

**GAMBARAN TINGKAT STRESS PSIKOLOGIS DAN TINGKAT
DYSMENORRHEA PRIMER PADA MAHASISWI FISIOTERAPI S1 DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**



SKRIPSI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Program Studi Strata I
Fisioterapi Pada Fakultas Ilmu Kesehatan

Disusun Oleh :

DEA ANGGUN NABELLA KIMATA

J120140113

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI

**GAMBARAN TINGKAT STRESS PSIKOLOGIS DAN TINGKAT
DYSMENORRHEA PRIMER PADA MAHASISWI FISIOTERAPI S1 DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Sidang Skripsi

Program Studi S1 Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh :

DEA ANGGUN NABELLA KIMATA

NIM : J120140113

Telah Disetujui Oleh :

Pembimbing



Wahyuni, S.Fis., M.Kes.,

NIK : 808

HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN TINGKAT STRESS PSIKOLOGIS DAN TINGKAT
DYSMENORRHEA PRIMER PADA MAHASISWI FISIOTERAPI SI DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

OLEH:

DEA ANGGUN NABELLA KIMATA

J120140113

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Kamis, 05 April 2018
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Wahyuni, S.Fis., M.Kes.
(Ketua Dewan Penguji)
2. dr. Siti Soekiswati, M.HKes.
(Anggota I Dewan Penguji)
3. Isnaini Herawati, S.Fis., M.Sc.
(Anggota II Dewan Penguji)

Mengetahui,
Dekan FIK UMS



Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes.

NIK/NIDN. 786/06-1711-7301

PERNYATAAN

Nama : Dea Anggun Nabella Kimata
NIM : J120140113
Fakultas/ Jurusan : FIK/ Fisioterapi
Judul : Gambaran Tingkat Stress Psikologis dan Tingkat
Dysmenorrhea Primer pada Mahasiswi Fisioterapi
S1 di Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan pendidikan lainnya, kecuali dalam bentuk kutipan-kutipan dan ringkasan-ringkasan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surakarta, 28 Maret 2018

Yang menyatakan



Dea Anggun Nabella Kimata

J120140113

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan, kesehatan dan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini

Terimakasih saya persembahkan untuk kedua orang tua saya, Papa saya Mulyadi, Mama saya Muntamah, Kakak saya Bayu Angga Medica Firmanda, Adik saya Ilham Fikri Dhima Pamungkas, dan seluruh keluargayang selalu memberi motivasi dan doa yang tiada henti

Terimakasih tak terhingga untuk dosen-dosenku, terutama Ibu Wahyuni sebagai dosen pembimbing yang tak pernah lelah dan selalu memberi bimbingan dan arahan dan semangat

Terimakasih untuk Desta Rifky Aldara untuk selalu ada membantuku, menemaniku, memotivasiku, menyemangatiku, dan yang selalu meyakinkanku

Terimakasih juga untuk sahabat-sahabatku Afi, Pipit, Ratna, Gista, Dwi, Nia, Cili serta geng CHP yang saling memberikan semangat dan motivasi selama ini

Tak lupa juga teman-teman Fisioterapi angkatan 2014 yang selalu membantu, berbagi keceriaan dan melewati setiap suka duka selama 4 tahun ini, terimakasih telah menjadi penyemangat dan pemberi inspirasi untukku

MOTTO

Keberhasilan adalah kemampuan untuk melewati dan mengatasi dari satu kegagalan ke kegagalan berikutnya tanpa kehilangan semangat. (Winston Churchill)

Hidup kadang memang rumit, ada masalah yang datang menuntut untuk segera diselesaikan, ada ujian yang hadirnya menguras banyak pikiran, tetapi seberat apapun itu kita harus tetap bertahan, dan yakin bahwa semuanya akan indah pada waktunya (Kataberkisah)

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya, dan tidak ada perlindungan mereka selain-Nya”. (Al-Qur'an QS 13 : 11)

