

**GAMBARAN TINGKAT STRESS REMAJA PUTRI YANG
MENGALAMI DISMENORE PRIMER DI SMPN 12
SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

ZULVA FATYAZAHRA

NIM 22020121140155

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, 2025

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA REMAJA PUTRI YANG
MENGALAMI DISMENORE PRIMER DI SMPN 12
SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

ZULVA FATYAZAHRA

NIM 22020121140155

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, 2025

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Zulva Fatyazahra
NIM : 22020121140155
Fakultas/Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Gambaran Tingkat Stress Pada Remaja Putri Yang Mengalami Dismenore di SMPN 12 Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya tulusilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih menyediakan/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), mendistribusikannya, seta menampilkan dalam bentuk soft copy untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 19 Agustus 2025
Yang Menyatakan



Zulva Fatyazahra
NIM.22020121140155

PERNYATAAN BEBAS PELAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Zulva Fatyazahra
Tempat/Tanggal Lahir : Bandung, 01 Juni 2003
Alamat Rumah : Taman Sentosa Blok EF/82 RT.28 RW.07, Pasir Sari,
Cikarang Selatan, Kab. Bekasi
No. Telp : 085924062671
Email : Zulvafatyazahra010603@gmail.com

Dengan ini menyatakan Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul "Gambaran Tingkat Stress Pada Remaja Putri Yang Mengalami Dismenore di SMPN 12 Semarang" bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 19 Agustus 2025
Yang Menyatakan



Zulva Fatyazahra
NIM.22020121140155

Lembar Persetujuan

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA PUTRI YANG MENGALAMI DISMENORE PRIMER DI SMPN 12 SEMARANG

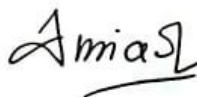
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Zulva Fatyazahra

NIM : 22020121140155

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview.

Pembimbing,

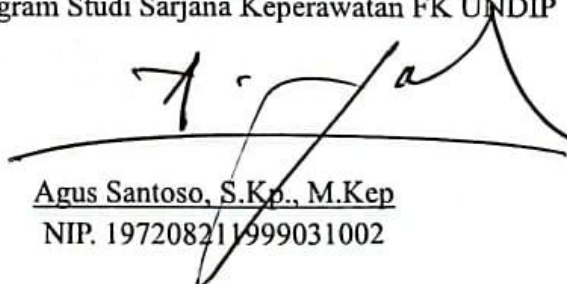


Sari Sudarmiati M.Kep.Ns.Sp.Kep.Mat

NIP. 197906122002122001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

Lembar Pengesahan

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA PUTRI YANG MENGALAMI DISMENORE PRIMER DI SMPN 12 SEMARANG

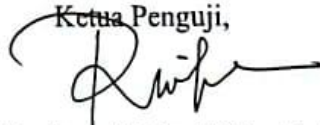
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Zulva Fatyazahra

NIM : 22020121140155

Telah diuji pada tanggal **22 Agustus 2025** dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

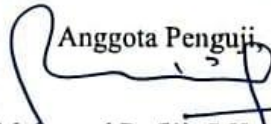
Ketua Penguji,



Ns. Nurullya Rachma, S.Kep.M.Kep.Sp.Kep.Kom

NIP. 197705232005012002

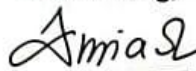
Anggota Penguji,



Ns. Muhamad Rofi'i, S.Kep., M.Kep

NIP. 197606252003121001

Pembimbing,

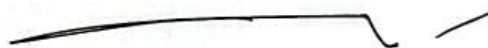


Sari Sudarmiati M.Kep.Ns.Sp.Kep.Mat

NIP. 197906122002122001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



Dr. Anggorowati, S.Kp, Ns.Sp.Kep.Mat., M.Kep

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran tuhan yang maha esa atas karunia dan rahmat-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan masukan dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini, sehingga pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Sari Sudarmiati M.Kep.Ns.Sp.Kep.Mat selaku dosen pembimbing yang dengan sabar memberikan masukan, arahan serta bimbingan dalam penulisan skripsi ini pada penulis
2. Orang tua, saudara dan keluarga besar penulis atas dukungan, motivasi dan kasih sayang yang selalu diberikan
3. Sahabat dan teman-teman dekat sebagai pendengar keluh kesah dan tempat bercerita penulis

Penulis menyadari bahwa terdapat kekurangan dalam skripsi ini, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang dapat membantu perbaikan di masa mendatang.

