








































































































bab 1-6 plagscan septaliana.docx






















Date: 2019-07-11 13:20 WIB

* All sources 100 | Internet sources 39 | Own documents 2 | Organization archive 23 | Plagiarism Prevention Pool 36

- [0]  repositori.uin-alauddin.ac.id/4163/1/masturi.pdf
8.4% 25 matches
- [1]  [repository.unimus.ac.id/1082/3/BAB II.pdf](https://repository.unimus.ac.id/1082/3/BAB%20II.pdf)
3.9% 14 matches
- [2]  digilib.unimus.ac.id/files/disk1/134/jtptunimus-gdl-waasrianim-6685-3-babii.pdf
3.5% 13 matches
- [3]  [repository.unimus.ac.id/546/3/BAB II.pdf](https://repository.unimus.ac.id/546/3/BAB%20II.pdf)
2.8% 7 matches
- [4]  "Yani Sumartin.docx" dated 2019-07-09
2.1% 12 matches
- [5]  <https://es.scribd.com/document/329760838/HASIL>
2.7% 9 matches
- [6]  [repository.unimus.ac.id/953/3/BAB II.pdf](https://repository.unimus.ac.id/953/3/BAB%20II.pdf)
2.2% 7 matches
- [7]  <https://ayainsani.blogspot.com/2012/04/gambaran-tingkat-pengetahuan-tentang.html>
2.3% 11 matches
- [8]  from a PlagScan document dated 2018-07-03 01:33
2.0% 7 matches
- [9]  "Bayu Herlambang 173220074.docx" dated 2019-07-04
2.2% 9 matches
- [10]  <https://ayusariakaangraini.blogspot.com/2014/>
2.1% 6 matches
- [11]  "Samsul Ma'arif Bab 1-6 .doc" dated 2019-07-11
1.5% 10 matches
- [12]  <https://yudhikeswanto.blogspot.com/2013/02/skripsi-akbid.html>
1.6% 7 matches
- [13]  "Sutrisno.doc" dated 2019-07-10
1.7% 12 matches
- [14]  "BU TUTUT 1-6.docx" dated 2019-07-03
1.7% 9 matches
- [15]  [repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/62503/Chapter II.pdf;sequence=4](https://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/62503/Chapter%20II.pdf;sequence=4)
2.0% 6 matches
- [16]  <https://biologigonz.blogspot.com/2009/12/menstruasi.html>
1.8% 5 matches
- [17]  "Angga Yoga Pratama 173220073.docx" dated 2019-07-04
1.4% 10 matches
- [18]  [repository.ump.ac.id/4432/2/claudias eka saputri BAB II.pdf](https://repository.ump.ac.id/4432/2/claudias%20eka%20saputri%20BAB%20II.pdf)
1.6% 7 matches
- [19]  "BaB 1-6 fix plagscan skripsi donny.doc" dated 2019-07-04
1.4% 9 matches
- [20]  <https://id.123dok.com/document/wq21332y-...smp-n-2-gamping.html>
1.7% 5 matches
- [21]  "skripsi bab 1-6 oktalia.docx" dated 2019-07-04
1.0% 5 matches
- [22]  "Agus Prastio .docx" dated 2019-07-04
1.4% 8 matches
- [23]  <https://dedebagan.blogspot.com/2014/12/proposal-skripsi-kualitas-pelayanan.html>
1.5% 6 matches
- [24]  <https://ayurvedamedistra.files.wordpress...ada-remaja-putri.pdf>
1.4% 4 matches

<input checked="" type="checkbox"/>	[25]	 "skripsi bu sum 1-6.docx" dated 2019-07-04 0.7% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[26]	 "BAB 1 - AKHIR baroroh.docx" dated 2019-07-11 1.2% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[27]	 jurnalfpk.uinsby.ac.id/index.php/jhsp/article/download/110/87 0.9% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[28]	 https://www.researchgate.net/publication...ASISWA_PSPD_FK_UNTAN 1.3% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[29]	 repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/56358/Chapter II.pdf;sequence=4 1.1% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[30]	 "Ita Martha 173220084.docx" dated 2019-07-05 0.9% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[31]	 "diah andriani (173220076).docx" dated 2019-07-04 1.1% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[32]	 "Ainun Jariyah SKRIPSI 1-6.docx" dated 2019-07-04 1.0% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[33]	 https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/download/1306/860 1.1% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[34]	 "Andi Bab 1 - 6.docx" dated 2019-07-08 1.0% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[35]	 "SANTI 1- 6 .docx" dated 2019-07-03 0.7% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[36]	 "EFI 1-5.docx" dated 2019-07-03 0.7% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[37]	 https://hedymencobasukses.blogspot.com/2011/04/konsep-menstruasi.html 1.0% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[38]	 "Galuh 153210058.docx" dated 2019-07-08 1.1% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[39]	 from a PlagScan document dated 2018-08-20 04:40 1.0% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[40]	 from a PlagScan document dated 2018-07-14 05:02 1.1% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[41]	 "Adi Wibowo .docx" dated 2019-07-04 0.6% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[42]	 from a PlagScan document dated 2018-08-09 02:51 0.7% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[43]	 from a PlagScan document dated 2018-05-12 04:59 1.0% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[44]	 "Silva.docx" dated 2019-07-09 1.0% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[45]	 "plagscan dimas putus.docx" dated 2019-07-05 0.7% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[46]	 https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/204/238 0.6% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[47]	 from a PlagScan document dated 2019-05-08 03:54 0.9% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[48]	 from a PlagScan document dated 2019-04-08 17:10 0.9% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[49]	 "plagscan bab 1 -6 peni.docx" dated 2019-07-11 1.0% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[50]	 https://docobook.com/pengaruh-stres-terh...6f2046c6bc25412.html 0.5% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[51]	 from a PlagScan document dated 2018-07-14 05:02 0.9% 4 matches