Masa depan tergantung apa yang kamu lakukan hari ini (Mahatma Ghandi)

Kita tidak akan mampu mengubah apapun jika kita tidak mengubah cara pikir kita (Santosh Kalwar)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis penatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“GAMBARAN TINGKAT STRESS PSIKOLOGIS DAN TINGKAT *DYSMENORRHEA PRIMER* PADA MAHASISWI FISIOTERAPI S1 DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar sarjana Fisioterapi pada program studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis dengan rasa hormat menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Sofyan Anif, M.Si., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Isnaini Herawati, S.Fis., MSc., selaku Kaprodi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Wahyuni S.Fis., M.Kes., selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Dr. Siti Soekiswati, M.H., selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan saran yang membangun untuk perbaikan skripsi ini.
6. Ibu Isnaini Herawati, S.Fis., M.Sc., selaku penguji II yang telah memberikan saran dan nasihat agar skripsi ini menjadi lebih baik lagi.
7. Kedua orangtua penulis yang tidak pernah lelah memberikan doa, dukungan, serta semangat kepada penulis.
8. Rekan-rekan mahasiswi Fisioterapi 2014 yang telah memberikan partisipasi untuk menjadi responden penelitian penulis.
9. Teman-teman mahasiswa Fisioterapi 2014 terutama kelas C yang selalu memberikan keceriaan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah memberikan bantuannya selama ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih belum sempurna, baik dari segi materi maupun tata cara penulisannya. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun demi perbaikan penulisan skripsi ini.

Surakarta, 26 Maret 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	5
A. Tinjauan Pustaka	5
B. Kerangka Teori	6

1. Stress Psikologis	6
a. Definisi Stress	6
b. Gejala Stress.....	6
c. Hormon yang Timbul Saat Stress.....	7
2. Menstruasi	8
a. Definisi Menstruasi	8
b. Proses Menstruasi	8
3. <i>Dysmenorrhea</i>	10
a. Definisi <i>Dysmenorrhea</i>	10
b. Jenis <i>Dysmenorrhea</i>	10
c. Faktor yang Mempengaruhi <i>Dysmenorrhea</i>	11
C. Kerangka Berpikir	13
D. Kerangka Konsep	14
E. Hipotesis	14
BAB III METODE PENELITIAN	15
A. Jenis Penelitian.....	15
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	15
C. Populasi dan Sampel	15
D. Variabel	16
E. Definisi Operasional	17
1. <i>Dysmenorrhea Primer</i>	17
2. Tingkat Stress.....	17
F. Jalannya Penelitian.....	18

G. Alat Pengumpulan Data	19
H. Teknik Analisis Data.....	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	21
A. Hasil Penelitian	21
1. Gambaran Umum Penelitian.....	21
2. Karakteristik Responden.....	21
3. Hasil Penelitian	22
a. Tingkat Stress	22
b. Derajat <i>Dysmenorrhea Primer</i>	23
B. Pembahasan.....	23
1. Tingkat Stress.....	23
2. Derajat <i>Dysmenorrhea Primer</i>	24
3. Tingkat Stress dengan Terjadinya <i>Dysemenorrhea Primer</i>	26
C. Keterbatasan Penelitian	27
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	28
A. Kesimpulan	28
B. Saran.....	28

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Daftar Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	13
Daftar Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	14
Daftar Gambar 3.1 Skala NRS.....	17

DAFTAR TABEL

	Halaman
Daftar Tabel 3.1 Tingkat Stress	18
Daftar Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	21
Daftar Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Stress	22
Daftar Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat <i>Dysmenorrhea</i> <i>Primer</i>	23

