

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT
NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI OLAHRAGA**

SKRIPSI



**OLEH :
Mutiara Citra Raya
NRP : 9103015037**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2019**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT
NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI OLAAHRAGA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



OLEH :
Mutiara Citra Raya
NRP : 9103015037

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2019**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya :

Nama : Mutiara Citra Raya

NRP : 9103015037

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul :

"Hubungan Tingkat Stres Dengan Derajat Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri Di SMA Negeri Olahraga"

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri, apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat atau manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak yang terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh dan penuh kesadaran.

Surabaya, Juni 2019

Yang membuat pernyataan,



Mutiara Citra Raya

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT NYERI *DISMENORE*
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI OLAHRAGA

OLEH :
Mutiar Citra Raya
NRP: 9103015037

Pembimbing Utama: Linda Juwita, S.Kep.,Ns., M.Kep



Pembimbing Pendamping: Dewi Andriani, S.Kep., Ns., M.Kes



Surabaya, Juni 2019

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Mutiara Citra Raya
NRP : 9103015037

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya :

Judul :

Hubungan Tingkat Stres Dengan Derajat Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri Di Sma Negeri Olahraga

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, Juni 2019



Mutiara Citra Raya

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI OLAHRAGA

Skripsi yang ditulis oleh Mutiara Citra Raya NRP 9103015037 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 24 Juni 2019 telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

- | | | |
|---------------|--|---|
| 1. Ketua | : Yesiana Dwi W. Werdani, S.Kep.,Ns., M.Kep (.....) |  |
| 2. Sekretaris | : M.T. Arie L., S.Kep.,Ns., M.Ke.,Sp.Kep.M.B (.....) |  |
| 3. Anggota | : Linda Juwita, S.Kep.,Ns., M.Kep (.....) |  |
| 4. Anggota | : Dewi Andriani, S.Kep.,Ns., M.Kes (.....) |  |

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keperawatan



Dr. dr. B. Handoko Daeng., Sp.,K(K)

NIP. 911.06.08.0624

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk bapak, mama, dan kakak saya
serta teman-teman seperjuangan dan orang-orang yang telah
memberikan support kepada saya.

HALAMAN MOTTO

"If it doesn't challenge you, it won't change you."

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat Rahmat dan Karunia-Nya yang senantiasa menyertai penulis selama pengerjaan laporan skripsi yang berjudul “HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI OLAHRAGA” dapat terselesaikan. Laporan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program Strata-1 di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Terselesaikannya laporan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis menghaturkan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, dorongan dan semangat dalam penyusunan laporan skripsi ini hingga selesai, terutama kepada yang saya hormati :

1. Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ.(K) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan fasilitas kepada penulis dalam proses pengerjaan laporan skripsi.
2. Ibu Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan saran dan nasehat serta meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran dalam membimbing, mengarahkan serta memberikan petunjuk dan motivasi yang berharga dari sejak awal hingga akhir penyusunan laporan skripsi ini.
3. Ibu Dewi Andriani., S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing pendamping yang juga telah menyediakan waktu, pikiran, dan penuh kesabaran dalam

memberikan pengarahan serta masukan kepada penulis dalam menyusun laporan skripsi ini.

4. Seluruh dosen pengajar beserta staff Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang menunjang penulis dalam menyusun laporan skripsi ini.
5. Bapak, Mama dan Kakak yang tiada henti memberikan dukungan, doa, nasihat, semangat dan motivasi atas keluh dan kesah yang telah tercurah selama ini sehingga penulis mampu menyelesaikan laporan skripsi ini.
6. Teman-teman dari Asrama Putri yang senantiasa selalu memberikan masukan, support serta semangat kepada saya serta kepada teman Elin Lekatompessy dan Desy Wahyuning Puspita Sari yang selalu membantu dan mensupport saya dalam pengerjaan laporan skripsi ini.
7. Teman-teman Fakultas Keperawatan angkatan tahun 2015 yang telah berjuang bersama dalam proses penyusunan laporan skripsi ini.
8. Kepala Sekolah, Guru dan Staff serta para siswi dari SMA Negeri Olahraga Sidoarjo yang telah senantiasa memhberikan kesempatan, waktu, dan fasilitas atas berjalannya penelitian ini.

