

**SKRIPSI**  
November 2022

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPARAHAN SINDROM  
PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWA SEMESTER I (SATU) T.A  
2021/2022 PENDIDIKAN DOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN**



**Oleh:**

**Annisa Fitriah**

**C011191212**

**Pembimbing:**

**dr. Hasan Nyambe, M.Med.Ed, Sp.P**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**2022**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPARAHAN SINDROM  
PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWA SEMESTER I (SATU) T.A  
2021/2022 PENDIDIKAN DOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**Diajukan Kepada Universitas Hasanuddin  
Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat  
Mencapai Gelar Sarjana Kedokteran**

**Annisa Fitriah**

**C011191212**

**Pembimbing:**

**dr. Hasan Nyambe, M.Med.Ed, Sp.P**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**2022**

## HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui untuk dibacakan pada seminar hasil di bagian Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dengan judul :

**"HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPARAHAN SINDROM PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWA SEMESTER I (SATU) T.A 2021/2022 PENDIDIKAN DOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN"**


Hari/tanggal : Senin, 12 Desember 2022

Waktu : 13.00 WITA

Tempat : Dept. Anatomi FK Unhas dan Via Zoom

Makassar, 12 Desember 2022

Pembimbing

  
dr. Hasan Nyambe, M.Med. Ed. Sp.P

**BAGIAN ANATOMI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**MAKASSAR**

TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK

Judul Skripsi :

**\*HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPARAHAN SINDROM  
PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWA SEMESTER I (SATU) T.A  
2021/2022 PENDIDIKAN DOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN\***

Makassar, 12 Desember 2022

Pembimbing

**dr. Hasan Nyambe, M.Med.Ed., Sp.P**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

"HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPARAHAN SINDROM  
PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWA SEMESTER I (SATU) T.A 2021/2022  
PENYIDIKAN INOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
HASANUDDIN"

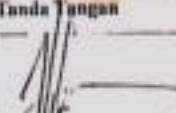

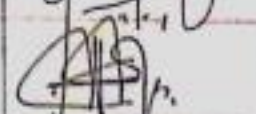
Disusun dan Diajukan Oleh

Amra Fithah

011191212

Mesyetaji

Panitia Penguji

No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	dr. Hasan Nyambe., M.Med.Ed.,Sp.P	Pembimbing	
2	dr. Muh. Iqbal Basri, M.Kes., Sp.S	Penguji 1	
3	dr. Nikmatiah Latief, Sp.Rad (K) RI, M.Kes	Penguji 2	

Mengetahui

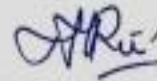
Wakil Dekan  
Bidang Akademik dan Kemahasiswaan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin



Dr. dr. Agus Salim Bahari, M.Clin.Med.,  
Ph.D., Sp.BK(K)

NIP. 196700821 199903 1 001

Ketua Program Studi  
Sarjana Kedokteran  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin



dr. Ririn Nislawati, M.Kes., Sp.M

NIP. 19810118 200912 2 0003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

"HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPARAHAN SINDROM  
PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWA SEMESTER I (SATU) T.A 2021/2022  
PENDIDIKAN DOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS

HASANUDDIN"


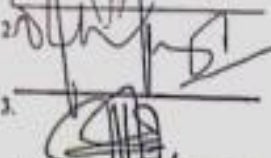

Disusun dan Diajukan Oleh

Annisa Fitriah

C011191212

Menyetujui

Panel Penguji

No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	dr. Hasan Nyamhe, M.Med.Ed. Sp.P	Pembimbing 1	1. 
2	dr. Muh Iqbal Basri, M.Kes., Sp.S	Penguji 1	2. 
3	dr. Nikmatiah Latief, Sp.Rad (K) RI., M.Kes	Penguji 2	3. 

Mengetahui

Wakil Dekan  
Bidang Akademik dan Kemahasiswaan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin



Dr. dr. Apussalam Bukhari, M.Clin.Med.,  
Ph.D., Sp.GK(K)

NIP. 196700821 199903 1 001

Ketua Program Studi  
Sarjana Kedokteran  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin



dr. Ririn Nislawati, M.Kes., Sp.M

NIP. 19810118 200912 2 0003

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Annisa Fitriah

NIM : C011191212

Program Studi : Pendidikan Dokter Umum

Dengan ini menyatakan bahwa seluruh skripsi ini adalah hasil karya saya. Apabila ada kutipan atau pemakaian dari hasil karya orang lain berupa tulisan, data, gambar, atau ilustrasi baik yang telah dipublikasi atau belum dipublikasi, telah direferensi sesuai dengan ketentuan akademis.

