

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN GANGGUAN SIKLUS  
MENSTRUASI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS  
KRISTEN INDONESIA MALUKU**

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan

**OLEH :**

**LISA KOSAPLAWAN**

**NPM : 12114201180185**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA MALUKU  
AMBON  
2022**

## LEMBARAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Panitia Penguji Skripsi Sarjana Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Kristen Indonesia Maluku.

Nama : LISA KOSAPLAWAN  
NPM : 12114201180185  
Hari : Jumat  
Tanggal : 14 Oktober 2022  
Tempat : Ruang Ujian Sarjana Fakultas Kesehatan

dan telah memenuhi syarat untuk diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana.

Pembimbing I,



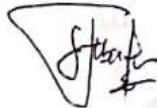
Ns. S. Embuai, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 1229098901

Pembimbing II,



Ns. D. Madiuw, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 1218129201

Penguji I,



Ns. S. L. Tubalawony, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 1223109201

Penguji II,



Ns. W. Tahapary, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 1203059001

Mengesahkan  
Dekan



B. Talamma, SKM., M.Kes  
NIDN : 1207098501

Mengetahui  
Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. S. R. Maelissa, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 1223038001

## SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Lisa Kosaplawan

NPM : 12114201180185

Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Kristen Indonesia Maluku.

Program Studi : Keperawatan

Fakultas : Kesehatan

Dengan ini menyatakan :

1. Karya tulis ini adalah orisional sendiri melalui proses penelitian dan didalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis menyebut penulis dari sumber aslinya atau sumber dari orang lain, sebagaimana tercantum dalam daftar pustaka.
2. Saya menyerahkan hak milik atas karya tulis ini kepada Universitas Kristen Indonesia Maluku dan oleh karenanya berhak melakukan pengelolaan atas karya tulis ini sesuai dengan norma hukum atau etika yang berlaku.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, apabila dikemudian hari terbukti dengan pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Kristen Indonesia Maluku dan perundang-undangan yang berlaku.

Ambon, 31 Oktober 2022



12114201180185

## MOTTO

### **Matius 7 : 8**

Mintalah, maka akan diberikan kepadamu; carilah, maka kamu akan mendapat; ketoklah, maka pintu akan dibukakan bagimu.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat, tuntunan, penyertaan dan anugerah-Nya, sehingga penyusunan skripsi dengan judul **“Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Kristen Indonesia Maluku”** ini dapat terselesaikan.

Penyusunan skripsi ini merupakan syarat dalam penyelesaian tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku.

Dengan terselesainya skripsi ini, perkenankan penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr.Hengki. H. Hetaria., M,Th, Selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia Maluku dan Pembantu Rektor I, II, III dan IV Universitas Kristen Indonesia Maluku.
2. B. Talarima, SKM., M.Kes Selaku Dekan Fakultas Kesehatan. Pembantu Dekan I, II, III Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku.
3. Ns. S. R. Maelissa., S.Kep. M.Kep Selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku.
4. Ns. M. Lilipory., S.Kep. M.Kep Selaku Sekertaris Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku.
5. G. J. Wakanno., S.Kp. M.Kep Selaku penasehat akademik yang selalu memberikan nasehat dan membantu penulis dalam proses perkuliahan.
6. Ns. S. Embuai., S.Kep. M.Kep Selaku pembimbing I yang telah banyak mengarahkan, membimbing dan memberikan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
7. Ns. D. Madiuw., S.Kep. M.Kep Selaku pembimbing II yang telah banyak mengarahkan, membimbing dan memberikan kotivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
8. Seluruh Dosen dan Staf Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku, yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan selama proses perkuliahan yang penulis jalani di Program Studi Keperawatan.

9. Orang tua, kakak, adik dan seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa sehingga menjadi motivasi dan dorongan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
10. Sahabat dan orang terdekat yang telah memberikan dukungan dan doa kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum sempurna, sehingga kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan guna kesempurnaan penelitian ini.

