



**HUBUNGAN STRES PSIKOLOGIS DAN POLA TIDUR DENGAN
GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI PRE-KLINIK
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2024**

SKRIPSI

**CLARA FLORANCE SISWANDI
2110211123**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
2024**



**HUBUNGAN STRES PSIKOLOGIS DAN POLA TIDUR DENGAN
GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI PRE-KLINIK
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2024**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran**

**CLARA FLORANCE SISWANDI
2110211123**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Clara Florance Siswandi

NRP : 2110211123

Tanggal : 17 Desember 2024

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Desember 2024

Yang menyatakan,



Clara Florance Siswandi

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Clara Florance Siswandi
NRP : 2110211123
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“HUBUNGAN STRES PSIKOLOGIS DAN POLA TIDUR DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI PRE-KLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2024”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 17 Desember 2024

Yang menyatakan,



Clara Florance Siswandi

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diarsipkan oleh:

Nama : Clara Florance Siswandi

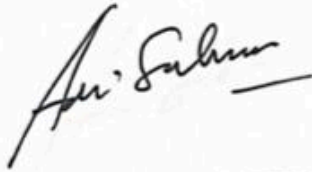
NRP : 2110211123

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Judul Skripsi : Hubungan Stres Psikologis dan Pola Tidur dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Pre-klinik Fakultas Kedokteran UPNVJ Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



dr. Adi Sukrisno, SpOG, FMAS
NIP. 196703112021211003

sPenguji



dr. Fachri Razi, SpOG(K),

MARS
NIK. 22112064

Pembimbing 1



dr. H. Salman Paris Harahap,

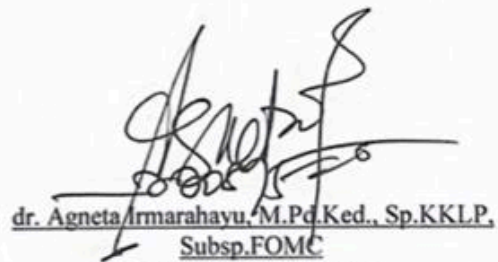
SpPD-KHOM-FINASIM
NIP. 218121335

Pembimbing 2



Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes.,
M.Pd.I

NIP. 19700129200031001
Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked., Sp.KKLP,
Subsp.FOMC

NIP. 197508222021212007
Ketua Program Studi Sarjana
Kedokteran Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 17 Desember 2024

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Stres Psikologis dan Pola Tidur dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Pre-klinik Fakultas Kedokteran UPNVJ Tahun 2024”. Skripsi ini dibuat dengan tujuan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dalam meraih gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari dibutuhkan usaha yang keras dan terdapat banyak kesulitan. Namun, skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan doa, dukungan, dan bimbingan oleh beberapa pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta yang selalu mendukung kami dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
2. dr. Mila Citrawati, M. Biomed, Sp.KKLP selaku Kepala Program Studi yang selalu memberi kami ilmu, arahan, dan semangat.
3. dr. Fachri Razi, SpOG(K), MARS selaku dosen pembimbing pertama yang telah meluangkan pikiran dan waktunya untuk memberikan arahan, masukan, dan semangat dalam pembuatan skripsi ini. Sungguh sebuah kehormatan bagi penulis bisa menjadi salah satu mahasiswa bimbingannya.

4. dr. H. Salman Paris Harahap, SpPD-KHOM-FINASIM selaku dosen pembimbing kedua yang telah meluangkan pikiran, waktunya untuk memberikan arahan, masukan, dan semangat dalam pembuatan skripsi ini. Sungguh sebuah kehormatan untuk penulis bisa menjadi salah satu mahasiswa bimbingannya.
5. dr. Adi Sukrisno, SpOG, FMAS, selaku penguji skripsi, atas kesediaannya dalam meluangkan waktu untuk membahas, memberi kritik, saran, serta nasihat dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas ilmu dan arahan yang telah diberikan dalam proses penyusunan skripsi ini, serta selama penulis menjadi mahasiswa Fakultas Kedokteran UPNVJ.
6. Seluruh Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ yang telah bersedia membantu penulis sebagai responden dalam penelitian ini.
7. Seluruh dosen pengajar dan staff di FK UPN “Veteran” Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, arahan, dan dukungan kepada penulis selama menjalani kegiatan perkuliahan.
8. Kedua orang tua penulis, Andi Siswandi dan Nina Herlina, yang senantiasa memberikan doa, nasihat, masukan, dan dukungan penuh, serta dengan sabar mendengarkan segala keluh kesah penulis dalam pembuatan skripsi ini.
9. Sahabat penulis di kampus: Gabby, Vincha, Aryanthi, Nevanya, Billy, Marisa, Vicky, Firo, Hisyam, Adzra, Farhan, Thema dan sahabat penulis di luar kampus: Dandi, Aley, Della, Diva, Haifa dan Asha yang dari awal

menemani, memberi motivasi, dan memberi dukungan penuh kepada penulis serta tidak lelah untuk mendengarkan keluhan penulis.

