

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN
KETERATURAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA**

SKRIPSI



Oleh:

Amanda Aulia Citra Debby

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2022**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN
KETERATURAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA**

SKRIPSI



Oleh:

Amanda Aulia Citra Debby

NRP. 1523019022

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2022**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan dibawah ini

Nama : Amanda Aulia Citra Debby

NRP : 1523019022

Menyatakan dengan sesungguhnya skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA

Benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat atau bukan merupakan karya saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak terkait.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran

Surabaya, 03 Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Amanda Aulia Citra Debby
NRP. 1523019022

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Program Studi
Pendidikan Dokter Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Amanda Aulia Citra Debby

NRP : 1523019022

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Hubungan Tingkat Stres dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada
Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya”**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library*
Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan
akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan
sebenarnya

Surabaya, 03 Januari 2023

Yang membuat pernyataan



Amanda Aulia Citra Debby

NRP. 1523019022

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI


**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**


Oleh:

Amanda Aulia Citra Debby

NRP. 1523019022

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penilaian skripsi.

Pembimbing I : Edwin Budipramana, dr, SpOG, Mkes ()


Pembimbing II : Dr. Inge Wattimena, dr, M.Si ()

Surabaya, 23 November 2022

LEMBAR PENGESAHAN

MATERI UJIAN SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI
PADA TANGGAL : 20 DESEMBER 2022


Oleh
Pembimbing I,



Edwin Budipramana, dr, SpOG, Mkes

NIK 152170962

Pembimbing II,



Dr. Inge Wattimena, dr, M.Si

NIK 152090625

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kedokteran

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya



Prof. DR. Paul Fahalele, dr., Sp.BTKV(K)

NIK 152.17.0953

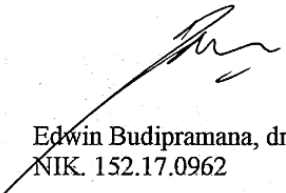
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

SKRIPSI INI TELAH DIUJI DAN DINILAI OLEH
PANITIA PENGUJI SKRIPSI
PADA TANGGAL 20 DESEMBER 2022


Panitia Penguji:

Ketua : 1. dr. Harnoprihadi Noorlaksmiatmo Sp. OG
Sekretaris : 2. dr. Sindrawati Sp. PA
Anggota : 3. Edwin Budipramana, dr, SpOG, Mkes
4. Dr. Inge Wattimena, dr, M.Si

Pembimbing I,


Edwin Budipramana, dr, SpOG, Mkes
NIK. 152.17.0962



Pembimbing II,


Dr. Inge Wattimena, dr, M.Si
NIK. 152.09.0625

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kedokteran

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

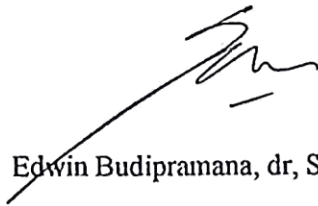


Prof. Dr. Paul Fahalele, dr., Sp.BTKV(K)
NIK. 152.17.0953

LEMBAR PENGESAHAN REVISI SKRIPSI

Naskah skripsi “Hubungan Tingkat Stres dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya” telah direvisi sesuai hasil ujian skripsi pada tanggal 20 Desember 2022

Menyetujui

Pembimbing I



Edwin Budipramana, dr, SpOG, Mkes
NIK. 152170962

Pembimbing II

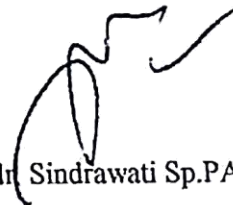


Dr. Inge Wattimena, dr, M.Si
NIK. 152090625

Penguji I

dr. Harnoprihadi Noorlaksmiatmo Sp.OG
NIK. 152110697

Penguji II



dr. Sindrawati Sp.PA
NIK. 152130793

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga pembuatan skripsi ini dapat saya selesaikan dengan baik dan tepat waktu. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan wawasan saya terkait pembuatan karya tulis ilmiah sebagai syarat kelulusan dalam menempuh Program Studi Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Banyak sekali pihak yang telah membantu penulis baik secara moril maupun materi serta bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Yth. Prof. Dr. Dr. med. Paul L Tahalele, dr., Sp. BTKV (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Yth. Edwin Budipramana, dr, SpOG, Mkes selaku dosen pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Yth. Dr. Inge Wattimena, dr, M.Si selaku dosen pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Yth. dr. Harnoprihadi Noorlaksmiatmo Sp.OG dan dr. Sindrawati, Sp.PA selaku dosen penguji yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta mengarahkan penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.

