

**HUBUNGAN STRES DENGAN SINDROM PRAMENSTRUASI
PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

SKRIPSI



Disusun oleh

KARTIKA SANRA DILA

405140232

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2018

**HUBUNGAN STRES DENGAN SINDROM PRAMENSTRUASI
PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Fakultas Kedokteran
Universitas Tarumanagara Jakarta**

KARTIKA SANRA DILA

405140232

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

2018

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, Kartika Sanra Dila, NIM: 405140232

Dengan ini menyatakan, menjamin bahwa proposal skripsi yang diserahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, berjudul Hubungan Stres dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara merupakan hasil karya sendiri, semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme.

Saya menyatakan memahami adanya larangan plagiarism dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 3 Juli 2018

Materai Rp 6000,-

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Kartika Sanra Dila

NIM : 405140232

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan Stres dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked.) pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr. Alya Dwiana, MSc. (.....)

Ketua Sidang : DR. dr. Arlends Chris, M.Si. (.....)

Penguji 1 : dr. Triyana Sari, M.Biomed. (.....)

Penguji 2 : dr. Alya Dwiana, MSc. (.....)

Mengetahui,

Dekan : DR. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K) (.....)

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 3 Juli 2018

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan kasih dan sayang-Nya sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini merupakan prasyarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran. Selama proses pendidikan mulai dari awal hingga akhir, banyak sekali pengalaman yang didapatkan oleh penulis untuk berkarir sebagai dokter di kemudian hari.

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami keterbatasan dalam mengerjakan penelitian. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah mendukung keberhasilan penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta.
2. dr. Alya Dwiana, MSc selaku dosen pembimbing Skripsi yang telah banyak memberi perhatian, bimbingan petunjuk dan dorongan dalam penulisan skripsi ini.
3. Para dosen Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan dan ketrampilan dalam menjalani perkuliahan.
4. Dr. David Limanan, M. Biomed., dr. Marina Ludong, SP.PK., Selaku ketua blok yang telah mengizinkan saya melakukan pengambilan sampel.
5. Orang tua tercinta, bapak Dedy Alfinosa dan ibu Nurhasana Ohorella serta Saudara kandung saya Denis Putra Nanggala dan Irza Maharaja atas doa restu, bimbingan, serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
6. Rekan-rekan sekerja skripsi fisiologi yaitu, Rachele Betsy, Tommy Widjaja, Sanity Savant dan Wenny Damayanti yang telah saling bantu-membantu dalam proses pengerjaan skripsi.
7. Teman-teman yaitu, Elita Syaravina, Erri Pratama, dan Natasya Yustika dan seluruh teman sejawat angkatan 2014 yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam pengerjaan proposal dan skripsi.

8. Sahabat-sahabat saya, Bella Alvionita, Fitqi Herni, Hilda Noviani, Isnia Rizkiyah, Nikky Pandan, dan Rizke Chairunnisa yang selalu mendukung dan memberi semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 3 Juli 2018

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kartika Sanra Dila

NIM : 405140232

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk mempublikasikan karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Stres dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara” serta mencantumkan nama Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 3 Juli 2018

Yang menyatakan,

(Kartika Sanra Dila)

NIM: 405140232

ABSTRACT

Premenstrual Syndrome (PMS) is a group of physical and psychological signs that start from 7 to 10 days before a woman gets her monthly period (menstruation). There are several factors related to menstruation such as biological factors, lifestyle and psychological factors (anxiety, depression and stress). Therefore, the purpose of this research was to determine the correlation between stress and PMS on female medical students in Tarumanagara University. This research was a cross sectional study using Depression, Anxiety and Stress Scale 21 (DASS-21) questionnaire to assess stress level and Menstrual Distress Questionnaire (MDQ) to evaluate PMS level. From 80 respondents in this research, 65 respondents (81.3%) were not under stress, in which 62 respondents (77.5%) experienced PMS and 3 others did not (3.8%). On the other hand, there were 15 respondents (18.8%) who were stressed and all of them had PMS. In conclusion, both respondents who were stress and stress are more likely to experience PMS. In this case there are many factors that can affect such as chemical factors, hormonal factors, nutritional intake and nutritional status, genetic factors and lifestyle.