10. Sasmaya Puspita Indraswari selaku teman satu bimbingan departemen Obgyn, yang telah bersama berjuang, selalu membantu, dan saling menyemangati selama proses penyusunan dan penyelesaian skripsi.
11. Teman – teman FK UPN Veteran Jakarta angkatan 2021 yang telah berjuang, saling memberi dukungan, dan menghabiskan waktu bersama menempuh pendidikan sarjana kedokteran.
12. Seluruh pihak lain yang tidak dapat penulis tulis satu per satu.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan dan masih banyak aspek yang perlu ditingkatkan dan diperbaiki dalam penyusunan skripsi ini. Baik dari segi penulisan maupun dari isi materi. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun untuk perbaikan pada penulisan dan penyusunan skripsi ini. Penulis berharap bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan yang berharga bagi banyak pihak.

Jakarta, 15 Januari 2024

Penulis
(Clara Florance Siswandi)

HUBUNGAN STRES PSIKOLOGIS DAN POLA TIDUR DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI PRE-KLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2024

Clara Florance Siswandi

ABSTRAK

Latar belakang: Gangguan siklus menstruasi didefinisikan sebagai kelainan pada siklus menstruasi seorang wanita. Gangguan siklus menstruasi dapat berupa oligomenorea, polimenorea dan amenorea. Faktor resiko dari gangguan siklus menstruasi adalah stres, status gizi, pola tidur yang buruk, genetik, hormonal dan aktifitas fisik. Tujuan utama pada penelitian ini adalah mengetahui hubungan stres psikologis dan pola tidur dengan gangguan siklus menstruasi pada Mahasiswi Pre-klinik Fakultas Kedokteran UPNVJ tahun 2024. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif asosiatif dengan pendekatan potong lintang. Sampel yang digunakan adalah sebagian mahasiswi aktif pre-klinik Fakultas Kedokteran UPNVJ yang dipilih menggunakan metode *Proportionate Stratified Random Sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. **Hasil:** Hasil uji *Chi-square* menunjukkan ada hubungan signifikan antara stres psikologis ($p = 0,000$) dengan gangguan siklus menstruasi pada Mahasiswi Pre-klinik Fakultas kedokteran UPNVJ. Hasil uji *Chi-square* menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara pola tidur ($p = 0,460$) dengan gangguan siklus menstruasi pada Mahasiswi Pre-klinik Fakultas kedokteran UPNVJ. **Kesimpulan:** Kesimpulan dalam penelitian ini adalah stres psikologis dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi dan pola tidur tidak dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi pada Mahasiswi Pre-klinik Fakultas Kedokteran UPNVJ tahun 2024. Hal ini dapat disebabkan gangguan siklus menstruasi yang dialami responden terjadi karena faktor lain di luar variable yang diujikan.

Kata Kunci: Gangguan Siklus Menstruasi, Pola Tidur, Stres Psikologis

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL STRESS AND SLEEP PATTERN IN FEMALE PRE-CLINICAL MEDICAL STUDENTS OF UPNVJ IN 2024

Clara Florance Siswandi

ABSTRACT

Backgrounds: Menstrual cycle disorders are defined as abnormalities in a woman menstrual cycle. Menstrual cycle disorders can be oligomenorrhea, polymenorrhea and amenorrhea. Risk factors for menstrual cycle disorders are stress, nutritional status, poor sleep patterns, genetics, hormones and physical activity. The main objective of this study was to determine the relationship between psychological stress and sleep patterns with menstrual cycle disorders in female pre-clinical medical students of UPNVJ in 2024. **Method:** This study used an associative quantitative method with a cross-sectional approach. The samples used were some active female pre-clinical medical students of UPNVJ who were selected using the proportionate stratified random sampling method according to the inclusion and exclusion criteria. **Results:** The results of the Chi-square test showed a significant relationship between psychological stress ($p = 0.000$) and menstrual cycle in female medical students of UPNVJ. The results of the Chi-square test showed no significant relationship between sleep patterns ($p = 0.460$) and menstrual cycle disorders in female pre-clinical medical students of UPNVJ. **Conclusion:** The conclusion of this study is that psychological stress can cause menstrual cycle disorders and sleep patterns cannot cause menstrual cycle disorders in female pre-clinical medical students of UPNVJ in 2024. This can be caused by menstrual cycle disorders experienced by respondents due to other factors outside the variables tested.