Ambon, 31 oktober 2022

Penulis

## ABSTRAK

**Lisa Kosaplawan, 2022. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Kristen Indonesia Maluku” (Dibimbing oleh S. Embuai dan D. Madiuw).**

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan pendarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami menstruasi pertama kali adalah pada usia 12-16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya. Menstruasi adalah fakta alami kehidupan dan kejadian bulanan untuk 1,8 miliar anak perempuan dan perempuan usia reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 147 mahasiswa. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner, sedangkan analisa data mencakup analisa Univariat dan Bivariat menggunakan *chi square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Indonesia Maluku dengan nilai  $p = 0,002$ , ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Kristen Indonesia Maluku dengan nilai  $p = 0,003$ , tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Indonesia Maluku dengan nilai  $p = 0,105$ . Saran peneliti bagi peneliti selanjutnya bahwa hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis dengan meneliti faktor-faktor lain yang menjadi penyebab terjadinya gangguan siklus menstruasi.

**Kata Kunci : Tingkat Stres, Status Gizi, Aktivitas Fisik, Gangguan Siklus Menstruasi**

## **ABSTRACT**

***Lisa Kosaplawan, 2022. "Factors associated with menstrual disorders in university students at Indonesia Maluku Christian university" (guided by S. Embuai and D. Madiuw).***

*Menstruation is a natural process that occurs in women. The menstrual system provides regular bleeding from the uterus as a sign that the uterus has a mature uterus. Generally, adolescents first experience menstruation at the age of 12-16. This period would change the behavior of several aspects, such as psychology and others. Menstruation is a natural fact of life and a monthly event for 1.8 billion girls and female reproductive ages. The study aims to identify factors related to menstrual disorders in girls' final stages. The method of research used is quantitative analytic research designed for cross-sectional research, the number of samples used in this study is 147 coders, data collection techniques using questionnaires, and data analysis cover univariate and bivariates using chi-square. This study has shown that there is a significant correlation between stress levels and menstrual disorders in the Indonesian university of Christian Maluku with a value of  $p = 0.002$ , there is a significant link between nutrition status and menstrual disorders in a senior year at Indonesian Christian university. There is no significant connection between physical knee and menstrual disorder at the Indonesian university of kristen maluku with a  $p = 0.105$ . Researchers suggest that the results of this study may then be viewed as reference material for the rest of the researchers who will do a similar study by studying other factors that are responsible for menstrual disorders.*

***Keywords: Stress Levels, Nutritional Status, Physical Activity, Menstrual Disorders***



## DAFTAR ISI

COVER .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT .....	iv
MOTTO .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tinjauan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. Tinjauan Umum Siklus Menstruasi .....	8
B. Tinjauan Umum Mahasiswa Tingkat Akhir .....	23
C. Tinjauan Umum Stres .....	25
D. Tinjauan Umum Status Gizi.....	30
E. Tinjauan Umum Aktivitas Fisik.....	36
F. Kerangka Konsep.....	42
G. Hipotesis Penelitian .....	43
BAB III METODE PENELITIAN .....	44
A. Rancangan Penelitian.....	44
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	44
C. Populasi dan Sampel .....	45
D. Variabel Penelitian.....	47

E. Definisi Operasional .....	47
F. Instrumen Penelitian .....	49
G. Pengumpulan Data .....	53
H. Pengolahan Data .....	53
I. Analisa Data .....	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	56
A. Hasil Penelitian .....	56
B. Pembahasan.....	65
BAB V PENUTUP .....	75
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran .....	76
DAFTAR PUSTAKA .....	77
LAMPIRAN.....	86

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) .....	32
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	48
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Mahasiswa.....	57
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Semester Mahasiswa .....	58
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi Mahasiswa .....	59
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Mahasiswa .....	60
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Mahasiswa .....	60
Tabel 4.6 Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik Mahasiswa .....	61
Tabel 4.7 Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi.....	62
Tabel 4.8 Hubungan Status Gizi Dengan Gangguan Siklus Menstruasi .....	63
Tabel 4.9 Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Gangguan Siklus Menstruasi .....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rumus Antropometri.....	32
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	42
Gambar 4.1 Kampus Universitas Kristen Indonesia Maluku .....	57

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. SK Pembimbing

Lampiran 2. Surat Pengambilan Data Awal

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

Lampiran 4. Surat Keterangan Selesai Penelitian

Lampiran 5. Informed Consent

Lampiran 6. Kuisisioner Penelitian

Lampiran 7. Hasil Output SPSS

Lampiran 8. Master Tabel

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian