

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN POLA MENSTRUASI  
PADA MAHASISWI SEMESTER VIII DI UNIVERSITAS  
KATOLIK DE LA SALLE MANADO**

**SKRIPSI**



**Disusun Oleh :**

**Irene Melisa Jeanet Pongoh**

**10061033**

**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO**

**2014**

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN POLA MENSTRUASI  
PADA MAHASISWI SEMESTER VIII DI UNIVERSITAS  
KATOLIK DE LA SALLE MANADO**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado

**Disusun Oleh :**

**Irene Melisa Jeanet Pongoh**

**1 0 0 6 1 0 3 3**



**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
M A N A D O  
2 0 1 4**



## UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO – INDONESIA

Nama : Irene Melisa Jeanet Pongoh  
NIM : 10061033  
Fakultas : Keperawatan  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Judul Tugas Akhir : Hubungan Antara Stres dengan Pola Menstruasi pada Mahasiswi di Universitas Katolik De La Salle Manado  
Pembimbing : I. Gabriella E. Badjo, S.Kp., M.Kes  
II. Fredna Robot, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Menyetujui,

Manado, 22 Juli 2014

Pembimbing I,

Pembimbing II,

**(Gabriella E. Badjo, S.Kp., M.Kes)**

**(Fredna Robot, S.Kep.,Ns.,M.Kep)**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keperawatan,

Ketua Program Studi,

**(M. Consolatrix da Silva, S.Kep., Ns, MSN)**

**(Sesilliea Sumual, BSN)**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN POLA MENSTRUASI**  
**PADA MAHASISWI SEMESTER VII DI UNIVERSITAS**  
**KATOLIK DE LA SALLE MANADO**

Yang disusun dan diajukan oleh :

**Irene Melisa Jeanet Pongoh**

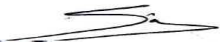
**10061033**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi

Pada tanggal 22 Juli 2014

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat

**TIM PENGUJI**

1. **M. Consolatrix da Silva,S.Kep.,Ns,MSN** (.....)
2. **Gabriela Ere Badjo.,S.Kp., M.Kes** 
3. **Fredna Robot, S.Kep.,Ns.,M.Kep** (.....)

**MENGETAHUI**

Dekan Fakultas Keperawatan  
Unika De La Salle  
Manado

Ketua Program Studi Fakultas  
Keperawatan Unika De La Salle  
Manado

**(M. Consolatrix da Silva,S.Kep.,Ns,MSN)**

**(Sesilliea Sumual, BSN)**

## Riwayat Hidup



Nama Lengkap : Irene Melisa Jeanet Pongoh  
Nama Panggilan : Ipong  
Alamat : Sario Utara Ling. III No. 35 Manado  
Tempat/Tgl.Lahir : Tomohon, 11 Oktober 1992  
Agama : Katolik.  
Email : [imjp11@yahoo.com](mailto:imjp11@yahoo.com)/ tw: imjp11/fb: Irene Melisa Jeanet

### **Nama Orang Tua**

Ayah : Lucky Ronald Johanes Pongoh  
Ibu : Sri Molek Monica Namare  
Jumlah saudara : 1  
Nama Saudara : Geraldo Pongoh

### **Pendidikan**

TK Malaikat Pelindung Manado  
SD Katolik RK XIII St. Paulus Manado tahun 1998-2004  
SMP Katolik St. Rafael Manado tahun 2004-2007  
SMA Negeri 1 Manado tahun 2007-2010  
Universitas Katolik De La Salle Manado tahun 2010-2014

### **Keorganisasian**

Sekretaris Badan Perwakilan Mahasiswa tahun 2012-2013  
Sekertaris Mapala De La Salle Manado tahun 2013-2014  
Bendahara KSR Unit Markas Kota Manado tahun 2012-2015