- [52]  https://www.academia.edu/11847121/MAKALAH_KESEHATAN_REPRODUKSI_REMAJA
 0.9% 3 matches
-
- [53]  <https://forummah.blogspot.com/2011/11/makalah-penelitian-kuantitatif.html>
 0.8% 1 matches
-
- [54]  <https://e-journal.unair.ac.id/JBE/article/download/2118/2088>
 0.7% 4 matches
-
- [55]  from a PlagScan document dated 2018-12-29 01:21
 0.7% 4 matches
-
- [56]  [eprints.ums.ac.id/44896/5/BAB III.pdf](eprints.ums.ac.id/44896/5/BAB_III.pdf)
 0.8% 5 matches
-
- [57]  <digilib.unimus.ac.id/files/disk1/107/jtptunimus-gdl-ahmadfitri-5301-4-bab3.pdf>
 0.8% 5 matches
-
- [58]  from a PlagScan document dated 2018-06-09 12:46
 0.7% 3 matches
-
- [59]  from a PlagScan document dated 2019-03-22 01:40
 0.6% 3 matches
-
- [60]  from a PlagScan document dated 2019-01-18 01:58
 0.7% 3 matches
-
- [61]  from a PlagScan document dated 2018-08-29 07:28
 0.5% 3 matches
-
- [62]  from a PlagScan document dated 2018-05-12 04:44
 0.6% 3 matches
-
- [63]  <ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/download/232/pdf>
 0.7% 4 matches
-
- [64]  from a PlagScan document dated 2019-04-16 02:42
 0.7% 3 matches
-
- [65]  from a PlagScan document dated 2018-12-28 23:34
 0.4% 5 matches
-
- [66]  <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/download/7140/4384>
 0.6% 3 matches
-
- [67]  <https://www.academia.edu/7525018/HOSPITALISASI>
 0.7% 2 matches
-
- [68]  https://www.researchgate.net/publication...of_African_Americans
 0.6% 2 matches
-
- [69]  from a PlagScan document dated 2019-04-26 03:45
 0.5% 5 matches
-
- [70]  [repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/52172/Chapter II.pdf;sequence=4](repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/52172/Chapter_II.pdf;sequence=4)
 0.5% 3 matches
-
- [71]  "Dhimas Shifthi Anggara 173220075.docx" dated 2019-07-04
 0.3% 4 matches
-
- [72]  "Fatimatul Azizah (161210017).pdf" dated 2019-07-01
 0.5% 5 matches
-
- [73]  from a PlagScan document dated 2018-11-15 09:16
 0.5% 1 matches
-
- [74]  <https://www.e-jurnal.com/2015/12/hubungan-tingkat-stres-dengan.html>
 0.2% 3 matches
-
- [75]  <https://masa-masaqu.blogspot.com/2014/05/imt-dan-lingkar-perut.html>
 0.5% 3 matches
-
- [76]  from a PlagScan document dated 2019-04-16 02:36
 0.5% 2 matches
-
- [77]  from a PlagScan document dated 2018-10-15 13:58
 0.5% 4 matches
-
- [78]  from a PlagScan document dated 2019-04-08 15:56
 0.5% 3 matches

<input checked="" type="checkbox"/>	[79]	 from a PlagScan document dated 2019-02-25 03:07 0.5% 4 matches 1 documents with identical matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[81]	 from a PlagScan document dated 2018-05-17 06:28 0.4% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[82]	 from a PlagScan document dated 2018-07-19 05:24 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[83]	 lib.ui.ac.id/naskahringkas/2016-06/S-pdf-Mokh Alif Setiyadi 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[84]	 digilib.unimus.ac.id/files/disk1/106/jtptunimus-gdl-mufidg2a20-5281-4-bab3.pdf 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[85]	 from a PlagScan document dated 2018-10-12 02:05 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[86]	 https://perawatsehat.blogspot.com/2013/05/a.html 0.4% 1 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[87]	 from a PlagScan document dated 2019-01-13 06:52 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[88]	 https://id.123dok.com/document/1y95xerz-...abupaten-bekasi.html 0.4% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[89]	 https://www.slideshare.net/DianBintiAlinoerdin/persentasikelompok7bahasaind 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[90]	 "Naufa Inesa 161110009.doc" dated 2019-07-03 0.1% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[91]	 from a PlagScan document dated 2018-12-04 01:33 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[92]	 from a PlagScan document dated 2018-11-07 07:02 0.2% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[93]	 from a PlagScan document dated 2018-06-09 13:25 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[94]	 from a PlagScan document dated 2019-01-12 06:59 0.3% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[95]	 from a PlagScan document dated 2018-11-08 01:24 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[96]	 from a PlagScan document dated 2019-04-22 05:48 0.3% 3 matches 1 documents with identical matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[98]	 from a PlagScan document dated 2019-04-08 17:00 0.2% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[99]	 from a PlagScan document dated 2018-08-13 03:54 0.3% 2 matches 1 documents with identical matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[101]	 from a PlagScan document dated 2018-06-09 12:46 0.2% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[102]	 from a PlagScan document dated 2019-04-17 13:33 0.2% 2 matches

40 pages, 5635 words

PlagLevel: 22.9% selected / 24.5% overall

93 matches from 103 sources, of which 40 are online sources.

Settings

Data policy: *Compare with web sources, Check against my documents, Check against my documents in the organization repository, Check against organization repository, Check against the Plagiarism Prevention Pool*

Sensitivity: *Medium*

Bibliography: *Consider text*

Citation detection: *Reduce PlagLevel*

Whitelist: --

BAB 1

PENDAHULUAN

^[0]▶ 1.1 Latar Belakang

Normalnya remaja putri akan mengalami menstruasi pertama yang biasa disebut dengan menarche saat usia 11-16 tahun (rata-rata 13 tahun), menstruasi biasanya terjadi 1 bulan sekali dengan rentan waktu 21-35 hari dengan rata-rata durasi siklus 28 hari (Tombokan, 2017) Beberapa penyebab ketidakteraturan menstruasi pada remaja yaitu faktor psikologis, faktor biologis, faktor lingkungan dan sosial Fenomena yang setiap remaja alami yang berdampak pada psikologis yaitu kecemasan, stres dan depresi

Data Riset Kesehatan Dasar (2017) menyatakan bahwa di Indonesia perempuan berusia 10-59 tahun yang mengalami menstruasi teratur 68% dan yang mengalami masalah menstruasi tidak teratur dalam 1 tahun sebanyak 13,7%.^[0]▶ Masalah menstruasi tidak teratur pada usia 17-29 tahun serta usia 30-34 tahun cukup banyak yaitu sebesar 16,4% Adapun alasan yang dikemukakan perempuan usia 10-59 tahun yang mempunyai menstruasi yang tidak teratur dikarenakan stres dan banyak pikiran sebanyak 5,1% Sedangkan masalah menstruasi tidak teratur sudah mulai banyak terjadi usia 45-49 tahun

17,4% dan usia 50-54 tahun 17,1%, kemungkinan terkait dengan umur menopause Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto yang berjumlah 84 siswi, hasil yang didapatkan dari 10 siswi bahwa 6 siswi mengalami ketidakteraturan menstruasi diakibatkan stres dan 4 siswi lainnya mengalami menstruasi yang normal

Stres diketahui sebagai faktor-faktor penyebab terjadinya ketidakteraturan menstruasi stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon kortisol dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang

Upaya untuk mencegah ketidakteraturan menstruasi dengan melakukan teknik relaksasi dan distraksi, teknik tersebut dapat meningkatkan hormon FSH (Follicle Stimulating Hormone) yang dapat mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan menstruasi menjadi normal Kemudian membuat diri kita merasa senang, bahagia, memiliki waktu untuk bersantai dan waktu untuk istirahat yang cukup

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto?”.

