	.545	.141	.141		.040	.022
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
x25	Pearson Correlation	.524	.764*	.764*	1.00**	.802**	.509	.921**	.524	.764*	1.00**	.802**	.764*	.764*	.921**	.524	.802**	.509	.509	.802**	.655*	.524	.764*	.764*	.655*	1	.901**
	Sig. (2-tailed)	.120	.010	.010	.000	.005	.133	.000	.120	.010	.000	.005	.010	.010	.000	.120	.005	.133	.133	.005	.040	.120	.010	.010	.040		.000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
y	Pearson Correlation	.713*	.930**	.930**	.901**	.816**	.709*	.943**	.666*	.930**	.901**	.816**	.930**	.930**	.943**	.783**	.728*	.709*	.709*	.816**	.709*	.690*	.930**	.930**	.709*	.901**	1
	Sig. (2-tailed)	.021	.000	.000	.000	.004	.022	.000	.035	.000	.000	.004	.000	.000	.000	.007	.017	.022	.022	.004	.022	.027	.000	.000	.022	.000	
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pengujian Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.979	25

Lampiran 11

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM S1-ILMU KEPERAWATAN
STIKES INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG

TAHUN 2018

Nama Mahasiswa : Eni wahyuningsih
 NIM : 143210118
 Judul Skripsi : Tingkat stres Remaja dengan Siklus Menstruasi
 Pembimbing : Inayatur Rosyidah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI DAN SARAN-SARAN	TANDA TANGAN
1	20/02 2018	Acc Judul	Jh.
2	24/02 2018	Revisi Latar belakang	Jh.
3	26/02 2018	1. paragraf I (fokus pada masalah) dan penambahan studi pendahuluan 2. manfaat penelitian	Jh.
4	12/03 2018	Acc bab I, lanjut bab 2 & 3	Jh.
5	26/03 2018	Revisi bab II, tabel konsep terkait	Jh.
6	31/03 2018	Revisi bab III	Jh.
7	2/04 2018	Revisi bab IV, Acc bab II & III, lanjut kuesioner	Jh.
8	6/04 2018	Revisi kuesioner, siapkan kisi	Jh.
9	11/04 2018	Acc proposal, siapkan kelengkapan	Jh.
10	12/04 2018	Acc proposal	Jh.

Jombang,2018

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1

Koordinator Skripsi

Inayatur Rosyidah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Endang Y, S.Kep.,Ns.,M.Kes

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM SI-ILMU KEPERAWATAN
STIKES INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG

TAHUN 2018

Nama Mahasiswa : Eni Wahyuningsih
 NIM : K3210118
 Judul Skripsi : Tingkat stres Pemarta dengan siklus Menstruasi
 Pembimbing : Inayatur Rosyidah, S.Kep., Ns., M.Kep

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI DAN SARAN-SARAN	TANDA TANGAN
	26/07/2018	Revisi Tabulasi Data umum, Kuesioner	<i>[Signature]</i>
	6/08/2018	Peri bab 5	<i>[Signature]</i>
	8/08/2018	Peri paragraf	<i>[Signature]</i>
	10/08/2018	Ace bab 5, loge bab 6	<i>[Signature]</i>
	28/08/2018	Ace bab 6 loge paragraf	<i>[Signature]</i>
	5/8/2018	Ace skripsi	<i>[Signature]</i>

Jombang,2018

Mengetahui,

Ketua Program Studi SI

Koordinator Skripsi

Inayatur Rosyidah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Endang Y. S.Kep.,Ns.,M.Kep

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM S1-ILMU KEPERAWATAN
STIKES INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG

TAHUN 2018

Nama Mahasiswa : Eni wahyuningsih
 NIM : 143210118
 Judul Skripsi : Tingkat stres Remaja dengan Siklus Menstruasi
 Pembimbing : Imam Fatoni., SKM., MM

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI DAN SARAN-SARAN	TANDA TANGAN
1	22/03/2018	Revisi paragraf I dan III (BAB I)	
2	23/03/2018	ACC BAB I	
3	29/03/2018	Revisi BAB II - cara penulisan E/D - Tambahan penjelasan stres lebih detail	
4	03/04/2018	- Revisi penulisan BAB II & III	
5	06/04/2018	ACC BAB II & III, lanjut BAB IV	
6	18/04/2018		
Acc. uje			

Jombang,2018

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1

Koordinator Skripsi

Inayatun Rosyidah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Endang Y, S.Kep.,Ns.,M.Kes

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM SI-ILMU KEPERAWATAN
STIKES INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG

TAHUN 2018

Nama Mahasiswa : Eni Wahyuningsih
 NIM : 143210118
 Judul Skripsi : Tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi
 Pembimbing : Imam Fatoni, SKM., MM

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI DAN SARAN-SARAN	TANDA TANGAN
1	20/07 2018 11/08 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Revisi label pengantunan jarak - Revisi BAB 5, pembahasan <p style="text-align: center;">see up Mas</p>	 

Jombang2018

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1

Koordinator Skripsi

Inayatur Rosyidah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Endang Y, S.Kep.,Ns.,M.Kes

