

ABSTRAK

Dimas Pangestu (01071210135)

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

(xiv + 83 halaman: 3 bagan; 10 tabel, 8 lampiran)

Latar Belakang: Menstruasi merupakan proses dimana sistem reproduksi wanita mengalami pendarahan vagina berkala yang terjadi bersamaan dengan keluarnya mukosa rahim. Sebagian besar perempuan usia subur menderita masalah kesehatan terkait menstruasi, termasuk masalah siklus menstruasi. Terdapat berbagai macam penyebab masalah gangguan siklus menstruasi, diantaranya seperti stres, obesitas, dan merokok. Faktor yang sering terjadi pada mahasiswa salah satunya adalah stres.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian potong lintang yang dilaksanakan kepada 102 sampel penelitian mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2021, 2022, dan 2023 yang memenuhi kriteria dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan pada bulan Agustus hingga Oktober 2024 melalui *google form* yang berisi *informed consent*, kuesioner data pribadi, pertanyaan eksklusi, kuesioner terkait siklus menstruasi, kuesioner DASS-42 mengenai stres, dan kuesioner IPAQ. Data ditabulasikan menggunakan aplikasi *Microsoft Excel* dan dianalisis menggunakan SPSS dengan metode *Chi-Square* untuk melihat hubungan antar variabel.

Hasil: Terdapat 102 sampel yang memenuhi kriteria inklusi-eksklusi untuk ikut dalam penelitian. Sebanyak 25 (24,5%) responden memiliki siklus menstruasi yang tidak normal. Didapatkan *p-value* sebesar 0,002 ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi.

Kesimpulan: Terdapat hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

Kata kunci: Siklus Menstruasi, Tingkat Stres, Aktivitas Fisik, Indeks Massa Tubuh

Referensi: 53 (1995-2023)

ABSTRACT

Dimas Pangestu (01071210135)

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND THE MENSTRUAL CYCLE AMONG FEMALE MEDICAL STUDENTS AT UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

(xiv + 83 pages; 3 charts; 10 tables, 8 attachments)

Background: *Menstruation is a process where a woman's reproductive system experiences periodic vaginal bleeding, which coincides with the shedding of the uterine lining. Most women of reproductive age suffer from health issues related to menstruation, including menstrual cycle disturbances. There are various causes of menstrual cycle disorders, such as stress, obesity, and smoking. A common factor among university students is stress.*

Objectives: *To determine the relationship between stress levels and the menstrual cycle among female medical students at Pelita Harapan University.*

Methods: *This research used a cross-sectional research design which was carried out on 102 research samples of female students from the Faculty of Medicine, Universitas Pelita Harapan, class of 2021, 2022, and 2023 who met the criteria using a purposive sampling technique. Data collection was carried out from August to October 2024 via a google form containing informed consent, personal data questionnaire, exclusion questions, questionnaire related to the menstrual cycle, DASS-42 questionnaire regarding stress, and IPAQ questionnaire. Data were tabulated using the Microsoft Excel application and analyzed using SPSS with the Chi-Square method to see the relationship between variables.*

Results: *There were 102 samples who met the inclusion-exclusion criteria to take part in the research. A total of 25 (24.5%) respondents had an abnormal menstrual cycle. The p-value was obtained at 0.002 ($p < 0.05$) which shows that there is a significant relationship between stress levels and the menstrual cycle.*

Conclusion: *There is a relationship between stress levels and the menstrual cycle among female medical students at Pelita Harapan University.*

Keywords: *Menstrual Cycle, Stress Levels, Physical Activity, Body Mass Index*

References: *53 (1995-2023)*