Saya menyadari plagiarisme adalah kejahatan akademik, dan melakukannya akan menyebabkan sanksi yang berat berupa pembatalan skripsi dan sanksi akademik yang lain.

Makassar,

Yang menyatakan,



Annisa Fitriah

NIM C011191212

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis masih diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Keperahan Sindrom Premenstruasi Pada Mahasiswa Semester I (Satu) T.A 2021/2022 Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin”.

Dalam penulisan skripsi ini tentu terdapat banyak kesulitan, namun berkat bimbingan dan bantuan yang tidak henti-hentinya diberikan kepada tim penulis dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. *Allah Subhanahu wa ta'ala.*, Tuhan yang telah memberikan kekuatan kepada penulis.

2. *Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam*, sebaik-baik panutan bagi umatnya.

3. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. 4. Wakil Dekan I, Wakil Dekan II, dan Wakil Dekan III Universitas Hasanuddin Makassar.

5. dr. Hasan Nyambe, M.Med.Ed., Sp.P selaku pembimbing penulis yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Kedua orang tua penulis, Ibu D.R. Zuhriah S.S.,M.Hum dan Bapak Syekh Syafri S.E., serta keluarga besar penulis yang tak henti-hentinya mendukung dan mendoakan agar penyusunan karya ini terselesaikan dengan baik.

7. Teman-teman angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin yang telah membantu penulis dalam kesediannya menjadi responden dan berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

8. Dan semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Menyadari ketidaksempurnaan dan keterbatasan yang ada, penulis mengharapkan kritik dan saran, guna perbaikan kedepannya. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pembaca dan mendapatkan ridha dari Allah SWT.

Makassar, 17 November 2022



Penulis



SKRIPSI  
FAKULTAS KEDOKTERAN, UNIVERSITAS HASANUDDIN  
NOVEMBER 2022

Annisa Fitriah (C011191212)  
dr. Hasan Nyambe, M.Med.ed., Sp.P

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPARAHAN SINDROM  
PRAMENSTRUASI PADA MAHASISWA SEMESTER I (SATU) T.A  
2021/2022 PENDIDIKAN DOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang** : Sindrom pramenstruasi adalah salah satu gejala yang paling sering dilaporkan pada wanita usia subur di seluruh dunia, dan lebih dari 90% wanita mengalami Sindrom pramenstruasi dan 8% - 20% dari proporsinya bahkan mengalami gejala yang berat sehingga memerlukan pengobatan. Etiologi sindrom pramenstruasi tidak diketahui secara pasti, tetapi beberapa teori menyatakan bahwa permulaan dan perjalanan sindrom pramenstruasi berhubungan dengan stres. Hasil penelitian pada remaja putri di MAN 1 Metro Lampung Timur menyimpulkan bahwa terdapat hubungan stres dan obesitas dengan kejadian sindrom pramenstruasi. Mahasiswa semester I adalah subjek yang dikatakan paling mudah mengalami stres. Berbagai penelitian menyebutkan bahwa stres yang terjadi di kalangan mahasiswa kedokteran menunjukkan adanya stres yang sangat tinggi apabila dibandingkan dengan program studi lain di sektor non-medis. Selama Pandemi Covid-19 ini, stres menjadi salah satu masalah kesehatan mental yang mengalami peningkatan serta didapatkan angka stres pada mahasiswa di Indonesia selama perkuliahan jarak jauh atau daring rata-rata sebesar 55,1%.

**Metode** : Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan desain penelitian *crosssectional*. Penelitian dilakukan di program studi Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dan pengambilan data serta pengolahan data dilakukan pada bulan Februari - November tahun 2022. Sampel penelitian berjumlah 194 orang, dengan teknik pengambilan sampel berupa *Purposive Sampling*.

