

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI KELAS XII DI SMA
NEGERI 1 BANTUL**



**SEKAR JINGGA CITRANUARI
NIM. P07124222009**

**PROGAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI KELAS XII DI SMA
NEGERI 1 BANTUL**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan



**SEKAR JINGGA CITRANUARI
NIM. P07124222009**

**PROGAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN DISMENORE PADA
REMAJA PUTRI KELAS XII DI SMA NEGERI 1 BANTUL”

Disusun oleh:
SEKAR JINGGA CITRANUARI
NIM. P07124222009

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

15 Juni 2026



Kemenkes
Poltekkes Yogyakarta

Pembimbing Utama,

Menyetujui,

Pembimbing Pendamping

Munica Rita Hernayanti, S.Si.T., Bdn., M.Kes
NIP. 198005142002122001

Nuriana Kartika Sari, SST., MPH
NIP. 198704082010122005

Yogyakarta, 15 Juni 2026

Mengetahui

Ketua Jurusan,



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT, M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN DISMENORE PADA
REMAJA PUTRI KELAS XII DI SMA NEGERI 1 BANTUL

Disusun oleh:

SEKAR JINGGA CITRANUARI

NIM. P07124222009

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 23 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Niken Meilani, S.SiT., M.Kes
NIP. 198205302006042002

(.....)

Anggota,
Munira Rita Hernayanti, S.SiT., Bdn., M.Kes
NIP. 198005142002122001

(.....)

Anggota,
Nuriana Kartika Sari, SST., MPH
NIP. 198704082010122005

(.....)

Yogyakarta, 23 Juni 2026

Mengetahui
Ketua Jurusan,



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sekar Jingga Citranuari

NIM : P07124222009

Tanda Tangan : 

Tanggal : 15 Juni 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sekar Jingga Citranuari
NIM : P07124222009
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty- Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI KELAS XII DI SMA NEGERI 1 BANTUL

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 15 Juni 2026

Yang Menyatakan



(Sekar Jingga Citranuari)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, Penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti dalam mengikuti menyelesaikan Pendidikan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta atas kesempatan fasilitas yang diberikan selama menempuh Pendidikan di Jurusan Kebidanan.
3. Dr. Sujiyatini, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang selalu membimbing dan memberikan motivasi.
4. Munica Rita Hernayanti, S.Si.T., M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, masukan dan juga pengarahan.
5. Nuriana Kartika Sari, SST., MPH selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan pada peneliti.
6. Dr. Niken Meilani, S.Si.T., M.Kes selaku penguji yang menyempatkan waktu untuk memberikan masukan kepada peneliti.
7. Kepada kedua orang tua tercinta, Mamah Tri Winarti dan Ayah Fajar Widianoro, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga atas setiap doa yang tak pernah putus, kerja keras, pengorbanan, serta kasih sayang yang senantiasa mengiringi setiap langkah penulis. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan, tempat pulang, dan alasan terbesar bagi penulis untuk terus berjuang hingga skripsi ini selesai.
8. Kepada adik tersayang, Agatha Habib Mahardika, terima kasih atas doa, dukungan, dan semangat yang selalu diberikan. Kehadiranmu menjadi

pengingat bagi penulis untuk tidak mudah menyerah. Semoga pencapaian ini menjadi awal dari langkah kita untuk terus tumbuh, saling menguatkan, dan mewujudkan mimpi-mimpi bersama.

9. Kepada Asaka Usaida Ahmad, S.Tr.T., yang telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis selama enam tahun terakhir. Terima kasih telah menjadi rumah, tempat penulis menemukan tenang ketika dunia terasa begitu ramai. Kehadiranmu menjadi penguat di setiap langkah, menemani setiap jatuh dan bangkit, hingga penulis mampu menuntaskan skripsi ini. Semoga perjalanan panjang yang telah kita lalui bersama kelak benar-benar bermuara pada kebahagiaan yang selalu kita semogakan.
10. Kepada diri sendiri, Sekar Jingga Citranuari, terima kasih telah bertahan dan memilih untuk tidak menyerah. Skripsi ini menjadi bukti bahwa tidak ada perjuangan yang sia-sia ketika dijalani dengan ketulusan, kesabaran, dan doa. Semoga langkah yang telah ditempuh menjadi awal dari perjalanan yang lebih indah.
11. Semua pihak yang dan tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih telah berpartisipasi dalam penulisan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap kepada Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga tugas akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 11 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	halaman
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
ABSTRAK	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Pendahuluan	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan.....	8
D. Ruang Lingkup Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian.....	9
F. Keaslian Penelitian.....	12
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 14
A. Telaah Pustaka	14
B. Kerangka Teori	58
C. Kerangka Konsep	58
D. Hipotesis Penelitian.....	58
 BAB III METODE PENELITIAN	 59
A. Jenis dan Desain Penelitian	59
B. Populasi dan Sampel.....	60
C. Waktu dan Tempat Penelitian	62
D. Variabel Penelitian.....	62
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	63
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	64
G. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	65
H. Uji Validitas dan Reabilitas	70
I. Prosedur Penelitian.....	70
J. Manajemen Data dan Analisa.....	72
K. Etika Penelitian.....	77
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 80
A. Hasil.....	80
B. Pembahasan	86
C. Keterbatasan Penelitian	91

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	93
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	93
 DAFTAR PUSTAKA.....	 96
LAMPIRAN.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	12
Tabel 2. Definisi Operasional.....	63
Tabel 3. Kisi-kisi Kuesioner <i>Educational Stress Scale for Adolescents</i>	67
Tabel 4. Kisi-kisi Kuesioner <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	69
Tabel 5. Distribusi Berdasarkan Usia Menarche.....	81
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indikator Tingkat Stres Akademik.....	82
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indikator Tingkat Dismenore	83
Tabel 8. Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Dismenore	85
Tabel 9. Hasil Uji <i>Chi-Square</i> Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Dismenore	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori Patofisiologi Dismenore	58
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian	58
Gambar 3. Rancangan Desain Penelitian	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Anggaran Penelitian.....	103
Lampiran 2. Jadwal Penelitian	104
Lampiran 3. Penjelasan Sebelum Persetujuan	105
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i>	107
Lampiran 5. Instrumen Penelitian.....	108
Lampiran 6. Dokumentasi Kuesioner <i>Google Form</i>	112
Lampiran 7. Master Tabel	117
Lampiran 8. Hasil <i>Output</i> Analisis Data	127
Lampiran 9. Studi Pendahuluan	129
Lampiran 10. Surat Permohonan Izin Penelitian	130
Lampiran 11. Surat Layak Etik Penelitian	131
Lampiran 12. Surat Keterangan Selesai Penelitian	132
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	133