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Hasil Uji Validitas
- Lampiran 2 Lembar Uji Reabilitas
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 4 Lembar Kuesioner DASS 42 Yang Telah Dimodifikasi
- Lampiran 5 Lembar Pengukuran *Numerical Rating Scale* (NRS)
- Lampiran 6 Lembar Hasil Pengukuran Tingkat Stress dan *Dysmenorrhea*
- Lampiran 7 Lembar Permohonon Ijin *Ethical Clearance*
- Lampiran 8 Lembar *Ethical Clearance*

ABSTRAK

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, MARET 2018

DEA ANGGUN N.K / J120140113

“GAMBARAN TINGKAT STRESS PSIKOLOGIS DAN TINGKAT
DYSMENORRHEA PRIMER PADA MAHASISWI FISIOTERAPI S1 DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA”

(Dibimbing oleh : Wahyuni, S.Fis., M.Kes.)

Latar Belakang: Masa remaja diawali dengan perubahan biologis salah satunya adalah mengalami menstruasi. Pengalaman menstruasi setiap orang berbeda-beda, tidak sedikit yang mengalami menstruasi disertai dengan keluhan nyeri yang hebat. Hal ini disebut dengan *dysmenorrhea*. Salah satu penyebab *dysmenorrhea* adalah faktor psikis, yaitu dapat berupa stress.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stress psikologis dan tingkat *dysmenorrhea primer* pada mahasiswa fisioterapi S1 di Universitas Muhammadiyah Surakarta

Metode: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional dengan menggunakan deskriptif analitik. Desain penelitian ini adalah *cross sectional*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur stress adalah *Depression Anxiety Stress Scales 42* (DASS 42) yang telah dimodifikasi dan pengukuran nyeri *dysmenorrhea primer* menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Hasil: Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa dari 50 responden sebanyak 21 responden (42%) mengalami stress tingkat sedang, 14 responden mengalami stress ringan, 9 responden dengan stress berat, dan 6 responden dalam tingkatan normal. Pada derajat nyeri *dysmenorrhea primer* sebanyak 23 responden (46%) mengalami nyeri sedang. 17 responden dengan nyeri ringan, dan 10 responden dengan nyeri berat.

Kesimpulan: Semakin tinggi tingkat stress yang dialami, maka akan semakin tinggi tingkat kejadian *dysmenorrhea primer* terjadi.

Kata kunci: Stress, Mahasiswa, *Dysmenorrhea primer*

ABSTRACT

STUDY PROGRAM OF PHYSIOTHERAPY
HEALTH FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
MINITHESIS, MARCH 2018

DEA ANGGUN N.K / J120140113

“DESCRIPTION OF PSYCHOLOGICAL STRESS AND
DYSMENORRHEA PRIMER LEVEL IN FISIOTOTAPI S1 STUDENTS IN
UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SURAKARTA”

(Counseled by : Wahyuni, S.Fis., M.Kes.)

Background: Adolescence begins with biological changes one of which is experiencing menstruation. Menstrual experience of each person is different, not a few who experience menstruation accompanied by severe pain complaints. This is called dysmenorrhea. One cause of dysmenorrhea is a psychological factor, which can be a form of stress.

Purpose: This study aims to determine the description of the level of psychological stress and the level of primary dysmenorrhea in S1 physiotherapy students at the University of Muhammadiyah Surakarta

Method: This study used observational research type using descriptive analytic. The design of this study was cross sectional. The instruments used to measure stress are Depression Anxiety Stress Scales 42 (DASS 42) which has been modified and measurement of primary dysmenorrhea pain using Numeric Rating Scale (NRS).

Result: From the research, it was found that from 50 respondents, 21 respondents (42%) experienced moderate stress, 14 respondents had mild stress, 9 respondents with severe stress, and 6 respondents in normal level. In primary dysmenorrhea pain degree 23 respondents (46%) had moderate pain. 17 respondents with mild pain, and 10 respondents with severe pain.

Conclusion: The higher the level of stress experienced, the higher the incidence of primary dysmenorrhea occurs.

Keywords: Stress, Student, Primary Dysmenorrhea