Demikian penulis mengucapkan termakasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penulisan laporan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa laporan skripsi ini jauh dari kata sempurna yang pasti tidak luput dari kesalahan dan kekurangan. Maka dari itu penulis mengharapkan masukan, kritik, saran yang mendukung untuk kebaikan laporan skripsi ini. Semoga laporan skripsi ini dapat berguna bagi para pembaca. Terima Kasih

Surabaya, Juli 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	ivi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xv
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Stres	6
2.1.1 Definisi Stres	6
2.1.2 Faktor Penyebab Stres Pada Remaja	6
2.1.3 Klasifikasi Stres	8
2.1.4 Jenis - Jenis Stres	9
2.1.5 Tanda dan Gejala Stres	10

2.1.6	Fisiologi Stres	11
2.1.7	Respon Stres Fisiologis	12
2.1.8	Pengukuran Stres	15
2.2	Konsep <i>Dismenore</i>	16
2.2.1	Definisi <i>Dismenore</i>	16
2.2.2	Klasifikasi <i>Dismenore</i>	16
2.2.3	Faktor yang Mempengaruhi <i>Dismenore</i>	17
2.2.4	Patofisiologi <i>Dismenore</i>	19
2.2.5	Manifestasi Klinis <i>Dismenore</i>	19
2.2.6	Penatalaksanaan <i>Dismenore</i>	20
2.2.7	Pengukuran <i>Dismenore</i>	22
2.3	Konsep Remaja	23
2.3.1	Definisi Remaja	23
2.3.2	Pembagian Perkembangan Masa Remaja	23
2.3.3	Tugas Perkembangan Remaja.....	24
2.3.4	Perubahan pada Masa Remaja	26
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS		28
3.1.	Kerangka Konseptual.....	28
3.2.	Hipotesis	29
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		30
4.1	Desain Penelitian	30
4.2	Identifikasi Variabel	30
4.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	32
4.5	Kerangka Kerja Penelitian	33
4.6	Metode Pengumpulan Data.....	34
4.7	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	37
4.8	Teknik Analisa Data	39
4.9	Etika Penelitian.....	42
BAB 5 HASIL PENELITIAN		44
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian	44
5.2	Hasil Penelitian	46
BAB 6 PEMBAHASAN		54
6.1	Tingkat Stres	54
6.2	Derajat Nyeri <i>Dismenore</i>	58
6.3	Hubungan Tingkat Stres Dengan Derajat Nyeri <i>Dismenore</i> pada Remaja Putri di SMA Negeri Olahraga	59
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN		62
7.1	Kesimpulan.....	62
7.2	Saran	62
DAFTAR PUSTAKA		64
LAMPIRAN.....		71
ARTIKEL PENELITIAN HASIL PENELITIAN.....		94

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
Tabel 4.2 Kisi-Kisi Kuesioner <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS).....	36
Tabel 4.3 Kisi-Kisi Kusioner Nyeri <i>Dismenore</i>	37
Tabel 5.1 Jadwal Kegiatan Harian Siswa dan Siswi SMA Negeri Olahraga.....	45
Tabel 5.2 Tabulasi Silang Tingkat Stres Dengan Derajat Nyeri <i>Dismenore</i> Pada Remaja Di SMA Negeri Olahraga.....	52