5. Yth. Para Dosen Panitia Skripsi dan Staf Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi.
6. Bapak Feri Setiawan dan Ibu Siti Munawaroh selaku orang tua saya yang telah memberikan doa, dukungan baik secara materi dan moril serta perhatian pada saat mengerjakan skripsi ini.
7. Adelia Citra Lestari dan Anindita Citra Oktaviani selaku adik kandung saya yang telah memberikan motivasi secara tidak langsung untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Sahabat-sahabat saya yang berada di Kota Tangerang maupun di Kota Surabaya yang selalu mendukung dan memberikan masukan kepada saya selama penyusunan skripsi ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.
9. Teman-teman angkatan 2019 yang juga mendukung, memberi doa dan memberi masukan serta motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Terimakasih kepada diri saya sendiri karena telah mampu menyelesaikan skripsi ini dengan lancar dan tepat waktu.

Dalam skripsi ini, peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak agar skripsi ini dapat dikembangkan sehingga menjadi lebih baik dan bermanfaat bagi peneliti dan orang lain.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua khususnya dalam bidang kesehatan.

Surabaya, 03 November 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Amanda Aulia Citra Debby', with a horizontal line underneath.

Amanda Aulia Citra Debby

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR SINGKATAN.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
RINGKASAN.....	x
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Stres.....	6
2.1.1 Definisi Stres.....	6
2.1.2 Etiologi.....	6
2.1.3 Sumber Stres Psikologis.....	7
2.1.4 Fisiologi Stres.....	9
2.1.5 Gejala dan Tanda Stres.....	10
2.1.6 Alat Ukur Stres.....	10
2.2 Siklus Menstruasi.....	12
2.2.1 Definisi Siklus Menstruasi.....	12
2.2.2 Fase-Fase Siklus Endometrium dan Menstruasi.....	13
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi.....	14
2.2.4 Gangguan Siklus Menstruasi.....	15
2.3 Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi.....	17
2.4 Tabel Orisinalitas.....	18
BAB 3 KERANGKA TEORI, KONSEPTUAL, DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	20
3.1 Kerangka Teori.....	20
3.2 Kerangka Konseptual.....	21
3.3 Hipotesis.....	22
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	23
4.1 Desain Penelitian.....	23
4.2 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	23
4.2.1 Populasi.....	23
4.2.2 Sampel.....	23
4.2.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	24
4.2.4 Estimasi Besar Sampel.....	24
4.2.5 Kriteria Inklusi.....	25

4.2.6	Kriteria Eksklusi.....	25
4.3	Identifikasi Variabel Peneliti.....	25
4.4	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	25
4.5	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
4.5.1	Lokasi.....	27
4.5.2	Waktu Penelitian.....	27
4.6	Prosedur Pengumpulan Data.....	27
4.7	Instrumen Penelitian.....	28
4.8	Teknik Analisis Data.....	29
4.9	Alur/Protokol Penelitian.....	31
4.10	Etika Penelitian.....	32
4.11	Jadwal Peneliti.....	33
BAB 5	PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	34
5.1	Karakteristik Lokasi dan Populasi Penelitian.....	34
5.2	Pelaksanaan Penelitian.....	34
5.3	Hasil Penelitian.....	35
5.3.1	Distribusi Data Demografi Sampel Penelitian.....	35
5.3.2	Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Stres.....	36
5.3.3	Distribusi Sampel Berdasarkan Keteraturan Siklus Menstruasi...36	
5.3.4	Hubungan Tingkat Stres dengan Keteraturan Siklus Menstruasi..37	
5.3.5	Hasil Uji Korelasi <i>Spearman</i>	37
BAB 6	PEMBAHASAN.....	39
6.1	Karakteristik Responden.....	39
6.2	Stres.....	39
6.3	Siklus Menstruasi.....	40
6.4	Hubungan Tingkat Stres Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi.....41	
6.5	Keterbatasan Penelitian.....	44
BAB 7	SIMPULAN DAN SARAN.....	46
7.1	Simpulan.....	46
7.2	Saran.....	46
	DAFTAR PUSTAKA.....	48
	LAMPIRAN.....	50