Keywords: Stress, Premenstrual Syndrome (PMS), Depression, Anxiety and Stress Scale 21 (DASS-21), Menstrual Distress Questionnaire (MDQ)

ABSTRAK

Premenstrual Syndrome (PMS) adalah kumpulan gejala fisik dan psikologis yang di mulai dari 7 sampai 10 hari sebelum seorang wanita mengalami periode bulannya (menstruasi). Terdapat beberapa faktor-faktor yang berhubungan dengan menstruasi misalnya faktor biologis, gaya hidup dan faktor psikologis (kecemasan, depresi dan stress). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara stres dengan PMS pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara. Penelitian ini menggunakan uji *cross sectional* dengan menggunakan kuisisioner *Depression, Anxiety and Stress Scale 21* (DASS-21) untuk mengetahui tingkat stres dan kuisisioner *Menstrual Distress Questionnaire* (MDQ) untuk menilai tingkat PMS responden. Dari total 80 responden didapatkan 65 responden (81.3%) yang tidak mengalami stres 62 orang (77.5%) diantaranya mengalami PMS sedangkan 3 lainnya tidak (3.8%). Dari 15 responden (18.8%) yang mengalami stres, semua responden mengalami PMS. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa responden yang tidak stres ataupun yang stress, keduanya mengalami PMS. Dalam hal ini terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi seperti faktor kimiawi, faktor hormonal, asupan gizi dan status gizi, faktor genetik serta gaya hidup.

Kata kunci: Stres, *Premenstrual Syndrome* (PMS), *Depression, Anxiety and Stress Scale 21* (DASS-21), *Menstrual Distress Questionnaire* (MDQ)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
ABSTRACT.....	vii
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
1. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pernyataan Masalah	2
1.3 Rumusan Masalah	2
1.4 Hipotesis Penelitian.....	3
1.5 Tujuan Penelitian	3
1.5.1 Tujuan umum	3
1.5.2 Tujuan khusus	3
1.6 Manfaat Penelitian	4
1.6.1 Manfaat bagi Responden.....	4
1.6.2 Manfaat bagi Masyarakat.....	4
1.6.3 Manfaat bagi Peneliti	4
1.6.4 Manfaat bagi Institusi (FK Untar).....	4
1.6.5 Manfaat bagi Ilmu Pengetahuan.....	4
2. TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Stres.....	5
2.1.1 Definisi stres	5
2.1.2 Etiologi Stres.....	5
2.1.3 Respon Tubuh Terhadap Stres	5
2.1.4 Peran Respon Hormon Lain Terhadap Stres.....	8
2.1.5 Respon Stres Normal dan Merugikan	9
2.1.6 Pengaruh Stres terhadap Sistem Reproduksi Perempuan.	9
2.2 Fisiologi Siklus Menstruasi.....	10
2.2.1 Sistem Hormon Perempuan	13
2.2.2 Siklus Ovarium	14
2.2.3 Siklus Uterus	16
2.3 Pengukuran Tingkat Stres	17
2.3.1 <i>Stress Appraisal Measurement (SAM)</i>	18
2.3.2 <i>Perceived Stress Scale (PSS)</i>	18
2.3.3 <i>Depression, Anxiety, Stress Scale of 21 Question (DASS-21)</i>	19