Semarang, Agustus 2025



Zulva Fatyazahra

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	i
PERNYATAAN BEBAS PELAGIARISME	ii
Lembar Persetujuan	iii
Lembar Pengesahan.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
ABSTRAK	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Definisi Dismenore.....	6
2.2 Klasifikasi Dismenore	6
2.3 Ciri-ciri Dismenore Primer dan Sekunder	7
2.4 Derajat Dismenore.....	8
2.5 Faktor yang Mempengaruhi Dismenore	9
2.6 Alat Untuk Mengukur Derajat Dismenore	9
2.7 Dampak Dismenore	12
2.8 Penanganan Dalam Mengurangi Dismenore	12
2.9 Definisi Stres	13
2.10 Faktor dan Dampak Stres	13
2.11 Tingkat Stres.....	14
2.12 Alat Untuk Mengukur Tingkat Stres	15
2.13 Kerangka Teori Penelitian	16
2.14 Kerangka Konsep Penelitian	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	17
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	17

3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	18
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	19
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	20
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	23
3.7	Etika Penelitian.....	26
BAB IV HASIL PENELITIAN		28
4.1	Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden	28
4.2	Distribusi Frekuensi Riwayat Derajat Dismenore yang Pernah Dialami Responden.....	29
4.3	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Remaja Selama Mengalami Dismenore	29
4.4	Gambaran Tingkat Stres Remaja selama mengalami Dismenore Berdasarkan Riwayat Derajat Dismenore	30
BAB V PEMBAHASAN		31
5.1	Tingkat Stres Yang Dialami Remaja Selama Dismenore Primer berdasarkan Riwayat Derajat Dismenore Yang dialami Remaja.....	31
5.2	Keterbatasan Peneliti Selama Pelaksanaan Penelitian.....	33
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN		34
6.1	Simpulan.....	34
6.2	Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA		37
LAMPIRAN.....		xii

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Variabel Kuisisioner WaLIDD	11
2.	Jumlah Pembagian Sampel Penelitian	18
3.	Tabel Definisi Operasional	21
4.	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di SMP Negeri 12 Semarang (n =150)	28
5.	Distribusi Frekuensi Riwayat Derajat Dismenore Siswi Kelas VII dan VIII SMP Negeri 12 Semarang (n=150)	29
6.	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden Penelitian Siswi SMP Negeri 12 Semarang Selama Mengalami Dismenore (n=150)	29
7.	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden Siswi SMP Negeri 12 Semarang berdasarkan Riwayat Derajat Dismenore (n=150)	30

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Nama Gambar	Halaman
1.	<i>Visual Analogue Scale (VAS)</i>	10
2.	Kerangka Teori Penelitian	16
3.	Kerangka Konsep Penelitian	16

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Surat Izin Penelitian dari Fakultas Kedokteran	xii
2.	Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Kota Semarang	xiii
3.	Surat Pengajuan <i>Ethical Clearence</i>	xiv
4.	Pernyataan <i>Ethical Clearence</i>	xv
5.	Lembar <i>Informed-Consent</i> Pada Orang tua/wali Murid	xvi
6.	Lembar <i>Informed-Consent</i> Pada Siswi Responden	xviii
7.	Instrumen Penelitian WaLIDD (<i>Working ability, Location, Intensity, Days of pain, Dysmenorrhea</i>)	xix
8.	Instrumen Penelitian Tingkat Stres DASS 21 (<i>Depression Anxiety Stres Scale 21</i>)	xxi
9.	Izin Penggunaan Instrumen Penelitian WaLIDD	xxii
10.	Izin Penggunaan Instrumen Penelitian DASS 21 (<i>Depression Anxiety Stres Scale 21</i>)	xxiii
11.	Hasil Uji Pelagiarisme dengan Turnitin	xxiv
12.	Data Responden	xxv
13.	Hasil Penelitian	xxvi
14.	Lembar Konsultasi	xxx
15.	<i>Logbook</i> Konsultasi	xxxi