**Hasil** : Sebanyak 75 orang atau sebesar 96% responden mengalami stres dan sindrom pramenstruasi, kemudian dilakukan uji korelasi pearson dan didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan keparahan sindrom pramenstruasi dengan  $\text{sig} = 0,000$  ( $\text{sig} (p\text{-value}) < 0,05$ ) dengan koefisien korelasi 0.561 atau 56,1% yang artinya korelasi cukup. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan keparahan gejala sindrom

pramenstruasi pada mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin T.A 2021/2022.

**Kesimpulan** : Semakin tinggi tingkat stres menyebabkan semakin berat gejala Sindrom Pramenstruasi. Stres tidak hanya berdampak pada gangguan menstruasi seperti terjadinya sindrom pramenstruasi, tetapi juga bisa berdampak pada sistem lain di dalam tubuh. Maka dari itu, hal ini membutuhkan penelitian lanjutan.

**Keyword:** *Stres, Sindrom Pramenstruasi, Mahasiswa.*

Annisa Fitriah (C011191212)  
dr. Hasan Nyambe, M.Med.ed., Sp.P

**THE RELATION BETWEEN THE STRESS LEVEL AND THE SEVERITY OF PREMENSTRUAL SYNDROME IN THE 2021/2022 FIRST SEMESTER STUDENTS OF GENERAL MEDICAL EDUCATION OF MEDICAL FACULTY OF HASANUDDIN UNIVERSITY**

**ABSTRACT**

**Background:** Premenstrual syndrome is one of the most frequently reported symptoms for childbearing age women in the worldwide, and more than 90% of women experience premenstrual syndrome and 8% - 20% of the proportion even experience severe symptoms which require treatment. The etiology of premenstrual syndrome is not known with certainty, but several theories suggest that the onset and the course of premenstrual syndrome is related to stress. The results of the research on young women at MAN 1 Metro Lampung Timur concluded that there was a relation between stress and obesity with premenstrual syndrome. Semester I students are the subjects who are said to be the easiest to experience stress. Various studies state that the stress that occurs among medical students shows a very high stress when compared to other study programs in the non-medical sector. During the Covid-19 Pandemic, stress became one of the mental health problems that experienced an increase and the stress rate for students in Indonesia during distance or online lectures was found to be an average of 55.1%.

**Method:** This research is an analytical research with cross-sectional research design. The research was conducted at General Medical Education of Medical Faculty of Hasanuddin University and data collection and data processing were carried out in February - November 2022. The research sample consisted of 194 people, using purposive sampling technique.

**Result:** Consist of 75 people or 96% of respondents experienced stress and premenstrual syndrome, then the Pearson correlation test was carried out and it was found that there was a significant relation between the stress level and the severity of premenstrual syndrome with sig = 0.000 (sig (p-value) <0.05) with a correlation coefficient of 0.561 or 56.1%, which means that the correlation is sufficient. This shows that there is a relation between the stress level and the

severity of premenstrual syndrome symptoms in General Medical Education students at the Medicine Faculty, Hasanuddin University in 2021/2022.

**Conclusion:** The higher the stress level, the higher the symptoms of Premenstrual Syndrome can occur. Stress does not only have an impact on menstrual disorders such as the occurrence of premenstrual syndrome, but can also have an impact on other systems in the body. Therefore, this requires further research.

**Keyword:** *Stress, Pramenstrual Syndrom, Collage Student*

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
DAFTAR ISI .....	ii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang.....	3
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian .....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. Sindrom Premenstruasi .....	5
2.1.1 Definisi .....	5
2.1.2 Etiologi .....	7
2.1.3 Gejala.....	8
2.1.4 Diagnosis .....	9
2.2. Stres.....	10
2.2.1 Definisi .....	10
2.2.2 Etiologi .....	11
2.2.3 Klasifikasi Stres .....	11
2.2.4 Diagnosis .....	13
2.3. Mahasiswa .....	14
2.4. Stres, Pandemi Covid- 19, dan Mahasiswa Kedokteran .....	15
2.5. Kerangka Teori .....	17

2.6. Kerangka Konsep.....	18
2.7. Hipotesis Penelitian.....	18
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>19</b>
3.1. Desain Penelitian .....	19
3.2. Waktu dan Lokasi Penelitian .....	19
3.3. Variabel Penelitian .....	19
3.4. Definisi Operasional .....	20
3.5. Populasi dan Sampel .....	21
3.7. Manajemen Data .....	24
3.8. Etika Penelitian .....	24
3.9. Alur Penelitian .....	25
3.10. Anggaran Dana .....	25
3.11. Jadwal Penelitian .....	25
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>vi</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>