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1. Grafik Kerangka Konseptual Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Nyeri <i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri di SMA Negeri Olahraga.....	28
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Nyeri <i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri di SMA Negeri Olahraga.....	33
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia April 2019.....	47
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas April 2019.....	47
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Cabang Olahraga April 2019.....	48
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menstruasi April 2019.....	49
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Waktu Nyeri <i>Dismenore</i> Dirasakan April 2019.....	49
Gambar 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Keluhan Saat Nyeri <i>Dismenore</i> April 2019.....	50
Gambar 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres Remaja Putri Di SMA Negeri Olahraga April 2019.....	51
Gambar 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Derajat Nyeri <i>Dismenore</i> Di SMA Negeri Olahraga April 2019.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	71
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	72
Lampiran 3. Lembar Kuesioner Data Demografi.....	73
Lampiran 4. Kuesioner <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS).....	74
Lampiran 5. Lembar Pencatatan.....	76
Lampiran 6. Kuesioner Nyeri <i>Dismenore</i>	77
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas Tingkat Stres	79
Lampiran 8. Hasil Reliabilitas Tingkat Stres	80
Lampiran 9. Hasil Uji Validitas Nyeri <i>Dismenore</i>	81
Lampiran 10. Hasil Reliabilitas Nyeri <i>Dismenore</i>	82
Lampiran 11. Hasil Uji <i>Rank Spearman</i>	83
Lampiran 12. Rekapitulasi Data Umum Penelitian	84
Lampiran 13. Rekapitulasi Nilai Kuesioner Tingkat Stres.....	86
Lampiran 14. Rekapitulasi Nilai Kuesioner Nyeri <i>Dismenore</i>	88
Lampiran 15. Surat Pengantar Permohonan Ijin Survei Awal.....	90
Lampiran 16. Surat Pengantar Ijin Survei Awal dan Penelitian Di SMA Negeri Olahraga Sidoarjo.....	91
Lampiran 17. Surat Balasan Validitas Dan Penelitian.....	92

DAFTAR ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	93
HALAMAN PERSETUJUAN.....	94
ABSTRAK.....	95
ABSTRACT.....	95
PENDAHULUAN.....	96
METODE PENELITIAN.....	97
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	98
KESIMPULAN DAN SARAN.....	104
KEPUSTAKAAN.....	105
BIODATA PENULIS.....	107

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI OLAHRAGA

Oleh : Mutiara Citra Raya

Stres merupakan salah satu penyebab utama terjadinya nyeri *dismenore* pada remaja. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat stres dengan derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasi *cross sectional*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat stres sedangkan variabel dependen ialah derajat nyeri *dismenore*. Populasi yaitu remaja putri kelas X dan XII di SMA Negeri Olahraga Sidoarjo yang sudah menstruasi. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi remaja putri yang mengalami stres dan kriteria eksklusi remaja putri mempunyai siklus menstruasi tidak teratur sejumlah 31 siswi. Alat ukur yang digunakan pada variabel tingkat stres menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) dan untuk derajat nyeri *dismenore* menggunakan kuesioner nyeri *dismenore*. Uji hipotesis menggunakan statistik korelasi *Rank Spearman*. Hasil menunjukkan bahwa nilai $p = 0,010 < \alpha$ 0,05 dengan koefisien korelasi ρ negatif (-) 0,458 yang artinya terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga dengan kekuatan hubungan cukup dan berlawanan. Pengelolaan stres yang baik dapat menurunkan tingkat stres, sehingga apabila tingkat stres tinggi, maka derajat nyeri *dismenore* rendah, begitu pula sebaliknya.

Kata Kunci : Stres, Nyeri *Dismenore*, Remaja

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN STRESS LEVEL AND DEGREE OF DYSMENORRHEA PAIN AMONG ADOLESCENT GIRLS IN SMA NEGERI OLAHRAGA

By : Mutiara Citra Raya

Stress is one of the main causes of dysmenorrhea in adolescents. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and the degree of dysmenorrhea pain among adolescent girls in SMA Negeri Olahraga. This study uses a cross sectional correlation research design. The independent variable in this study is the stress level while the dependent variable is the degree of dysmenorrhea pain. The population in this study were girls of class X and XII in SMA Negeri Olahraga Sidoarjo who had menstruated. The sample was selected using a purposive sampling technique with the inclusion criteria for the girls were experiencing stress and the exclusion criteria for the girls who having an irregular menstrual cycle and got 31 female students. The measuring instrument of stress level using a Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire and for the degree of dysmenorrhea pain using a Dysmenorrhea Pain questionnaire. Hypothesis testing used Spearman Rank correlation statistics. The results showed that the value of $p = 0.010 < 0.05$ with a correlation coefficient ρ negative (-) 0.458 which means that there was a significant relationship between stress levels and the degree of dysmenorrhea pain among adolescent girls in SMA Negeri Olahraga with sufficient and opposite relationship strength. Good management of stress can reduce stress levels, so when the stress levels are high, the degree of dysmenorrhea pain is low, and vice versa.

Keywords : *Stress, Dysmenorrhea Pain, Adolescence Girls*