DAFTAR SINGKATAN

RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
PHK	: Pemutusan Hubungan Kerja
CRH	: <i>Corticotropic Releasing Hormone</i>
ACTH	: <i>Adenocorticotropic Hormone</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
GAS	: <i>General Adaption Syndrome</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin Releasing Hormone</i>
FSH	: <i>Folikel Stimulating Hormone</i>
HPA Axis	: <i>Hypothalamic-Pituitary-Adrenal Axis</i>
DASS 42	: <i>Depression Anxiety Stress Scale 42</i>
MSSQ	: <i>Medical Student Stressor Questionnaire</i>
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
ARS	: <i>Academic Related Stressors</i>
IRS	: <i>Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors</i>
TLRs	: <i>Teaching and Learning Related Stressors</i>
SRS	: <i>Social Related Stressors</i>
DRS	: <i>Drive and Desire Related Stressors</i>
GARS	: <i>Group Activities Related Stressors</i>

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel orisinalitas.....	18
Tabel 4.1 Tabel definisi operasional variabel penelitian.....	26
Tabel 4.2 Kisi-kisi kuesioner tingkat stres sebelum di validasi.....	29
Tabel 4.3 Kisi-kisi kuesioner tingkat stres setelah di validasi.....	29
Tabel 4.4 Jadwal peneliti.....	33
Tabel 5.1 Data demografi responden penelitian.....	35
Tabel 5.2 Distribusi sampel berdasarkan tingkat stres.....	36
Tabel 5.3 Distribusi sampel berdasarkan keteraturan siklus menstruasi.....	36
Tabel 5.4 Hubungan tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi.....	37
Tabel 5.5 Hasil uji korelasi <i>spearman</i>	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 kerangka teori hubungan tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi.....	20
Gambar 3.2 kerangka konseptual hubungan tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi.....	21
Gambar 4.1 Alur/protokol penelitian.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Information for consent</i>	50
Lampiran 2 <i>Informed consent</i>	52
Lampiran 3 Kuesioner untuk uji validitas dan uji reliabilitas.....	53
Lampiran 4 Hasil uji validitas dan uji reliabilitas.....	55
Lampiran 5 Kuesioner valid.....	57
Lampiran 6 Kuesioner valid untuk responden.....	59
Lampiran 7 Hasil uji statistik spearman.....	62
Lampiran 8 <i>Health research ethics committee approval</i>	63
Lampiran 9 Hasil plagiarisme.....	64
Lampiran 10 Bukti pengecekan plagiarisme.....	65

RINGKASAN

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

Amanda Aulia Citra Debby

NRP. 1523019022

Stres merupakan tekanan yang terjadi karena diskrepansi antara situasi dengan harapan yang diinginkan, di mana ada ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan dengan keahlian yang dimiliki setiap individu untuk memenuhinya. Saat stres, hipotalamus akan mensekresikan *Corticotropic Releasing Hormone* (CRH). CRH dapat memicu sekresi *Adenocorticotropic Hormone* (ACTH) dari hipofisis anterior. Kemudian, ACTH akan memicu korteks adrenal untuk mensekresi kortisol. Kortisol memiliki peran untuk menghambat pelepasan *Luteinizing Hormone* (LH). Peningkatan LH dibutuhkan dalam pertumbuhan folikel serta ovulasi. Folikel tidak akan berkembang menuju tahap ovulasi apabila tidak ada hormon LH sehingga ovulasi tidak dapat berlangsung. Hal ini dapat menyebabkan adanya gangguan pada siklus menstruasi.