**Prestasi yang di capai**

Juara 1 Lomba Karya Tulis Kreatif Tingkat Provinsi tahun 2013

Juara III Lomba Karya Tulis Kreatif Tingkat Nasional tahun 2013

**Moto :**

**SIAMO TUTTI FRATELLI**

## ABSTRAK

**Irene Melisa Jeanet Pongoh. Hubungan Stres dengan Pola Menstruasi pada Mahasiswa semester VIII Universitas Katolik De La Salle Manado. Dibawah bimbingan Gabriela Badjo dosen pembimbing I dan Fredna Robot dosen pembimbing II.**

Pola menstruasi merupakan kebiasaan seorang wanita usia subur yang telah mendapatkan menstruasi. Gangguan menstruasi adalah salah satu masalah yang sering dihadapi oleh kaum wanita pada umumnya. Salah satu faktor membuat seseorang mengalami gangguan pola menstruasi adalah stres. Untuk mahasiswa semester VIII permasalahan yang biasanya dihadapi dalam proses penulisan skripsi diantaranya kesulitan mencari literatur, dana yang terbatas, tidak terbiasa menulis dalam arti menulis karya ilmiah, kurang terbiasa dengan sistem kerja terjadwal dengan pengaturan waktu sedemikian ketat dan masalah dengan dosen pembimbing skripsi. Kesulitan – kesulitan tersebut memicu namanya stres. Gejala stres yang banyak ditunjukkan oleh mahasiswa antara lain gangguan tidur seperti kesulitan tidur, sering terlihat cemas, mudah marah, dan ada beberapa mahasiswa yang menunjukkan gejala gangguan daya ingat yang ditunjukkan dengan seringnya mahasiswa lupa pada janji bimbingan dengan dosen pembimbing skripsi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan stress dengan pola menstruasi. Desain penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *cross sectional*. Untuk mengukur tingkat stres peneliti menggunakan kuesioner DASS 42 (*Depression, Anxietas, Stress Scale*) dan untuk mengetahui pola menstruasi, peneliti mengambil kuesioner dari peneliti sebelumnya yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Analisis datanya dengan program SPSS for Windows versi 16.0 menggunakan uji *spearman rank correlation* dengan taraf signifikansi ( $\alpha$ ) 0,05 atau tingkat kepercayaan 95%. Setelah dilakukan perhitungan didapatkan nilai korelasi spearman = 0,473 dan signifikan 0,000. Hal ini berarti bahwa ada hubungan secara positif antara stres dengan pola menstruasi pada mahasiswa semester VIII Universitas Katolik De La Salle Manado dengan kekuatan korelasi sedang. Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa stres pada mahasiswa semester VIII Universitas Katolik De La Salle di pengaruhi oleh aktivitas mahasiswa dalam penyusunan proposal sampai skripsi.

**Kata Kunci : Stres dan Pola Menstruasi**  
**Kepusatakaan : Buku 18 (1995- 2014), Skripsi 1, Internet 10**  
**Jumlah Halaman : 84 Halaman.**

## ABSTRACT

***Irene Melisa Jeanet Pongoh. The Relationship Stress with Menstrual pattern in VIII semester students of De La Salle Catholic University of Manado. Under the guidance of Gabriela Badjo supervisor I and Fredna Robot supervisor II.***

