

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS IX DI SMP NEGERI 30 PADANG TAHUN 2025

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata 1 Kebidanan



Oleh :

Diana Funki
2215201096

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama Lengkap : Diana Funki
NIM : 2215201096
Tempat/ Tggl Lahir : Pungut Mudik, 17 Januari 2004
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Nama Pembimbing Akademik : Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb
Nama Pembimbing I : Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb
Nama Pembimbing II : Bdn. Ririn, M.Keb

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 30 Padang Tahun 2025”**.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2025



Diana Funki

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Diana Funki
Nim : 2215201096
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul : Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 30 Padang Tahun 2025

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, September 2025

Pembimbing I


Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb

Pembimbing II


Bdn. Ririn, M.Keb

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang


Ns. Syalvia Oresti, M.Kep. Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Diana Funki
Nim : 2215201096
Program studi : Sarjana Kebidanan
Judul : Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 30 Padang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

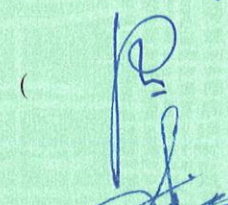
Padang, September 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb

()

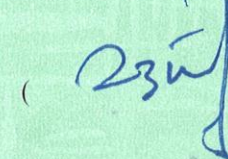
Pembimbing II
Bdn Ririn, M.Keb

()

Penguji I
Dr. Ns. Asmawati, S.Kep, M.Kep

()

Penguji II
Defi Yulita, M.Biomed

()

Disahkan Oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, M.Kep. Ph.D

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, September 2025

Diana Funki

Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 30 Padang Tahun 2025

xiv + 60 halaman, 7 tabel, 2 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Data dari WHO (2020) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita mencapai sekitar 45%. Permasalahan remaja di dunia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%), gangguan psikologis (0,7%), serta masalah kegemukan (0,5%) (WHO, 2020). Gangguan siklus menstruasi disebabkan oleh banyak hal, antara lain gangguan hormonal, status gizi, tinggi atau rendahnya IMT, stres, tumor pada ovarium, kelainan pada sistem saraf pusat hipotalamus hipofisis, aktifitas fisik yang berat, dan diet. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas IX di SMP Negeri 30 Padang tahun 2025.

Metode penelitian yang digunakan adalah analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 30 Padang. Populasi dari penelitian ini adalah semua remaja putri kelas IX di SMP Negeri 30 Padang yang telah mengalami menstruasi sebanyak 159 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 61 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji statistik menggunakan uji *Chi-Square*.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebanyak 42 responden (68.9%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Sebanyak 49 responden (80.3%) mengalami tingkat stres sedang. Berdasarkan hasil uji statistik, terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas IX di SMP Negeri 30 Padang tahun 2025 ($p\text{-value}=0.008$).

Kesimpulan ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas IX di SMP Negeri 30 Padang. Peneliti menyarankan pada remaja putri untuk menghindari stres dengan mengelola atau mengontrol tingkat kecenderungan pada stres yang dialami.

Daftar bacaan : 43 (2018-2025)

Kata kunci : Tingkat stres, siklus menstruasi, remaja putri.

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Bachelor Of Thesis, September 2025

Diana Funki

The Relationship Between Stress Levels and Menstrual Cycles in Female Grade IX Students of SMP Negeri 30 Padang in 2025

xiv + 60 pages, 7 tables, 2 pictures, 12 appendices

ABSTRACT

Data from the WHO (2020) shows that the prevalence of menstrual cycle disorders in women reaches approximately 45%. Globally, adolescent problems revolve around menstrual disorders (38.45%), psychological disorders (0.7%), and obesity (0.5%) (WHO, 2020). Menstrual cycle disorders are caused by many factors, including hormonal disorders, nutritional status, high or low BMI, stress, ovarian tumors, abnormalities in the hypothalamic-pituitary central nervous system, strenuous physical activity, and diet. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and menstrual cycles in ninth-grade female adolescents at SMP Negeri 30 Padang in 2025.

The research method used was analytical with a cross-sectional design. The study was conducted at SMP Negeri 30 Padang. The population of this study was all ninth-grade female adolescents at SMP Negeri 30 Padang who had experienced menstruation (159). The sample size for this study was 61. The sampling technique used simple random sampling. Data were collected using a questionnaire. Data analysis was performed using univariate and bivariate methods. Statistical test using the Chi-Square test.

The research results revealed that 42 respondents (68.9%) experienced irregular menstrual cycles. Forty-nine respondents (80.3%) experienced moderate levels of stress. Statistical tests revealed a significant relationship between stress levels and menstrual cycles in ninth-grade female adolescents at SMP Negeri 30 Padang in 2025 ($p\text{-value} = 0.008$).

Conclusion: There is a relationship between stress levels and menstrual cycles in ninth-grade female adolescents at SMP Negeri 30 Padang. Researchers recommend that female adolescents avoid stress by managing or controlling their stress tendencies.

Refferences : 43 (2018-2025)

Keywords: Stress levels, menstrual cycle, adolescent girls.