Normalnya setiap bulan perempuan mengalami siklus menstruasi yang teratur, namun ada sebagian perempuan yang mengalami gangguan siklus menstruasi. Gangguan siklus menstruasi terdiri dari amenorea, oligomenorea, dan polimenorea. Amenorea dibagi menjadi amenorea primer dan amenorea sekunder. Gangguan siklus menstruasi merupakan indikator penting yang dapat menggambarkan adanya perubahan pada fungsi ovarium. Dampak dari menstruasi yang tidak teratur dapat menjadi serius jika tidak ditangani dengan cepat, menstruasi yang tidak teratur dapat sebagai pertanda bahwa siklus yang dilaluinya tidak berovulasi sehingga seorang wanita yang mengalami hal tersebut cenderung sulit untuk memiliki keturunan. Selain itu, dampak gangguan siklus menstruasi telah dikaitkan dengan peningkatan risiko penyakit seperti kanker ovarium dan kanker payudara. Hal itu dikarenakan peningkatan paparan terhadap hormon estrogen dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker payudara, serta hormon estrogen yang meningkat memiliki pengaruh pada percepatan proliferasi sehingga terjadi transformasi maligna pada epitel ovarium.

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *study cross sectional*, teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Kriteria inklusi penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2019-2021 yang masih aktif menjalani perkuliahan dan bersedia menjadi responden dalam penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi penelitian ini yaitu mahasiswa yang sedang cuti perkuliahan, mahasiswa yang memiliki kelainan pada sistem reproduksi, mahasiswa yang memakai obat-obatan hormonal, mahasiswa yang pernah melakukan operasi pada sistem reproduksi, mahasiswa yang memiliki IMT <18,5, mahasiswa yang sering melakukan aktivitas fisik berat, mahasiswa yang menjalani

diet rendah lemak dan kalori. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan secara *online* menggunakan *google form* yang berisikan kuesioner terkait tingkat stres dan keteraturan siklus menstruasi dengan jumlah responden sebanyak 116 mahasiswi.

Penelitian ini diambil menggunakan kuesioner stres yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan mengacu pada pernyataan Ross dkk (2008) dalam penelitian yang dilakukan oleh Musabiq dkk (2018) terkait contoh stresor yang dibagi menjadi stresor intrapersonal, interpersonal, lingkungan, dan akademik yang telah dilakukan modifikasi oleh peneliti. Klasifikasi tingkat stres pada penelitian ini dibagi menjadi stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Bagian dari penelitian Musabiq yang dijadikan pertanyaan dalam penelitian ini yaitu mengenai sulit mengatur waktu, adanya keluarga yang sakit, kesulitan memahami mata kuliah, jadwal kuliah yang padat, mendapat nilai yang jelek, lingkungan tempat tinggal yang kurang nyaman, masalah dengan alat komunikasi seperti *gadget* rusak, konflik dengan teman dan keluarga, serta berpisah dengan keluarga. Pertanyaan dibuat dengan mengacu pada hal-hal diatas tersebut, dari beberapa pernyataan dimodifikasi oleh peneliti dan dibuat menjadi 1-2 pertanyaan. Pada penelitian ini juga menggunakan kuesioner terkait siklus menstruasi berdasarkan teori Anwar dkk dengan menanyakan apakah siklus menstruasi teratur dalam rentang waktu 21 hingga 35 hari.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa: mahasiswi yang mengalami stres ringan sebanyak 56 mahasiswi hanya 1 yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur, sedangkan 55 dari 57 mahasiswi yang mengalami stres sedang dan seluruh mahasiswi yang mengalami stres berat sebanyak 3 orang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal itu dikarenakan pada kondisi stres ringan tidak merusak aspek fisiologis atau penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus, sedangkan stres sedang dan stres berat memiliki risiko terjadinya penyakit dan dapat mempengaruhi kesehatan seseorang. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji korelasi *Spearman* didapatkan nilai $p = 0.000$ dan $r = - 0.938$ yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Keterbatasan pada penelitian ini yaitu adanya faktor lain penyebab gangguan siklus menstruasi yang tidak diteliti pada penelitian ini. Faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti faktor berat badan, aktivitas fisik, atau diet. Selain itu, masih banyak faktor stresor eksternal lain penyebab stres seperti faktor ekonomi, faktor keluarga, faktor lingkungan, serta faktor akademik lain yang belum diteliti pada penelitian ini. Selanjutnya, keterbatasan penelitian ini adalah kuesioner tentang stres yang dibuat sendiri tanpa penjelasan tentang kaitan item pertanyaan dengan kemungkinan terjadinya stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran. Saran yang diberikan untuk responden pada penelitian ini yaitu agar dapat mengelola stres dengan baik sehingga masalah-masalah kesehatan yang ditimbulkan akibat stres seperti gangguan siklus menstruasi dapat terhindar, sedangkan saran untuk peneliti selanjutnya yaitu agar dapat mengembangkan dan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor risiko lain penyebab terjadinya gangguan siklus menstruasi seperti faktor berat badan, aktivitas fisik, atau diet.