*The pattern of menstruation is a woman of fertile age, habits that have been getting menstrual. Menstrual disorder is one of the problems often encountered by women in general. One of the factors making someone experiencing menstrual pattern disorder is stress. For the last semester student's own problems usually encountered in the process of writing thesis students are having trouble finding literature, funds are limited, it is not accustomed to writing in the sense of writing scientific papers, are less familiar with the system scheduled work time setting in such a tight and problems with lecturers thesis supervisor. The difficulties ultimately stress can lead to low self-esteem, frustration, loss of motivation, delay the drafting of the thesis and some even decide not to complete the thesis. A lot of stress symptoms shown by the students include sleep disorders such as trouble sleeping, often looks anxious, irritable, and there were a few students who showed symptoms of memory disturbance, indicated by having students forget the appointment with lecturer guidance counselors thesis. The purposed of this research, to known relationship stress and menstrual pattern. The design used is a type of cross sectional study. For stress researchers use questionnaires DASS 42 (Anxiety, Depression, Stress Scale) and for menstrual pattern, researchers took the questionnaires from previous researchers who have tested the validity and reliability. The analysis of the data with the program SPSS version 16.0 for Windows using the spearman rank correlation test with significance level ( $\alpha$ ) 0.05 or confidence level of 95%. After the calculation of the correlation value obtained = 0,473 and significant spearman 0.000. This means that there is a connection between stress positively with menstrual patterns on a student semester VIII De La Salle Catholic University Students with the strength of the correlation is. Based on the results of this research that stress on the students ' semester VIII De La Salle Catholic University in influence by the student activities in the preparation of a proposal to thesis.*

***Keywords*** : ***Stress and Menstrual Patterns***  
***Books*** : ***Book 18 (1995- 2014, Thesis 1, Internet 10***  
***Number of pages*** : ***83 Pages***



## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena dengan pertolonganNya saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ‘Hubungan antara Stres dengan Pola Menstruasi pada Mahasiswa semester VIII Universitas Katolik De La Salle Manado’. Peneliti menyadari skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti terbuka akan kritik, masukan dan saran yang dapat melengkapi dan menyempurnakan skripsi ini.

Dengan penuh rasa bangga dan cinta skripsi ini saya dedikasikan untuk Mama Sri Molek Namare, Papa Lucky Pongoh, Adik Geraldo Pongoh, keluarga besar Pongoh-Damopolii dan Namare-Taringanen, teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan cinta dan perhatian, membantu dan mendorong penulis untuk menyelesaikan skripsi, selalu mengingatkan dengan penuh kesabaran dan ketulusan memberikan semangat dan selalu mendoakan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga dengan adanya skripsi ini dapat membantu dan memberi informasi yang cukup untuk melengkapi ilmu mengenai stres dan pola menstruasi, khususnya menambah wawasan dan pengetahuan bagi para mahasiswa serta masyarakat pada umumnya.

Untuk itu dengan penuh syukur dan kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Pastor Revi R.M.H Tanod, SS., SE., MA, selaku Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado
2. M. Consolatrix da Silva, S.Kep., Ns., MSN., selaku Dekan Fakultas Keperawatan
3. Sesilliea Sumual, BSN., selaku Ketua Program Studi Keperawatan.
4. Gabriela E Badjo, S.Kp., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing 1 yang tulus memberikan bimbingan dan selalu mengingatkan untuk memperbaiki skripsi yang dibuat.

5. Fredna J.M Robot S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Dosen Pembimbing 2 yang dengan sabar mengarahkan penulis dan memberikan saran serta kritikan yang membangun.
6. Dr. Valentino Lumowa, selaku Wakil Rektor III bidang Kemahasiswaan Universitas Katolik De La Salle Manado yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di Universitas Katolik De La Salle Manado.
7. Seluruh Dekan Fakultas Universitas Katolik De La Salle Manado yang memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh Dosen dan Staf Pengajar Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
9. Buat teman-teman mahasiswa semester VIII yang sudah membantu penulis dalam pengisian kuesioner penelitian.
10. Buat teman-teman terbaik : Ni Putu Anggrainy, Yolanda Pinontoan, Nofriany Yusuf, Theresia Alow, Theresia Pantouw, Ribka Sasauw, Sisko Sarbunan, Charlen Mangkang, Mulyadi Polapa, Elviany, Ardiles Merek, C.F Nuzulla, Denny Larenggam, Aldy Kewo, Andreas Ruaw, Teddy Kawaae, Ryan Pangalo, Olivia Moniaga, Ismail Bin Umar, Andy Larenggam, Yogi, Olipex, Mitha, Elly, Andri, Angel, Refly Romario Larenggam, Fandy Sumael, Gabrilla Memah, Melinda Tandayo dan Renitha Pumadada yang selalu membantu dan memotivasi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
11. Buat Ronaldo Polii yang selalu memberikan semangat, motivasi dan doa bagi penulis.
12. Buat semua teman, sanak saudara yang tidak bisa disebutkan satu persatu, saya ucapkan banyak terima kasih atas bantuan serta doanya.

