

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTERI DI
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN KESEHATAN BALI
DEWATA KECAMATAN DENPASAR UTARA**



Oleh :

KADEK PRAMESTI DWI CANDRIKA

NIM. P07124221005

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTERI DI
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN KESEHATAN BALI
DEWATA KECAMATAN DENPASAR UTARA**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

Oleh :

KADEK PRAMESTI DWI CANDRIKA

NIM. P07124221005

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTERI DI
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN KESEHATAN BALI
DEWATA KECAMATAN DENPASAR UTARA**

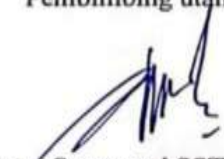
Oleh:

KADEK PRAMESTI DWI CANDRIKA

NIM. P07124221005

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing utama :


Ni Ketut Somoyani SST., M.Biomed
NIP : 196904211989032001

Pembimbing Pendamping :


Gusti Ayu Tirtawati, S.SiT.M.Kes
NIP : 197406152006042001

MENGETAHUI :

**KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**


Ni Ketut Somoyani SST., M.Biomed
NIP : 196904211989032001

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTERI DI
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN KESEHATAN BALI
DEWATA KECAMATAN DENPASAR UTARA**

Oleh
KADEK PRAMESTI DWI CANDRIKA
NIM. P07124221005

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI PADA :

HARI : Jumat

TANGGAL : 09 Mei 2025

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|--------------|---|
| 1. <u>Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners</u> | (Ketua) |  |
| 2. <u>Ni Ketut Somoyani SST., M.Biomed</u> | (Sekretaris) |  |
| 3. <u>Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T., MPH</u> | (Anggota) |  |

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR


Ni Ketut Somoyani SST., M.Biomed
NP : 196904211989032001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kadek Pramesti Dwi Candrika
NIM : P07124221005
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2025
Alamat : Banjar Kalibukbuk, Desa Kalibukbuk, Kecamatan
Buleleng, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMK Kesehatan Bali Dewata Kecamatan Denpasar Utara adalah benar **karya sendiri atau bukan hasil plagiat karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 15 April 2025


Pernyataan

Kadek Pramesti Dwi Candrika

***The Relationship Between Anxiety Levels and Menstrual Cycle
Among Female Adolescents at Bali Dewata Health Vocational High
School, North Denpasar District***

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period marked by significant physical, emotional, and psychological changes, during which anxiety disorders may arise and potentially disrupt hormonal balance, thereby affecting the menstrual cycle. This study aims to determine the relationship between anxiety levels and the menstrual cycle among female adolescents at Bali Dewata Health Vocational High School in North Denpasar District. This research used a correlational analytic design with a cross-sectional approach. A total of 90 respondents were selected through purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. Data collection instruments included the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) to measure anxiety levels and a Guttman scale questionnaire to assess menstrual cycle patterns. The results showed that the majority of respondents experienced varying levels of anxiety, with the highest proportion in the "no anxiety" category (45.6%). Additionally, most participants experienced changes in their menstrual cycle, with "moderate changes" being the most reported (42.2%). The Spearman Rho correlation test revealed a significant and positive relationship between anxiety levels and menstrual cycle changes ($p\text{-value} < 0.05$), indicating that higher anxiety levels are associated with greater menstrual irregularities. Based on these findings, it is recommended that female adolescents receive education on the importance of mental health and support from schools and families to foster an environment that promotes psychological and reproductive well-being.

Keywords: Anxiety, Menstrual Cycle, Female Adolescents

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTERI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN KESEHATAN BALI DEWATA KECAMATAN DENPASAR UTARA

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode transisi yang rentan terhadap perubahan fisik, emosional, dan psikologis, termasuk gangguan kecemasan yang dapat memengaruhi keseimbangan hormonal dan berdampak pada siklus menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Kesehatan Bali Dewata, Kecamatan Denpasar Utara. Penelitian menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 90 responden yang dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk mengukur tingkat kecemasan dan kuesioner siklus menstruasi skala Guttman. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berada pada kategori tidak cemas (45,6%) dan mayoritas mengalami perubahan siklus menstruasi dalam kategori cukup ada perubahan (42,2%). Uji korelasi *Spearman Rho* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi ($p\text{-value} < 0,05$). Semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin besar kemungkinan terjadi gangguan pada siklus menstruasi. Hasil ini menunjukkan pentingnya edukasi mengenai kesehatan mental dan dukungan dari sekolah serta keluarga untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan psikologis dan reproduksi remaja.