1.3 Tujuan Peneliti

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

1.3.2 Tujuan Khusus

2. Mengidentifikasi tingkat stres pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto
3. Mengidentifikasi ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto
4. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

1.4 Manfaat Penelitian

141 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan masukan bagi ilmu keperawatan maternitas untuk mengetahui seberapa besar hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja

142 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan remaja lebih mengerti tentang tingkat stres dapat menyebabkan ketidakteraturan menstruasi, sehingga remaja dapat menghindari faktor penyebab stres yang dapat mengakibatkan ketidakteraturan menstruasi

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

21 Konsep Remaja

211 Pengertian Remaja

Remaja menurut Ali (2016) mengatakan bahwa remaja dalam bahasa Inggris “Teenager” yaitu seseorang dengan usia 13 sampai 19 tahun, sedangkan dalam bahasa Latin “Adolescence”^[3] yang berarti **tumbuh untuk mencapai kedewasaan Masa remaja adalah masa peralihan dengan ditandai adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis**

212 Pembagian usia remaja

Usia remaja **dibagi menjadi tiga fase** sesuai dengan tingkat umur yang dilalui oleh remaja Setiap fase memiliki keistimewaannya tersendiri. Sementara itu menurut Sa'id (2015) ketiga fase umur remaja tersebut antara lain:

^[18]▶ 1. Remaja awal (early adolescence)

Tahap ini remaja berada pada rentang usia 12 sampai 15 tahun.

^[18]▶ Keistimewaan yang terjadi pada tahap ini remaja tengah berubah fisiknya dalam kurun waktu yang singkat.^[18]▶ Remaja sudah mulai tertarik kepada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis

^[18]▶ 2. Remaja pertengahan (middle adolescence)

Tahap ini remaja berada pada rentang usia 15 sampai 18 tahun.

^[18]▶ Keistimewaan dari fase ini adalah mulai sepenuhnya perubahan fisik remaja, sehingga fisiknya menyerupai orang dewasa.^[18]▶ Pada tahap ini

remaja lebih mementingkan kehadiran teman dan remaja akan senang jika banyak teman yang menyukainya

3. Remaja akhir (late adolescence)

Tahap ini remaja telah berusia 18 sampai 21 tahun.^[18] Keistimewaan fase ini adalah seorang remaja selain dari segi fisik sudah menjadi orang dewasa, dalam bersikap remaja juga sudah menganut nilai-nilai orang dewasa

213 Ciri-ciri remaja

1. Perubahan Fisik
2. Perkembangan Seksual
3. Emosi yang meluap-luap
4. Mulai tertarik pada lawan jenis
5. Menarik perhatian lingkungan
6. Terikat dengan kelompok

214 Faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan remaja

1. Keberfungsian Keluarga

Keluarga fungsional (normal) ditandai oleh karakteristik :

- 1) Saling memperhatikan dan mencintai.
 - 2) Jujur dan terbuka.
 - 3) Orang tua mau mendengarkan anak.
 - 4) Sharing masalah atau pendapat antara anggota keluarga.
 - 5) Komunikasi antara anggota keluarga berlangsung dengan baik.
- ### 2. Pola hubungan orang tua-anak (sikap atau perlakuan orang tua terhadap anak

3. Kelas sosial dan ekonomi

22 Konsep tingkat stres

221 Pengertian 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 adalah stimulus atau situasi yang terjadi pada seseorang menimbulkan tuntutan fisik dan psikis sehingga dibutuhkan coping dan adaptasi (Lestari, 2015)

222 Tingkatan Stres

Tingkatan stres menurut Psychology Foundation of Australia, 2014 yaitu :

1. Normal

Normal apabila gejala stres tidak pernah terjadi.

2. Stres Ringan

Stres ringan apabila gejala stres jarang dialami dan terjadi pada saat tertentu saja.

3. Stres Sedang

Stres sedang gejala stres yang sering dialami setiap saat, namun lebih sering terjadi.

4. Stres Berat

Stres berat jika gejala stres yang sangat sering terjadi.

5. Stres sangat berat

Stres sangat berat jika gejala stres sangat sering dialami.

223 Macam-macam stres

1. Distress adalah stres yang bersifat negatif mengganggu yang dialami individu.
 2. Eustres adalah stres yang positif atau sifatnya membangun (Lumongga, 2014).
- 224 Faktor yang menyebabkan stres
1. Daily Hassles
 2. Personal Stressor
 3. Appraisal
- 225 Manifestasi Stres
- Banyak gejala stres yang meliputi gejala psikologis, perubahan tingkah laku, serta gejala fisiologis
1. Gejala psikologis, meliputi cemas berlebihan
 2. Perubahan tingkah laku,
 3. Gejala fisiologis, meliputi adanya gangguan pada organ tubuh, seperti:
 - 1) Timbulnya kelelahan umum seperti insomnia, sakit kepala, gemetaran, keringat dingin, ujung tangan dan kaki dingin
 - 2) Pada otot menyebabkan miopati (kelainan otot), khususnya pada leher, punggung, dan pinggang
 - 3) Sistem kardiovaskuler dapat menyebabkan takikardi dan hipertensi
 - 4) Sistem pencernaan dapat menyebabkan maag dan diare
 - 5) Sistem pernafasan dapat menyebabkan sesak nafas, asma, dan bronkitis
 - 6) Sistem reproduksi dapat menyebabkan kurangnya hasrat dalam hubungan seksual, impotensi, dan berkurangnya semen pada pria,

sedangkan pada wanita menyebabkan kegagalan ovulasi, ketidakteraturan menstruasi, dan PMS (Gunarya et al, 2011)

226 Cara mengukur stres

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

1. Skor 0 untuk pertanyaan yang tidak pernah dialami
2. Skor 1 untuk pertanyaan yang jarang dialami
3. Skor 2 untuk pertanyaan yang kadang-kadang dialami
4. Skor 3 untuk pertanyaan yang sering dialami
5. Skor 4 untuk pernyataan yang selalu dialami

Skor yang dicapai dari pernyataan item tersebut dijumlahkan sebagai indikasi penilaian derajat stres, dengan ketentuan sebagai berikut (Nursalam, 2013) :

- ^[70]▶
- 1) 0-38 normal
 - 2) 39-57 stres ringan
 - 3) 58-76 stres sedang
 - 4) 77-96 stres berat
 - 5) 97 stres sangat berat

227 Manajemen Stres

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

- ^[70]▶ 1. Pengaturan diet dan nutrisi
2. Istirahat dan tidur
- ^[70]▶ 3. Olahraga atau latihan teratur
4. Pengaturan berat badan
5. Pengaturan Waktu
- ^[6]▶ 6. Terapi psikofarmaka

23 Konsep ketidakteraturan menstruasi

231 Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah keluarnya darah dari dalam uterus, disebabkan oleh terlepasnya lapisan dinding rahim yang disertai pelepasan endometrium dan terjadi satu bulan sekali. Menstruasi dinilai berdasarkan 3 hal, pertama siklus haid yang berkisar 21 sampai 35 hari, kedua yaitu tidak lebih 15 hari, ketiga jumlah darah 20 sampai 80 ml (Anwar, 2011)