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KETERATURAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA

Amanda Aulia Citra Debby

NRP. 1523019022

Latar Belakang: Dampak dari menstruasi yang tidak teratur dapat menjadi serius jika tidak ditangani dengan cepat, menstruasi yang tidak teratur dapat sebagai pertanda bahwa siklus yang dilaluinya tidak berovulasi sehingga seorang wanita yang mengalami hal tersebut cenderung sulit untuk memiliki keturunan. Penyebab tidak teraturnya siklus menstruasi ini dapat dikarenakan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu perubahan hormon yang diakibatkan oleh stres. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. **Metode:** Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *study cross sectional*. Jumlah sample penelitian ini sebanyak 116 responden yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengambilan data dilakukan secara *online* menggunakan *google form* yang berisikan kuesioner terkait tingkat stres dan keteraturan siklus menstruasi. **Hasil:** Sebagian besar responden mengalami stres sedang sebanyak 49,1% dan yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 50,9%. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji korelasi *Spearman* didapatkan nilai $p = 0.000$ dan $r = - 0.938$ yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. **Simpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Kata Kunci: Stres, siklus menstruasi, tingkat stres, keteraturan siklus menstruasi

ABSTRACT

RELATIONSHIP STRESS LEVEL WITH MENSTRUAL CYCLE REGULARITY IN STUDENTS FACULTY OF MEDICINE WIDYA MANDALA CATHOLIC UNIVERSITY SURABAYA

Amanda Aulia Citra Debby

NRP.1523019022

Background: The impact of irregular menstruation can be serious if it is not treated quickly, irregular menstruation can be a sign that the cycle that is going through is not ovulating so that a woman who experiences it tends to be difficult to have children. The cause of this irregular menstrual cycle can be caused by several factors including hormonal changes caused by stress. **Objective:** Discovering the relationship between stress levels and regularity of the menstrual cycle in students of the Faculty of Medicine, Widya Mandala Catholic University, Surabaya. **Methods:** The design used in this research is observational analytic with a cross sectional study approach. The number of samples in this study were 116 respondents who were taken using simple random sampling technique. Data were collected online using a google form containing a questionnaire related to stress levels and the regularity of the menstrual cycle. **Results:** Most of the respondents experienced moderate stress as much as 49.1% and who experienced irregular menstrual cycles as much as 50.9%. Based on the results of statistical tests using the Spearman values of $p = 0.000$ and $r = - 0.938$ showed that there was a negative and significant correlation between stress levels and the regularity of the menstrual cycle in students of the Faculty of Medicine, Widya Mandala Catholic University, Surabaya. **Conclusion:** There is a correlation between stress levels and the regularity of the menstrual cycle in students of the Faculty of Medicine, Widya Mandala Catholic University, Surabaya.

Keywords: Stress, menstrual cycle, stress level, menstrual cycle regularity