Keywords: Menstrual Cycle Disorders, Sleep Pattern, Psychological Stress

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR ISTILAH/SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
ABSTRAK.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan 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

1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
1.5.1 Judul Penelitian	6
1.5.2 Jenis Penelitian.....	6
1.5.3 Ruang Lingkup Tempat	6
1.5.4 Ruang Lingkup Waktu	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Gangguan Siklus Menstruasi	7
2.1.1 Definisi Gangguan Siklus Menstruasi.....	7
2.1.2 Patofisiologi Gangguan Siklus Menstruasi	7
2.1.3 Klasifikasi Gangguan Siklus Menstruasi	8
2.1.4 Faktor Resiko Gangguan Siklus Menstruasi	10
2.2 Stres Psikologis	13
2.2.1 Definisi Stres Psikologis	13
2.2.2 Faktor Resiko	14
2.2.3 Tingkat Stres	18
2.2.4 Hubungan Stres Psikologis dengan Gangguan Siklus Menstruasi.....	19
2.3 Pola Tidur.....	21
2.3.1 Klasifikasi	22
2.3.2 Macam-macam Gangguan Tidur.....	22
2.3.3 Hubungan Pola Tidur dengan Gangguan Siklus Menstruasi	25
2.4 Kerangka Teori	28
2.5 Kerangka Konsep.....	29
2.6 Hipotesis.....	29
2.7 Penelitian Terkait	31

BAB III METODE PENELITIAN.....	36
3.1 Jenis Penelitian.....	36
3.2 Lokasi Penelitian.....	36
3.2.1 Tempat Penelitian	36
3.2.2 Waktu Penelitian	36
3.3 Subjek dan Sampel.....	37
3.3.1 Populasi Penelitian	37
3.3.2 Sampel penelitian	37
3.4 Identifikasi Sampel	37
3.5 Kriteria Penelitian	38
3.5.1 Kriteria Inklusi	38
3.5.2 Kriteria Eksklusi	39
3.6 Teknik Pengambilan Sampel	39
3.7 Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
3.7.1 Variabel Independen	40
3.7.2 Variabel Dedependen	40
3.8 Definisi Operasional	41
3.9 Batasan Penelitian	44
3.10 Instrumen Penelitian	44
3.11 Protokol Penelitian	44
3.11.1 Alat Ukur.....	44
3.11.2 Uji Validitas	45
3.11.3 Uji Reliabilitas	47
3.11.4 Pengolahan Data	49

3.11.5 Analisis Data	50
3.11.6 Alur Penelitian	53
BAB IV.....	54
4.1 Gambaran Tempat Penelitian.....	54
4.1.1 Deskripsi Tempat Penelitian	54
4.2 Hasil Penelitian	54
4.2.1 Karakteristik Responden	54
4.2.2 Hasil Analisis Univariat	55
4.2.2.1 Distribusi Pola Tidur	56
4.2.2.2 Distribusi Gangguan Siklus Menstruasi.....	57
4.2.3 Hasil Analisis Bivariat	58
4.3 Pembahasan Hasil	60
4.3.1 Pembahasan Hasil Univariat	60
4.3.2 Pembahasan Hasil Bivariat	65
4.3.3 Pembahasan Hasil Multivariat	68
4.4 Keterbatasan Penelitian	69
BAB V	70
5.1 Kesimpulan	70
5.2 Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terkait.....	31
Tabel 2. Jumlah Mahasiswi Pre-klinik di FK UPNVJ.....	39
Tabel 3. Definisi Operasional.....	41
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Stres Psikologis	45
Tabel 5. Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	46
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Pola Tidur	46
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Gangguan Siklus Menstruasi	46
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas	47
Tabel 9. <i>Dummy Table</i> Distribusi Frekuensi Stres Psikologis Responden.....	48
Tabel 10. <i>Dummy Table</i> Distribusi Frekuensi Pola Tidur Responden	48
Tabel 11. <i>Dummy Table</i> Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Responden.....	48
Tabel 12. <i>Dummy Table</i> Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi	49
Tabel 13. <i>Dummy Table</i> Hubungan Pola Tidur dengan Siklus Menstruasi.....	49
Tabel 14. Distribusi Karakteristik Responden.....	54
Tabel 16. Distribusi Pola Tidur	56
Tabel 17. Distribusi Gangguan Siklus Menstruasi	57
Tabel 18. Hubungan Stres Psikologis dengan Gangguan Siklus Menstruasi	58
Tabel 19. Hubungan Pola Tidur dengan Gangguan Siklus Menstruasi.....	59

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teori	29
Bagan 2. Kerangka Konsep.....	30
Bagan 3. Alur Peneliti	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Parameter Klinis Menstruasi pada Usia Reproduksi.....	10
---	----

DAFTAR ISTILAH/SINGKATAN

1. WHO : World Health Organization
2. GnRH: Gonadotropin-releasing hormone
3. FSH. : Follicle Stimulating Hormone
4. LH : Luteinizing Hormone

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Etik.....	80
Lampiran 2. Surat Persetujuan Etik oleh KEPK UPNVJ.....	81
Lampiran 3. <i>Informed Concern</i>	82
Lampiran 3. Instrumen Penelitian.....	83
Lampiran 4. Hasil Analisis Data.....	88