Gangguan emosi yang disebabkan stres, kelelahan mental, penyakit dan masalah yang dapat mengubah interval dan periode menstruasi. Hormon stres yang tidak seimbang dapat menyebabkan ketidakteraturan menstruasi (Sherwood, 2011)

232 Proses terjadinya menstruasi

Beberapa rangkaian dari siklus menstruasi menurut Kusmiran, 2014 yaitu

1. Siklus Endometrium

Siklus endometrium menurut Kusmiran (2014) terdiri dari 4 fase :

- 1) Fase Menstruasi
- 2) Fase Proliferasi
- 3) Fase sekresi/luteal
- 4) Fase iskemia/premenstrual

2. Siklus Ovulasi

Peningkatan kadar estrogen yang menghambat pengeluaran FSH (Follicle Stimulating Hormone), kemudian hipofisis mengeluarkan LH (Luteinizing Hormone) Meningkatnya kadar LH, merangsang pelepasan oosit sekunder dari folikel Folikel primer primitif berisi oosit yang tidak matur (sel primordial)

3. Siklus hipofisi-hipotalamus menjelang

Menjelang siklus akhir menstruasi yang normal, kadar estrogen dan progesteron darah menurun, kadar hormon ovarium yang rendah dalam darah ini menstimulasi hipotalamus untuk mensekresi GnRH (Gonadotropin Releasing Hormone) Gangguan pada menstruasi dan siklus menstruasi

Gangguan menstruasi dan siklus menstruasi dibagi menjadi menurut (Kusmiran, 2014) :

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

2. ^[0]▶ **Oligomenorea** adalah siklus menstruasi yang memanjang dari panjang siklus menstruasi klasik, lebih dari 35 hari persiklusnya. Volume pendarahannya biasanya lebih sedikit dari volume pendarahan menstruasi biasa. ^[1]▶ Siklus menstruasi bersifat ovulator dengan fase proliferasi yang lebih panjang dibanding dengan fase proliferasi siklus menstruasi klasik.

3. ^[1]▶ **Amenorea** adalah siklus yang memanjang dari panjang siklus menstruasi klasik (oligomenorea) atau tidak terjadi perdarahan menstruasi, minimal 3 bulan berturut-turut. ^[0]▶ Amenorea dibagi menjadi dua jenis : ^[5]▶

1) **Amenorea Primer**, adalah tidak terjadinya menstruasi sekalipun pada perempuan yang mengalami amenorea.

2) **Amenorea Sekunder**, adalah tidak terjadinya menstruasi yang diselingi dengan pendarahan menstruasi sesekali pada perempuan yang mengalami amenorea.

4. ^[0]▶ **Hipermenorea (Menoragia)** adalah perdarahan menstruasi yang terjadi terlalu banyak dari normalnya dan lebih lama dari normalnya (lebih dari 8 hari).

5. ^[1]▶ **Hipomenorea** adalah perdarahan menstruasi yang lebih sedikit dari biasanya tetapi tidak mengganggu fertilitasnya

233 Faktor yang menyebabkan ketidakteraturan menstruasi

Penelitian mengenai faktor dari resiko variabilitas ketidakteraturan menstruasi sebagai berikut (Kusmiran, 2014) :

1. ^[1]▶ Berat Badan

Penurunan berat badan akut dan sedang menyebabkan gangguan pada fungsi ovarium, derajat tekanan tergantung dari ovarium dan lamanya penurunan berat badan

^[3]▶ 2. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik yang sedang dan berat dapat membatasi fungsi menstruasi.^[3]▶ Aktivitas fisik yang berat merangsang GnRH dan aktifitas gonadotropin sehingga menurunkan level dari serum estrogen

3. Stres

Stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon tersebut dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang

^[2 0] ▶ 4. Diet

Fungsi menstruasi dapat dipengaruhi oleh diet Vegetarian berhubungan dengan anovulasi, penurunan respon hormon pituitary, memendeknya fase folikel, siklus menstruasi yang tidak normal (kurang dari 10 kali/tahun)

^[3] ▶ 5. Paparan lingkungan dan kondisi kerja

Beban kerja yang berat berhubungan dengan jarak menstruasi yang panjang dibanding dengan beban kerja ringan dan sedang Wanita yang bekerja dipertanian mengalami jarak menstruasi yang lebih panjang dibandingkan dengan wanita yang bekerja dikantoran Intensitas yang tinggi dari pekerjaan dan paparan suara yang bising di pabrik berhubungan dengan keteraturan siklus menstruasi

235 Cara menghitung siklus menstruasi

Menghitung jumlah hari siklus menstruasi dengan cara menandai hari pertama keluarnya darah menstruasi sebagai “siklus hari ke-1” Rata-rata panjang siklus wanita adalah 28 hari. Namun panjang siklus menstruasi rata-rata berubah sepanjang hidup, dan mendekati jumlah 30 hari saat seorang wanita mencapai usia 20 tahun, wanita yang mendekati masa menopause disekitar 50 tahun rata-rata 26 hari. Wanita yang mengalami siklus 28 hari tidak banyak (Verawaty et al, 2011)

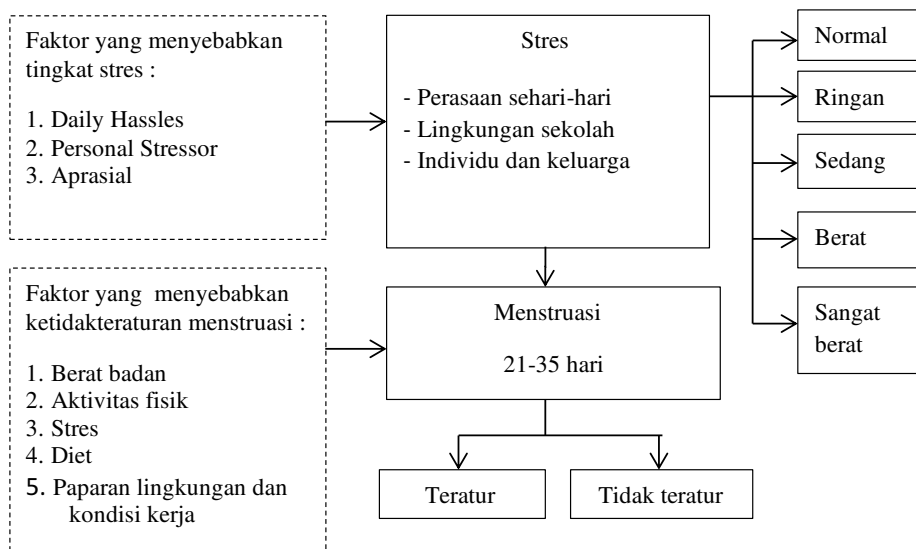
BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu dengan konsep lainnya atau antara variabel satu dengan yang lainnya dari masalah yang diteliti, kerangka konseptual adalah kaitan atau hubungan antara konsep-konsep variabel-variabel yang diamati melalui penelitian yang dimaksud (Sugiyono, 2017).