Akhirnya penulis menyadari akan kekurangan dan keterbatasan dalam penulisan ini, oleh sebab itu kritik dan saran dari semua pihak sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Manado, 1 Juli 2014

Penulis

Irene Melisa Jeanet Pongoh

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
RIWAYAT HIDUP.....	v
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR SKEMA.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I      PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat.....	6
BAB II      TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Stres .....	7
B. Pola Menstruasi.....	16
C. Hubungan Antara Stres dan Menstruasi .....	23
BAB III     KERANGKA KONSEP .....	26
A. Kerangka Konsep .....	26
B. Hipotesa.....	26
C. Definisi Operasional .....	27
BAB IV     METODE PENELITIAN .....	28
A. Metode Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel .....	28
C. Etika Penelitian.....	29

	D. Instrumen Penelitian.....	30
	E. Pengumpulan Data .....	31
	F. Pengolahan Data.....	31
	G. Analisa Data .....	31
BAB V	HASIL PENELITIAN.....	32
	A. Hasil Analisis Univariat .....	32
	B. Hasil Analisis Bivariat.....	35
BAB VI	PEMBAHASAN.....	35
	A. Stres pada Mahasiswa .....	36
	B. Pola Menstruasi pada Mahasiswa.....	38
	C. Hubungan antara Stres dengan Pola Menstruasi .....	41
BAB VII	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan.....	42
	B. Saran.....	42
	DAFTAR PUSTAKA .....	44
	LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

No.	Teks	Halaman
1.	Definisi Operasional.....	27
2.	Distribusi Frekuensi menurut Umur Responden.....	33
3.	Distribusi Frekuensi menurut Fakultas Responden.....	34
4.	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden.....	34
5.	Distribusi Frekuensi Pola Menstruasi Responden.....	34
6.	Distribusi Frekuensi Stres dan Pola Menstruasi.....	35
7.	Frekuensi dan Uji Korelasi dengan SPSS.....	57
8.	Distribusi Umur dan Stres pada Responden.....	57
9.	Distribusi Umur dan Pola Menstruasi pada Responden.....	57
10.	Distribusi Fakultas dan Stres pada Responden.....	58
11.	Distribusi Fakultas dengan Pola Menstruasi.....	58
12.	Hasil Korelasi Spearman Rho Stres dan Pola Menstruasi.....	58
13.	Paremeter Nilai dan Interpretasi Hasil Spearman Rho.....	59

## DAFTAR GAMBAR

No.	Teks	Halaman
1.	<i>Psychology health</i> .....	16

## LAMPIRAN SKEMA

No	Teks	Halaman
1.	Kerangka Konsep .....	27



## DAFTAR LAMPIRAN

No.	Teks	Halaman
1.	Surat Menjadi Responden .....	47
2.	Lembar Kuesioner .....	48
3.	Master Tabel .....	50
4.	Tabel Frekuensi dan Uji Statistik SPSS .....	56
5.	Kartu Bimbingan Riset Keperawatan Pembimbing I .....	59
6.	Kartu Bimbingan Riset Keperawatan Pembimbing II .....	60
7.	Surat Permohonan Skripsi .....	61
8.	Surat Keterangan Telah melakukan Penelitian .....	62
9.	Surat Penelitian .....	63
10.	Surat Pernyataan Plagiat .....	64
11.	Lembar Konsultasi Pembimbing I .....	65
12.	Lembar Konsultasi Pembimbing II .....	66
13.	<i>Planning Of Action</i> .....	67