

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN GANGGUAN MENSTRUASI PADA
MAHASISWI SEMESTER AWAL PRODI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNDIP: TINJAUAN TERHADAP STRESOR, TINGKAT STRES, POLA TIDUR, AKTIVITAS
FISIK, STATUS GIZI, DAN KONSUMSI OBAT.**

**CHERYL JANET DAMERIA SITUMORANG-25000121140289
2025-SKRIPSI**

Mahasiswa semester awal Fakultas Kedokteran merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akademik akibat tuntutan pembelajaran yang padat, perubahan sistem belajar, dan tekanan adaptasi lingkungan baru. Stres akademik yang terjadi secara berkelanjutan dapat memengaruhi keseimbangan hormon reproduksi dan berisiko menimbulkan gangguan menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara stres akademik dan gangguan menstruasi, dengan mempertimbangkan faktor stresor, tingkat stres, pola tidur, aktivitas fisik, status gizi, dan konsumsi obat. Populasi penelitian yaitu mahasiswi angkatan 2024 prodi kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang berjumlah 189. Sampel diambil menggunakan rumus lemeshow dengan teknik simple random sampling dan didapatkan sampel sebanyak 73 mahasiswi. Metode penelitian menggunakan desain cross-sectional dengan pengambilan data menggunakan kuesioner terkait gangguan menstruasi dan stres akademik menggunakan Medical Students Stressor Questionnaire (MSSQ). Analisis yang digunakan yaitu dengan analisis univariat dan bivariat (uji *chi square*). Hasil uji menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara tingkat stress akademik ($p=0,010$) dan status gizi ($p=0,026$) dengan gangguan menstruasi, serta tidak terdapat hubungan signifikan antara konsumsi obat ($p=0,869$), aktivitas fisik ($p=0,068$), pola tidur ($p=0,337$) dengan gangguan menstruasi. Selain itu, stressor yang memiliki nilai tingkat stres berat yang tinggi yaitu terkait dengan *Academic Related Stressor* (ARS) sebesar 71,2%. Penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat stres dan status gizi berhubungan dengan kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswi semester awal prodi kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Kata Kunci : stres akademik; gangguan menstruasi; pola tidur; aktivitas fisik; status gizi; mahasiswa kedokteran.