Kerangka konseptual pada penelitian ini sebagai berikut :



Keterangan

: diteliti

: tidak diteliti

→ : hubungan

Gambar 3.1 kerangka konseptual hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto.

3.2 Penjelasan kerangka konseptual

Stres dapat dialami dari perasaan sehari-hari, lingkungan sekolah dan individu sendiri serta keluarga dan tingkat stres dibagi menjadi 5 yaitu normal, stres ringan, stres sedang, stres berat dan stres sangat berat. Stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu : Daily Hassles, Personal Stressor, Appraisal, dari stres bisa menyebabkan permasalahan pada menstruasi, siklus menstruasi normalnya adalah 21-35 hari jika kurang dari 21 hari atau lebih dari 35 hari maka dapat menyebabkan ketidakteraturan menstruasi. Selain itu ketidakteraturan menstruasi bisa terjadi karena stres, ketidakteraturan menstruasi bisa juga karena beberapa faktor lain yaitu berat badan, aktivitas fisik, diet, paparan lingkungan dan kondisi kerja.

^[13]▶ 3.3 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan dalam penelitian (Sugiyono, 2015).^[4]▶ Hipotesis dalam penelitian ini adalah

H_1 : Adakah Hubungan Tingkat Stres dengan Ketidakteraturan Menstruasi pada Remaja (usia 16-18) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogorto.^[8]▶

BAB 4

METODE PENELITIAN

41 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif Penelitian kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang spesifiknya yaitu sistematis, terencana, dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya (Sugiyono, 2017)

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian survei yang bersifat analitik korelasional Penelitian analitik korelasi adalah penelitian hubungan antara dua variabel pada kelompok subjek Untuk mengetahui korelasi antara satu variabel dengan variabel lainnya dengan mengidentifikasi variabel yang ada pada suatu objek, kemudian diidentifikasi juga variabel lain yang ada pada objek yang sama dan dilihat apakah ada hubungan antara keduanya (Ridwan, 2015) Penelitian ini digunakan untuk menganalisis Hubungan Tingkat Stres dengan Ketidakteraturan Menstruasi pada Remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

42 Rancangan Penelitian

Desain penelitian adalah suatu yang vital dalam penelitian yang mungkin memaksimalkan suatu kontrol beberapa faktor yang dapat mempengaruhi validaty suatu hasil (Nursalam, 2013) Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional Cross sectional adalah rancangan penelitian yang melakukan pengukuran atau pengamatan

pada saat bersamaan atau dalam sekali waktu antara faktor resiko/ paparan dengan penyakit (Sugiyono, 2015)

43 Waktu dan tempat penelitian.^{[26]▶}

431 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Maret sampai Juli 2019.

^{[13]▶}
432 Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di kelas X dan XII MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto.^{[4]▶}

44 Populasi, sampel, dan sampling

441 Populasi

Populasi adalah objek yang akan diteliti (Sugiyono, 2017) Populasinya adalah seluruh siswi kelas X dan XI di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto yang berjumlah 84 siswi.^{[23]▶} Kriteria yang diambil adalah siswi yang memiliki kegiatan sehari-hari yang padat dan menstruasi yang tidak teratur

442 Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2017) Sampel dalam penelitian ini adalah Sebagian siswi di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto Metode yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel yaitu dengan menggunakan rumus slovin, sebagai berikut :

Rumus Slovin : [77]▶

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

n = besar sample

N = besar populasi

e = batas toleransi kesalahan (error tolerance)

Besar sampel adalah

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{84}{1 + 84(0,1)^2}$$

$$n = \frac{84}{1 + 84(0,01)}$$

$$n = \frac{84}{1,84}$$

$$n = 45,652173913$$

$$n = 45 \text{ responden}$$

sample untuk masing-masing kelas dengan menggunakan rumus

Sugiyono (2017) :

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

Keterangan :

n = jumlah sampel

X = jumlah seluruh populasi setiap kelas

N = jumlah populasi kelas X dan XI di MA Mambaul Ulum Corogo

Jombang

$N_1 = \text{sampel}$

Berdasarkan rumus, jumlah sampel dari masing kelas yaitu :

$$\text{Kelas 1 IPS A} \quad \frac{23}{84} \times 45 = 12 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 1 IPS B} \quad \frac{20}{84} \times 45 = 11 \text{ siswi}$$

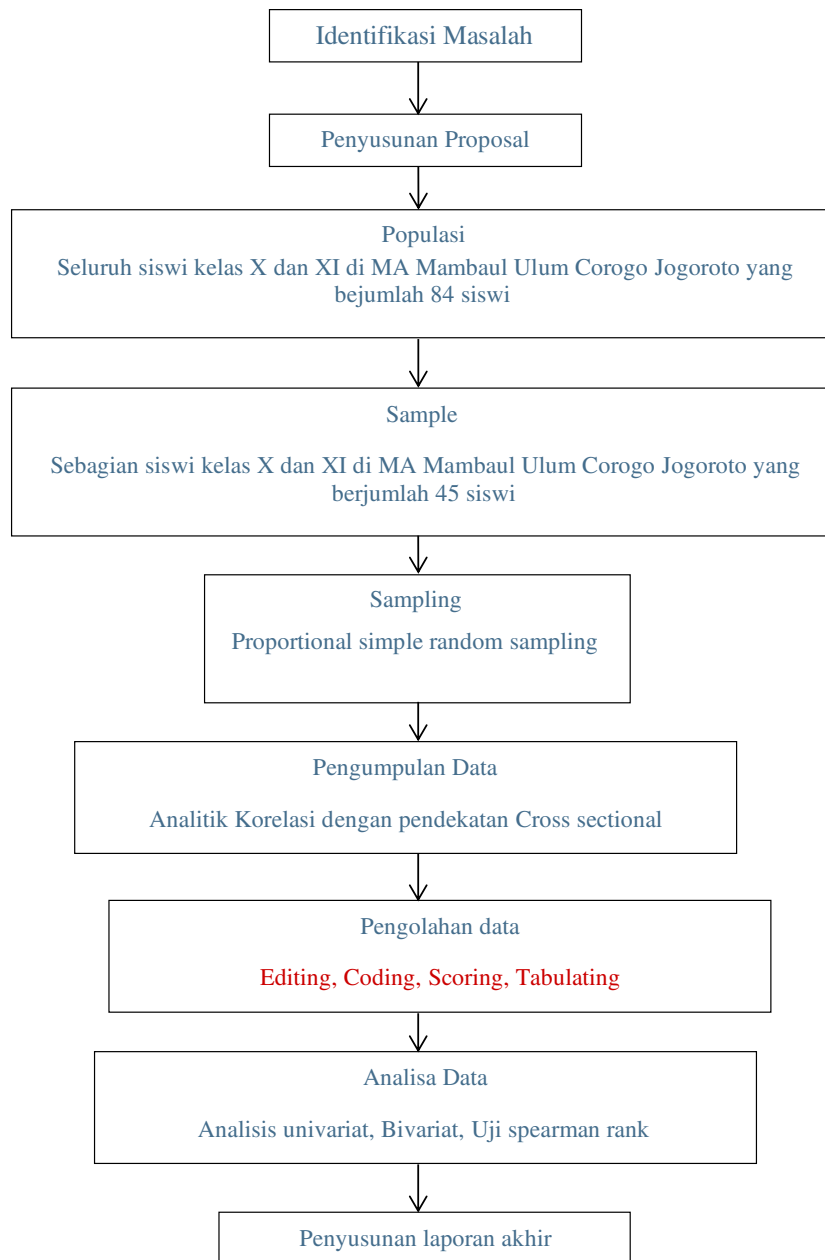
$$\text{Kelas 2 IPS A} \quad \frac{21}{84} \times 45 = 11 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 2 IPS B} \quad \frac{20}{84} \times 45 = 11 \text{ siswi}$$