2.4	Pramenstruasi Sindrom (PMS).....	20
2.4.1	Definisi PMS.....	20
2.4.2	Gejala PMS.....	20
2.4.3	Etiologi PMS.....	20
2.4.4	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi PMS.....	22
2.4.5	Terapi PMS.....	24
2.4	Pengukuran Tingkat PMS.....	24
2.4.2	<i>The Premenstrual Tension Syndrome Rating Scale (PMTS-SR)</i>	24
2.4.3	<i>Menstrual Symptom Questionnaire (MSQ)</i>	25
2.4.4	<i>Menstrual Distress Questionnaire (MDQ)</i>	25
2.5	Kerangka Teori.....	26
2.6	Kerangka Konsep.....	27
3.	METODOLOGI PENELITIAN.....	28
3.1	Desain Penelitian.....	28
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
3.4	Perkiraan Besar Sampel.....	29
3.5	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	30
3.6	Cara Kerja/Prosedur Penelitian.....	30
3.7	Variabel Penelitian.....	30
3.8	Definisi Operasional.....	31
3.9	Pengumpulan Data.....	31
3.10	Analisis Data.....	32
3.11	Jadwal Penelitian.....	32
3.12	Alur Penelitian.....	33
4.	HASIL PENELITIAN.....	34
4.1	Karakteristik Responden Penelitian.....	34
4.2	Tingkat Stres Responden Menurut Kuisisioner DASS-21.....	34
4.3	Responden dengan PMS berdasarkan kuisisioner MDQ.....	38
4.4	Analisis Statistik.....	40
5.	PEMBAHASAN.....	43
5.1	Pembahasan Hasil Penelitian.....	43
5.2	Keterbatasan Penelitian.....	48
6.	KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
6.1	Kesimpulan.....	49
6.2	Saran.....	49
	DAFTAR PUSTAKA.....	51
	LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1.1	Karakteristik Responden	34
Tabel 4.2.1	Hasil Tingkat Depresi, Ansietas dan Stres Menurut Kuisisioner DASS-21	36
Tabel 4.2.2	Frekuensi Stres Mahasiwi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	38
Tabel 4.3.1	Tingkat PMS Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	39
Tabel 4.3.2	Frekuensi PMS Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	40
Tabel 4.4.1	Hubungan antara Stres dengan PMS	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Aksis <i>Hypothalamus-Pituitary-Gonadal</i> (HPG).....	10
Gambar 2.2	Hubungan antara kadar hormon dan perubahan siklik ovarium dan uterus.....	12
Gambar 2.3	<i>Hypothalamic-Pituitary Adrenocortical</i> (HPA) Axis	13
Gambar 2.4	Fase Perkembangan Endometrium dan Fase Menstruasi	17
Gambar 2.5	Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.6	Kerangka Konsep	27
Gambar 3.11	Alur Penelitian.....	33
Gambar 4.1	Grafik Tingkat Stres Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	37
Gambar 4.2	Grafik Frekuensi Stres Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	38
Gambar 4.3	Grafik Tingkat PMS Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	39
Gambar 4.4	Grafik Frekuensi PMS Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	40
Gambar 4.5	Grafik Hubungan Stres terhadap PMS	41

DAFTAR SINGKATAN

ACTH	<i>Adrenocorticotrophic hormone</i>
ADH	<i>Antidiuretic Hormone</i>
AVP	<i>Arginin – Vasopresin</i>
CDS	<i>Carroll Depression Scales</i>
CRH	<i>Corticotrophin-releaising hormone</i>
DASS-21	<i>Depression Anxiety Stress Scales 21</i>
FSH	<i>Follicle-Stimulating Hormone</i>
GnRH	<i>Gonadotropin releasing hormone</i>
HAM-D	<i>Hamilton</i>
HPA	<i>Hypothalamic-Pituitary Adrenocortical</i>
HPO	<i>Hypohalamic-Pituitary-Ovarium</i>
HPG	<i>Hypothalamus-Pituitary-Gonadal</i>
LH	<i>Luteinizing Hormone</i>
MAACL	<i>Multiple Affect Adjective Checklist</i>
MDQ	<i>Menstrual Distress Questionnaire</i>
MSQ	<i>Menstrual Symptom Questionnaire</i>
NSAID	<i>Nonsteroidal anti-inflammatory drugs</i>
PMDD	<i>Premenstrual Dysphoric Disorder</i>
PMS	<i>Premenstrual Syndrome</i>
PMTS-SR	<i>Premenstrual Tension Syndrome Rating Scale</i>
PMTS-O	<i>Premenstrual Tension Syndrome Observer Rating Scale</i>
POMC	<i>Proopiomelanocortin</i>
PSS	<i>Perceived Stress Scale</i>
SAM	<i>Stress Appraisal Measure</i>
STAI	<i>State-Trait Anxiety inventory</i>
VAS	<i>Visual Analogue Scale</i>
WHO	<i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Persetujuan Responden	55
Lampiran 2: Lembar Persetujuan Responden	56
Lampiran 3: Kuisisioner DASS-21	57
Lampiran 4: Kuisisioner MDQ	60
Lampiran 5: Daftar Riwayat Hidup.....	65
Lampiran 6: Surat Izin Penelitian	66
Lampiran 7: Dokumentasi Penelitian.....	68