Kata Kunci: Kecemasan, Siklus Menstruasi, Remaja Putri

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTERI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN KESEHATAN BALI DEWATA KECAMATAN DENPASAR UTARA

Oleh : Kadek Pramesti Dwi Candrika (P07124221005)

Latar belakang penelitian ini berangkat dari banyaknya remaja putri yang mengalami gangguan siklus menstruasi seperti polimenorea, oligomenorea, hingga amenorea, yang diduga berkaitan dengan tingginya tingkat kecemasan akibat tekanan akademik, sosial, maupun emosional selama masa pubertas. Kecemasan secara fisiologis dapat mengganggu kerja hipotalamus dan hipofisis, sehingga memengaruhi sekresi hormon FSH, LH, estrogen, dan progesteron, yang berperan penting dalam mengatur siklus menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Kesehatan Bali Dewata, Kecamatan Denpasar Utara.

Penelitian ini mencakup definisi dan aspek psikologis kecemasan, faktor-faktor penyebabnya seperti usia, jenis kelamin, dukungan sosial, serta pengaruh kecemasan terhadap siklus menstruasi yang normalnya berlangsung 21–35 hari.

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional, melibatkan 90 responden yang dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner HARS dan kuesioner siklus menstruasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami kecemasan dalam berbagai tingkatan, dengan 45,6% tidak cemas, dan sisanya mengalami kecemasan ringan hingga sangat berat. Dalam hal perubahan siklus menstruasi, 42,2% responden mengalami cukup ada perubahan, diikuti oleh kategori sedikit, banyak, dan sangat banyak perubahan. Uji Spearman Rho menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dan positif antara tingkat kecemasan dan perubahan siklus menstruasi ($p\text{-value} < 0,05$), artinya semakin tinggi kecemasan, semakin besar kemungkinan gangguan siklus menstruasi terjadi.

Berdasarkan penelitian ini, penulis menyarankan agar remaja putri lebih memperhatikan kondisi psikologisnya, belajar mengelola stres dan kecemasan dengan cara yang sehat seperti mengikuti kegiatan relaksasi, olahraga, atau konseling. Sekolah disarankan untuk mengadakan edukasi berkala mengenai kesehatan mental dan reproduksi, sementara institusi pendidikan dan pihak terkait diharapkan menjadikan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam merancang program promotif dan preventif yang dapat membantu remaja menjaga keseimbangan psikologis dan reproduktif secara holistik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat dan Rahmat-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Puteri Di Sekolah Menengah Kejuruan Kesehatan Bali Dewata Kecamatan Denpasar Utara”** ini dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini tentunya tidak dapat diselesaikan dengan baik tanpa adanya bimbingan, bantuan, serta dukungan dari banyak pihak. Untuk itu tidak lupa juga peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran pembuatan penelitian ini, yakni yang terhormat :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners., M.Kes sebagai Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
2. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar serta pembimbing utama peneliti yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama menempuh pendidikan.
3. Ni Wayan Armini, SST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan selama menempuh Pendidikan.
4. Gusti Ayu Tirtawati, S.SiT,M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
5. Kepada pihak SMK Kesehatan Bali Dewata Denpasar yang sudah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.

6. Semua dosen dan staff kependidikan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan ilmu yang digunakan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada Bapak Gede Agus Tranjaya dan Ibu Ni Luh Lasning selaku orang tua terkasih peneliti yang senantiasa memberikan dukungan penuh terhadap peneliti selama peneliti menempuh Pendidikan.
8. Kepada saudara kandung peneliti Gitari Paramita, Bayu Tranjaya, dan Erlangga Tranjaya yang telah ikut mendukung peneliti dalam menempuh Pendidikan.
9. Kepada seluruh teman-teman seperjuangan peneliti yang sudah bertahan hingga akhir dari awal menempuh Pendidikan.

Demikian skripsi ini dibuat sebagai syarat dalam menyelesaikan tugas akhir perkuliahan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan. Peneliti menyadari bahwa penulisan penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu demi menyempurnakan penulisan laporan ini peneliti mengharapkan saran, tanggapan yang membangun dari berbagai pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih

Denpasar, Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Remaja Puteri	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Tingkat Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
C. Konsep Menstruasi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III KERANGKA KONSEP.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka Konsep Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Variabel Dan Definisi Operasional Variabel.....	Error! Bookmark not defined.
C. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Alur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
F. Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional dan Variabel Penelitian.....	26
Tabel 2 Koefisien Kolerasi Variabel	38
Tabel 3 Karakteristik Subjek Penelitian.....	43
Tabel 4 Gambaran Tingkat Kecemasan	44
Tabel 5 Gambaran Siklus Menstruasi	44
Tabel 6 Hasil Analisis Uji Korelasi <i>Spearman</i>	45

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*)
- Lampiran 2. Kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale*
- Lampiran 3. Kuesioner Siklus Menstruasi
- Lampiran 4. Data Jawaban Responden Penelitian
- Lampiran 5. Hasil Olah Data Penelitian
- Lampiran 6. Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 7. Surat Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 8. *Similarity*
- Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan Penelitian