443 Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi sample digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2015). Pengambilan sampling penelitian ini adalah proportional simple random sampling. ^[83] Pengambilan sampel secara proporsi yang dilakukan dengan mengambil subyek dari setiap kelas X dan XI MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto. Menggunakan teknik proportional simple random sampling didapatkan jumlah sampel sebanyak 45 siswi.

45 Jalannya penelitian (kerangka kerja)



Gambar 4.1 Kerangka kerja hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto.

46 Identifikasi Variabel

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2012).

^[9]▶ 1. Variabel independent (variabel bebas)

Variabel independent adalah variabel yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (Hidayat, 2012).

^[93]▶ Variabel independent dalam penelitian ini adalah tingkat stres.

^[4]▶ 2. Variabel dependent (variabel terikat)

Variabel dependent adalah variabel yang menjadi akibat karena variabel independent (Hidayat, 2012).^[4]▶ Variabel dependent dalam penelitian ini adalah ketidakteraturan menstruasi.

^[7]▶

47 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah karakteristik (variabel) yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut (Nursalam, 2013).

Tabel 4.7 Definisi operasional penelitian Hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto.

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skor/ Kategori
1.	Tingkat stres	Stres adalah situasi yang terjadi pada seseorang menimbulkan tuntutan fisik dan psikis sehingga dibutuhkan koping dan adaptasi.	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	Skor : - Tidak pernah : 0 - Jarang : 1 - Kadang : 2 - Sering : 3 - Selalu : 4 Kategori - Normal : apabila skor yang dicapai 0-38 - Ringan : apabila skor yang dicapai 39-57 - Sedang : apabila skor yang dicapai 58-76 - Berat : apabila skor yang dicapai 77-96 - Sangat berat : apabila skor yang dicapai 97 (Apriani, 2014)
2.	Ketidakteraturan menstruasi	Ketidakteraturan menstruasi adalah gangguan menstruasi yang terjadi diluar interval siklus menstruasi normal.	Lamanya hari mulainya menstruasi yang lalu sampai mulainya menstruasi berikutnya 21-35 hari.	K U E S I O N E R	N O M I N A L	Skor - Siklus menstruasi 21-35 hari : 1 - Siklus menstruasi 21 atau 35 hari : 0 Kategori - Teratur : apabila siklus menstruasinya 21-35 hari - Tidak teratur : apabila siklus menstruasinya 21 atau 35 hari (Verawaty et all, 2011).

48 Pengumpulan dan analisis data

481 Instrumen

Alat bantu yang dipilih dan digunakan peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar keinginan tersebut menjadi sistematis (Sugiyono, 2017)

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner Kuesioner adalah alat ukur berupa angket dengan menggunakan beberapa pertanyaan, pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner mampu menggali hal-hal yang bersifat penting dan rahasia Kuesioner ini digunakan untuk mengukur tingkat stres dan kuesioner untuk mengetahui tentang ketidakteraturan menstruasi pada remaja

Penelitian ini mengadopsi kuesioner tingkat stres dan siklus menstruasi dari Wahyuningsi (2018) yang berjudul Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Siklus menstruasi.

^[32] 482 Prosedur Penelitian

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

Dalam melakukan penelitian ini prosedur yang ditetapkan adalah sebagai berikut :

^[49] 1. Perizinan

Tahap pertama prosedur pengambilan data dilakukan dengan meminta surat perizinan pengantar Pre Survey data dan Studi Pendahuluan di BAAK Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika

Jombang. Setelah itu meminta izin kepada Kepala sekolah MA Mambaul

Ulum Corogo Jogoroto

2. Pengambilan sampel

- 1) Menentukan responden yang sesuai kriteria remaja yang sudah mengalami menstruasi
- 2) Peneliti memberikan penjelasan tentang tujuan dan manfaat penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Ketidakteraturan Menstruasi pada Remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

3. Memberikan informed consent pada responden

Peneliti mengajukan surat persetujuan kepada responden untuk menjadi responden kepada responden

4. Responden menandatangani surat persetujuan menjadi responden

^[19]▶ 5. Mengidentifikasi responden dengan menggunakan kuesioner

^[19]▶ 6. Selanjutnya melakukan editing, coding, skoring, dan tabulating

7. Hasil

483 Pengolahan data dan analisis data

1. Pengolahan Data

Persiapan analisa data dilakukan dengan pengelolaan data melalui tahap editing, coding, skoring, tabulating (Notoatmodjo, 2012) :

^[56]▶ 1) Editing adalah kegiatan cek data dan memperbaiki isi instrumen. ^[56]▶

2) Coding adalah merubah 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

Kelas 1 IPS A : 1

Kelas 1 IPS B : 2

Kelas 2 IPS A : 3

Kelas 2 IPS B : 4

2. Umur

12-15 tahun : 1

16-18 tahun : 2

19-21 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

3-5 : 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

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

a. Tingkat stres

Normal : apabila skor yang didapatkan 0-38

Ringan : apabila skor yang didapatkan 39-57

Sedang : apabila skor yang didapatkan 58-76

Berat : apabila skor yang didapatkan 77-96

Sangat berat : apabila skor yang didapatkan 97

b. Ketidakteraturan Menstruasi

Teratur : apabila siklus menstruasinya 21-35 hari

Tidak teratur : apabila siklus menstruasinya 21 dan 35 hari^[56]

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

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

Keterangan :

P = Presentase

F = Frekuensi Variabel

N = Jumlah jawaban yang dikumpulkan

2. Analisa Data

1) Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk mendeskripsikan setiap variabel penelitian. Umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari setiap variabel^[75]

