

**INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA  
FAKULTAS KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT**

Skripsi, Juli 2025

Aulia Shafira, Dr. Hedyana Yusuf, Rosalia

xi + 75 + 9 tabel + 2 bagan + 15 lampiran

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA  
SISWI DI MADRASAH ALIYAH SWASTA RABITHATUL ULUM  
KABUPATEN INDRAMAYU**

**ABSTRAK**

.Remaja berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan pubertas. Pada remaja perempuan, pubertas memicu kematangan sistem reproduksi yang ditandai dengan mulainya menstruasi akibat aktivitas hormonal. Menurut Lazarus dan Folkman, stres yang dialami seseorang sebenarnya berada di bawah kendali dirinya sendiri, karena sumber masalahnya terletak pada cara individu tersebut memersepsikannya. Persepsi adalah proses yang dijalankan oleh otak untuk menafsirkan informasi sensorik dan mengubahnya menjadi gambaran yang bermakna tentang dunia di sekitarnya. Setiap orang memiliki persepsi yang berbeda-beda tergantung dari apa yang diterima oleh panca inderanya. Dengan demikian, situasi yang sama bisa menghasilkan tingkat stres yang berbeda pada setiap individu, tergantung bagaimana mereka memaknainya. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi di Madrasah Aliyah Swasta Rabithatul Ulum Kabupaten Indramayu. Metode penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang berjumlah 46 orang dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10) dan kuesioner siklus menstruasi. Analisa data dilakukan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *Spearman-Rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mengalami stres sedang sebanyak 29 orang (63.0%) dan mayoritas memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 34 siswi (73.9%). Hasil analisis uji *Spearman-Rho* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan siklus menstruasi dengan nilai  $p = 0.001$ . Artinya, hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi di Madrasah Aliyah Swasta Rabithatul Ulum Kabupaten Indramayu

**Kata Kunci:** Pubertas, Persepsi, Remaja, Stres, Siklus Menstruasi.

**Daftar Pustaka:** 39 (1983-2025)

**MAHARDIKA INSTITUTE OF TECHNOLOGY AND HEALTH  
HEALTH FACULTY  
Study Program of Public Health**

*Mini Thesis, July 2025  
Aulia Shafira, Dr. Hedyana Yusuf, Rosalia*

*xi + 75 + 9 tables + 2 chart + 15 enclosure*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND THE MENSTRUAL  
CYCLE IN FEMALE STUDENTS AT MADRASAH ALIYAH SWASTA  
RABITHATUL ULUM INDRAMAYU REGENCY**

**ABSTRACT**

*Adolescents are in transitional phase from childhood to adulthood, marked by the onset of puberty. In female adolescents, puberty triggers the maturation of the reproductive system, characterized by the beginning of menstruation as a result of hormonal activity. According to Lazarus and Folkman, stress experienced by an individual is actually under their own control, as the sources of the problem lies in how the individual perceives it. Perception is a process carried out by the brain to interpret sensory information and transform it into a meaningful representation of the surrounding world. Each person has different perceptions depending on what is received by their senses. Therefore, the same situation can result in different levels of stress in each individual, depending on how they interpret it. The purpose of this research to determine the relationship between stress levels and the menstrual cycle among female students at Madrasah Aliyah Swasta Rabithatul Ulum, Indramayu Regency. This research method uses a correlational design with a cross-sectional approach. The population in this study consist of all female students in grade X and XI totaling 46 people with a total sampling technique. The instrument used are the Perceived Stress Scale (PSS-10) questionnaire and a menstrual cycle questionnaire. Data analysis was performed using univariate analysis and bivariate analysis with the Spearman-Rho test. The results of the study indicate that the majority of students experience moderate stress with 29 individuals (63.0%) and the majority have an abnormal menstrual cycle with 34 students (73.9%). The results of the Spearman-Rho test analysis show a significant relationship between stress levels and menstrual cycles with a p-value of 0.001. This means, there is a significant relationship between stress levels and menstrual cycles in female students at Madrasah Aliyah Swasta Rabithatul Ulum, Indramayu Regency.*

**Keyword:** *Puberty, Perception, Adolescents, Stress, Menstrual Cycle.*  
**Referencies:** *39 (1983-2025)*