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

Agustus, 2025

ABSTRAK

Zulva Fatyazahra

Gambaran Tingkat Stres Remaja Putri Yang Mengalami Dismenore di SMPN 12 Semarang

ix + 79 Halaman + 7 Tabel + 3 Gambar + 15 Lampiran

Dismenore primer merupakan nyeri menstruasi tanpa kelainan patologis pada organ reproduksi yang umum dialami remaja putri dan dapat mempengaruhi aktivitas harian serta menimbulkan stres. Stres yang terjadi selama dismenore dapat memperburuk kontraksi uterus melalui peningkatan hormon adrenalin dan estrogen, sehingga nyeri menjadi lebih berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada remaja putri yang mengalami dismenore di SMPN 12 Semarang. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif deskriptif dan menggunakan teknik total sampling. Sampel penelitian berjumlah 150 siswi kelas VII dan VIII SMP N 12 Semarang yang memenuhi kriteria inklusi dan telah lulus proses skrining menggunakan kuisioner WaLIDD untuk memastikan riwayat dismenore, yang kemudian tingkat stresnya selama mengalami dismenore menggunakan kuisioner DASS-21. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami tingkat stres normal 95 (63,3%), diikuti stress ringan sebanyak 27 (18%) responden, stres sedang sebanyak 20 (13,3%) responden, dan stres berat sebanyak 8 (5,3%) responden. Kemudian responden yang memiliki tingkat stres normal sebagian besar memiliki riwayat derajat dismenore ringan, dilanjutkan dengan responden dengan tingkat stres ringan sebagian besar memiliki riwayat dismenore sedang, responden dengan tingkat stres sedang memiliki riwayat dismenore ringan dan sedang, serta responden dengan tingkat stress berat mayoritas memiliki riwayat dismenore ringan. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat responden memiliki berbagai tingkatan stres selama mengalami dismenore dengan berbagai tingkatan juga sehingga perlu diberikan perhatian lebih lanjut pada remaja yang mengalaminya agar tingkat stres tidak semakin meningkat. Disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk memperluas variabel yang diteliti seperti dukungan sosial sehingga dapat memberi gambaran yang lebih luas atas tingkat stress yang dialami remaja selama dismenore primer.

Kata Kunci: Tingkat Stres, Tingkat Stres, Remaja Perempuan

Daftar Pustaka: 54 (2019-2025)

Department of Nursing

Faculty of Medicine

Diponegoro University

August, 2025

Zulva Fatyazahra

Overview of Stress Level on Adolescence Who Experiencing Dysmenorrhea in SMPN 12 Semarang

x + 79 Page + 7 Tables + 3 Pictures + 15 Attachments

ABSTRACT

Primary Dysmenorrhea is menstrual pain without pathological abnormalities in the reproductive organs, commonly experienced by adolescent girls, which can interfere with daily activities and trigger stress. Stress during dysmenorrhea may worsen uterine wall contractions through increased adrenaline and estrogen hormones, leading to more severe pain. This study aimed to describe the stress levels of adolescent girls that experiencing primary dysmenorrhea at SMPN 12 Semarang. This study used descriptive quantitative design with a total sampling technique. The sample consisted of 150 female students in grades VII and VIII who met the inclusion criteria and passed the WaLIID screening to confirm the dysmenorrhea history. The respondents' stress level then measured using the DASS-21 questionnaire. The result showed that most respondents had normal stress level 95 (63,3%), followed by mild stress 27 (18%), moderate stress 20 (13,3%), and severe stress 8 (5,3%). This study shows that adolescents experienced varying levels of stress during dysmenorrhea with different degrees of severity. Most respondent with normal stress levels had mild dysmenorrhea, while moderate stress levels observed had the same amount of both the mild and moderate dysmenorrhea, also the high stress level observed majority had a mild dysmenorrhea. This study highlights the need of greater attention to adolescent with dysmenorrhea to prevent worsening the stress levels. Future studies are recommended to expand the variables, such as social support, to provide a broader understanding of stress level experience by girl adolescent during primary dysmenorrhea.

Keywords: Stress Level, Dysmenorrhea, Adolescent Girls

Reference: 54 (2019-2025)