(Notoatmodjo, 2012).^[49] Langkah-langkah analisis univariat sebagai berikut :

a. Distribusi Frekuensi

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

Keterangan :

^[49] P = Proporsi

F = Frekuensi kategori

n = Jumlah sampel

setelah data terkumpul melalui observasi dan kuesioner selanjutnya dikelompokkan dalam tabulasi sesuai karakteristik

100% : seluruhnya

76-99% : hampir seluruhnya

51-75% : sebagian besar

50% : setengahnya

25-49% : hampir setengahnya

0%^[0] : tidak satu pun (Notoatmodjo, 2012)

2) Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga ada hubungan (Notoatmodjo, 2012)

Uji yang dipakai adalah spearman rank dengan salah satu software, dimana p 0,05 maka ada Hubungan Tingkat Stres dengan Ketidakteraturan Menstruasi pada Remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto, sedangkan p 0,05 tidak ada

Hubungan Tingkat Stres dengan Ketidakteraturan Menstruasi pada Remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

49 Etika Penelitian

1. Informed consent (lembar persetujuan)

Informed consent diberikan sebelum penelitian dilakukan pada responden. ^[11] Responden diberi tahu maksud dan tujuan penelitian. ^[34] Jika responden bersedia diteliti responden menandatangani lembar persetujuan.

^[12] 2. Anonymity (tanpa nama)

Persetujuan yang digunakan untuk menjaga kerahasiaan responden, jadi peneliti tidak akan mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data. Cukup menulis nomor atau inisial responden tersebut.

^[34] 3. Confidentiality (kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi yang telah didapatkan dan kerahasiaan dari responden dijamin peneliti. Jadi hasil penelitian hanya akan ditampilkan pada forum akademis.

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

51 Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang dilaksanakan di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto sejumlah 45 responden Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian yaitu data umum dan data khusus Dalam data umum di muat karakteristik responden berdasarkan identitas responden yang meliputi umur, BB saat ini dan darah haid yang keluar saat hari 1-3. Sedangkan data khususnya adalah tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

511 Gambaran lokasi penelitian

MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto yang beralamat di Jl. ^[35] Masjid Sholihin Corogo Jogoroto Jombang, Jawa Timur MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto adalah Madrasah Aliyah yang berakreditasi A yang terdiri dari 1 jurusan yaitu jurusan IPS Jumlah siswa sebanyak 84 siswi, dengan jumlah siswa kelas X sebanyak 43 siswi yang terdiri dari 2 kelas, kelas XI yang berjumlah 41 siswi yang terdiri dari 2 kelas

512 Data Umum

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tanggal 19 Juni 2019 di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto didapatkan data sebagai berikut :

^[11]▶
1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 5.1 ^[11]▶ Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

No.	Umur	Frekuensi	Persentase%
1.	12-15 tahun	0	0
2.	16-18 tahun	45	100
3.	19-21 tahun	0	0
Total		45	100

Sumber : Data Primer 2019

Tabel 5.1 Menunjukkan bahwa seluruhnya (100%) yang berjumlah 45 siswi berumur 16-18 tahun

2. Karakteristik responden berdasarkan BB saat ini

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan BB saat ini di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

No.	BB saat ini	Frekuensi	Persentase%
1.	36-40	14	31.1
2.	41-50	24	53.3
3.	50	7	15.6
Total		45	100

Sumber : Data Primer 2019

Tabel 5.2 ^[65]▶ Menunjukkan bahwa sebagian besar (53.3%) responden dengan berat badan 41-50 kg berjumlah 24 siswi

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

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan darah yang keluar dari hari 1-3 di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

No.	Jumlah Darah (Hari ke 1-2)	Frekuensi	Presentase
1.	40-60 cc	31	68.9 %
2.	65-80 cc	13	28.9 %
3.	80 cc	1	2.2 %
Jumlah		45	100%

Sumber : Data Primer 2019

Tabel 5.3^[65] Menunjukkan bahwa sebagian besar (68.9%) responden dengan darah yang keluar hari 1-3 adalah 65-80 cc berjumlah 31 siswi.

513 Data Khusus

1. Karakteristik tingkat stres

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

No.	Tingkat Stress	Frekuensi	Presentase
1.	Normal	11	24.5 %
2.	Ringan	28	62.2 %
3.	Sedang	6	13.3 %
4.	Berat	0	0 %
5.	Sangat Berat	0	0 %
Jumlah		45	100%

Sumber : Data Primer 2019

Tabel 5.4^[65] Menunjukkan bahwa sebagian besar (62.2%) tingkat stres ringan yang berjumlah 28 siswi

2. Karakteristik ketidakteraturan menstruasi

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi berdasarkan ketidakteraturan menstruasi di MA Mambaul Ulum Corogo

No.	Menstruasi	Frekuensi	Presentase
1.	Tidak Teratur	31	68.9 %
2.	Teratur	14	31.1 %
Jumlah		45	100%

Sumber : Data Primer 2019

Tabel 5.5^[65] Menunjukkan bahwa sebagian besar (68.9%)

responden mengalami ketidakteraturan menstruasi berjumlah 31 siswi

3. Tabulasi silang hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja usia (16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi Tabulasi silang hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja usia (16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

No.	Tingkat Stress	Menstruasi				Jumlah	
		Tidak Teratur		Teratur			
		F	%	f	%	N	%
1.	Normal	10	22.2 %	1	2.2 %	11	24.4 %
2.	Ringan	20	44.4 %	8	17.8 %	28	62.2 %
3.	Sedang	1	2.2 %	5	11.1 %	6	13.3 %
4.	Berat	0	0 %	0	0 %	0	0 %
5.	Sangat Berat	0	0 %	0	0 %	0	0 %
Jumlah		31	68.9 %	14	31.1 %	45	100 %
Uji Spearman Rank (p=0.003)							

Sumber : Data Primer 2019

Tabel 5.6 Menunjukkan bahwa hampir setengahnya (44.4%) tingkat stres ringan dan menstruasi tidak teratur berjumlah 20 siswi dari 45 siswi di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

Hasil uji statistik spearman rank didapatkan angka signifikan atau angka probabilitas (0.003)^[8] jauh lebih rendah dari 0.05^[46] atau ($p < \alpha$), maka H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

52 Pembahasan

521 Tingkat Stres

Hasil penelitian tabel 5.6^[14] menunjukkan bahwa sebagian besar (62.2%) tingkat stres ringan yang berjumlah 28 siswi dari 45 siswi di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

Menurut peneliti berdasarkan data umum umur responden seluruhnya (100%) berusia 16-18 tahun yang berjumlah 45 siswi Pada masa remaja seringkali rawan terhadap stres dan emosional, tetapi pada tahap remaja awal hingga remaja akhir biasanya lebih bisa mengontrol emosional dan juga bisa mengontrol stres sehingga dapat mencegah terjadinya stres yang berkelanjutan

