

**Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Juni, 2022**

ABSTRAK

Mandira Musliana¹, Aisyah Dzil Kamalah²

Hubungan Tingkat Stress Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Kedungwuni Kabupaten Pekalongan

Latar belakang: Stress akademik adalah perasaan tertekan yang dialami siswa baik fisik serta emosionalnya dikarenakan tuntutan akademik dari guru maupun orang tuanya. Siswi yang mengalami tekanan mengakibatkan stress dimana berdampak pada kesehatannya salah satunya gangguan siklus menstruasi.

Tujuan: untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress akademik dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA N 1 Kedungwuni Kabupaten Pekalongan.

Sampel: penelitian ini melibatkan sampel siswa kelas X, XI, XII sebanyak 96 responden menggunakan teknik *accidental sampling*.

Metode: penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif menggunakan metode *cross sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner ESSA dan karakteristik tanggal menstruasi melalui *google form*.

Hasil: hasil penelitian menunjukkan tingkat stress akademik remaja putri kategori ringan sebanyak 1 (1,0%), sedang 64 (66,7%), dan berat 31 (32,3%). Siklus menstruasi remaja putri kategori normal sebanyak 58 (60,4%), polimenorea 5 (5,2%), oligomenorea 33 (34,4%). Hasil uji *Spearman's rho* diperoleh nilai *p-value* = 0,000 artinya ada hubungan antara tingkat stress akademik dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA N 1 Kedungwuni Kabupaten Pekalongan.

Simpulan: Ada hubungan antara tingkat stress akademik dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA N 1 Kedungwuni Kabupaten Pekalongan.

Saran: agar remaja dapat menjaga kesehatan seperti tidak mengalami stress yang berlebihan karena stress mengakibatkan gangguan seperti siklus menstruasi tidak teratur

Kata kunci : stress akademik, siklus menstruasi, remaja putri
Daftar Pustaka : 41 (2015-2021)

**Undergraduate Program in Nursing
Faculty of Health and Science
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Mandira Musliana¹, Aisyah Dzil Kamalah²

The Relationship Between Academic Stress Levels and Menstrual Cycles in Adolescent Girls at Sma N 1 Kedungwuni, Pekalongan Regency

Background: Academic stress is a feeling of pressure underwent by students both physically and emotionally due to academic demands from teachers and parents. Students who experience pressure cause stress which has an impact on their health, one of which is disruption of the menstrual cycle.

Objective: to determine the relationship between academic stress levels and menstrual cycles in adolescent girls at SMA N 1 Kedungwuni, Pekalongan Regency.

Sample: This study involved 96 respondents of class X, XI, XII students using accidental sampling technique.

Methods: this research is a descriptive quantitative research using cross sectional method. Data collection using the ESSA questionnaire and the characteristics of the menstrual date through google form.

Results: The results showed that the level of academic stress for adolescent girls was 1 (1.0%), moderate 64 (66.7%), and heavy 31 (32.3%). The menstrual cycle of adolescent girls in the normal category was 58 (60.4%), polymenorrhea 5 (5.2%), oligomenorrhea 33 (34.4%). The results of the Spearman's rho test obtained a p-value = 0.000, meaning that there is a relationship between the level of academic stress and the menstrual cycle in adolescent girls at SMA N 1 Kedungwuni, Pekalongan Regency.

Conclusion: There is a relationship between the level of academic stress and the menstrual cycle in adolescent girls at SMA N 1 Kedungwuni, Pekalongan Regency.

Suggestion: so that teenagers can maintain health such as not experiencing excessive stress because stress causes disturbances such as irregular menstrual cycles.

Keywords: *academic stress, adolescent girls, menstrual cycle*

Bibliography: 41 (2015-2021)