Sesuai dengan teori (Sa'id, 2015) dimana remaja pertengahan yang berusia 15-18 tahun mengalami perubahan fisik, perilaku, sosial dan berpikir secara realistis sehingga dapat mengendalikan terjadinya stres dan mampu mencegah stres yang berkelanjutan

Hasil penelitian tabel 5.2 Menunjukkan bahwa sebagian besar (53.3%) responden dengan berat badan 41-50 kg berjumlah 24 siswi

Menurut peneliti responden yang mengalami tingkat stres juga dapat dipengaruhi oleh berat badan.^[28] Stres dapat meningkatkan hormon kortisol sehingga dapat menyebabkan berat badan naik

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwanti, dkk (2017) stres psikologis seringkali dikaitkan dengan konsumsi makanan yang meningkat, terutama dalam mengkonsumsi makanan berlemak tinggi.^[28] Stres juga dapat meningkatkan berat badan karena meningkatkan

kadar kortisol, mengaktifkan enzim penyimpanan lemak dan memberi tanda lapar ke otak

5.2.1 Ketidakteraturan Menstruasi

Hasil tabel 5.5 Distribusi frekuensi berdasarkan ketidakteraturan menstruasi di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto menunjukkan bahwa sebagian besar (68.9%) responden mengalami ketidakteraturan menstruasi yang berjumlah 31 siswi

Menurut peneliti responden yang mengalami ketidakteraturan menstruasi disebabkan oleh berat badan.^[20] Penurunan berat badan akut dan sedang menyebabkan gangguan pada fungsi ovarium, derajat tekanan tergantung dari ovarium dan lamanya penurunan berat badan

Menurut Kusmiran (2014) Penurunan berat badan akut dan sedang menyebabkan gangguan pada fungsi ovarium, derajat tekanan tergantung dari ovarium dan lamanya penurunan berat badan

5.2.2 Hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja

Hasil penelitian yang dilakukan diketahui 45 responden sebagian besar (62.2%) mengalami tingkat stres ringan dan mengalami ketidakteraturan menstruasi sebagian besar (68.9%)

Menurut peneliti stres ringan yang dialami oleh responden sudah diatasi dengan cara menyediakan waktu untuk istirahat yang cukup, bersantai, dan meminimalisir tingkat stres agar menstruasinya menjadi teratur

Hasil uji statistik spearman rank didapatkan angka signifikan atau angka probabilitas (0.003) jauh lebih rendah dari 0.05 atau ($p < \alpha$), maka H_1

diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dan Komariyah (2017) yang menyatakan ada hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan siklus haid, responden yang stres berpeluang mengalami ketidakteraturan menstruasi Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Masturi (2017) bahwa ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi

Sesuai dengan teori Kusmiran (2014) stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol dimana hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang Hormon kortisol diatur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, dengan di mulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan hormon FSH (Foliccle Stimulating Hormone),

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

61 Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Tingkat stres pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto sebagian besar mengalami stres ringan

2. Ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum hampir sebagian besar tidak teratur
3. Ada hubungan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi pada remaja (usia 16-18 tahun) di MA Mambaul Ulum Corogo Jogoroto

62 Saran

1. Bagi Remaja

Sadar akan stres yang dapat memengaruhi ketidakteraturan menstruasi dengan cara menyediakan waktu untuk beristirahat, merasa bahagia, saat disekolah pada jam pelajaran siswi tidak merasa tegang saat jam pelajaran berlangsung

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan tingkat stres dengan ketidakteraturan menstruasi untuk acuan sebagai penelitian selanjutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. 2016.^[59] **Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik**. Jakarta: Bumi Aksara.
- Apriani. 2014. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Respon Psikologis Mahasiswa Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Anwar. 2011. Ilmu Kandungan. Jakarta:^[7] **Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo**.
- Bartsch, Evelyn. 2015. Dukungan Sosial, Religiusitas dan Stress pada Remaja di Lapas Anak Blitar. Tesis. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Baziad, Ali, M. 2008. Endokrin dan Ginekologi. Jakarta: Media Aesculapius.
- Gunarya, Adi, Gery, Mira. 2011. Bersahabat Dengan stress. Modul Md10.
- Hidayat. 2012. Metodologi Penelitian Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.
- Hurlock. 2012. Perkembangan Anak, Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Kusmiran, Eny. 2018. Kesehatan Remaja dan Wanita. Jakarta : Salemba Medika.
- Lestari, T. 2015. Kumpulan teori untuk kajian pustaka penelitian kesehatan. Yogyakarta: Nuha medika.
- Lubis, Lumongga. 2014. Depresi Tinjauan Psikologis. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Masturi. 2017.^[50] **Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Semester VIII UIN Alauddin Makasar, Jurnal Involusi Kebidanan, Volume 2, No. 3, Januari 2017, hal 14-23.**
- Nurlaila, Hazanah. S., Shoupiyah. R. 2017.^[0] **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.^[7] **Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Jakarta: Salemba Medika.**
- Notoatmodjo. 2012. Metodologi Penelitian, Jakarta: Redika Cipta.
- Psychology Foundation of Australia., 2014. Depression Anxiety Stres Scale. <http://www.psy.unsw.edu.au/group/dass>. Diakses: 20 September 2014.
- Rahmawati, Khomariyah. 2017. Hubungan Tingkat Stres dengan Ketidakteraturan siklus haid pada Mahasiswi prodi DIII Kebidanan Tingkat II STIKES Muhammadiyah Klaten, Jurnal Involusi Kebidanan, Volume 2, No. 3, Januari 2017, hal 14-23.

- Ridwan. 2015. Belajar mudah penelitian untuk guru, karyawan, dan peneliti pemula.
- Riset Kesehatabn Dasar., 2017. Kesehatan Reproduksi. Diakses pada 7 Oktober 2017.
- Sa'id. 2015. Mendidik Remaja Nakal. Yogyakarta: PT. Semesta Hikmah.
- Sherwood, L. 2011. Sistem Reproduksi. Dalam: Fisiologi Reproduksi Wanita. Ed. 6. Jakarta: EGC, 833-848.
- Sugiono. 2015. Biostatistik. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. 2017.^[77] **Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)**. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung.
- Sunaryo. 2013. Psikologi Keperawatan. Jakarta: EGC.
- Syamsu. 2013. Perkembangan Peserta Didik. Surakarta: Rajawali Pers.
- Tombokan, Kevin, C. 2017. Hubungan Antara Stres Dan Pola Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya di RSUP Prof. Dr. D.Kandou Manado. JOM Vol.5 No. 1, Januari-Juni 2017.
- Verawaty, Noor, Sri, dan Hardjo. 2011. Merawat dan Menjaga Kesehatan seksual Wanita. Bandung: PT Grafindo Medika Pratama.
- Zulkifli L. 2013. Psikologi Perkembangan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.