## DAFTAR GAMBAR

2.5. Kerangka Teori .....	17
2.6. Kerangka Konsep .....	18

## **DAFTAR TABEL**

3.5. Populasi dan Sampel .....	22
3.9. Alur Penelitian .....	25
3.10. Anggaran Dana .....	25
3.11. Jadwal Penelitian.....	25



## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang

Sindrom pramenstruasi adalah salah satu gejala yang paling sering dilaporkan pada wanita usia subur di seluruh dunia (Lee & Im, 2015). Menurut laporan dari WHO (World Health Organization), prevalensi dari sindrom pramenstruasi cenderung lebih rendah di beberapa negara Barat dibandingkan dengan negara-negara Asia. Hasil penelitian American College Obstetricians and Gynecologists (ACOG) di Sri Lanka tahun 2012, gejala sindrom pramenstruasi dialami sekitar 65,7 pada remaja putri. Sindrom pramenstruasi merupakan gangguan siklus yang umumnya ditandai dengan gejala fisik dan emosional yang persisten dan terjadi selama akhir fase luteal pada siklus menstruasi dan lebih dari 90% wanita mengalami Sindrom pramenstruasi dan 8% - 20% dari proporsinya bahkan mengalami gejala yang berat sehingga memerlukan pengobatan (Dia, 2019). Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri di MAN 1 Metro Lampung Timur, terdapat hubungan stress dan obesitas dengan kejadian sindrom pramenstruasi (Yoga,2015). Etiologi sindrom pramenstruasi tidak diketahui secara pasti, tetapi beberapa teori menyatakan bahwa permulaan dan perjalanan sindrom pramenstruasi berhubungan dengan stres, dan variasi kadar hormon selama siklus menstruasi menyebabkan peningkatan emosi negatif pada wanita dan dapat mempengaruhi pengaturan suasana hati dan kepekaan terhadap stres (Liu *et al.*, 2017).

Sementara itu, mahasiswa semester I adalah subjek yang dikatakan paling mudah mengalami stres. Hal ini dijelaskan oleh Santrock bahwa masa transisi dari sekolah ke perguruan tinggi adalah suatu perpindahan menuju struktur sekolah yang lebih besar, lebih impersonal, dan lebih kompleks karena mencakup interaksi dengan teman sebaya yang berasal dari latar belakang geografis dan suku yang beragam ditambah dengan tekanan untuk mencapai prestasi akademik (Retno Sari, 2018). Faktor pencetus stres lainnya menurut penulis diantaranya adalah perubahan kebiasaan belajar, proses pembelajaran, dan hubungan antara tutor atau tenaga pengajar. Berbagai penelitian menyebutkan bahwa stres yang terjadi di kalangan mahasiswa kedokteran menunjukkan adanya stres yang sangat tinggi jika dibandingkan dengan program studi di sektor non-medis. Disebutkan juga bahwa stressor yang paling besar yang terdapat pada mahasiswa kedokteran tahun pertama yaitu adaptasi dengan kurikulum yang baru, mempertahankan kompetensi diri, akomodasi, serta tinggal jauh dari rumah (Maulana, 2014). Terlebih lagi, selama pandemi Covid-19 ini, stres menjadi salah satu masalah kesehatan mental yang mengalami peningkatan serta didapatkan angka stres pada mahasiswa di Indonesia selama perkuliahan jarak jauh atau daring rata-rata sebesar 55,1%, sedangkan pada mahasiswa di luar Indonesia sebesar 66,3% (Fauziyyah, Awinda and Besral, 2021).

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan stres terhadap kejadian sindrom pada mahasiswa semester I tahun

ajaran 2021/2022 Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diungkapkan di atas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian, yaitu :

1. Berapa jumlah mahasiswa semester I tahun ajaran 2021/2022 Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin yang mengalami sindrom pramenstruasi dan stres?
2. Bagaimana hubungan tingkat stres dengan keparahan sindrom pramenstruasi pada mahasiswa semester I tahun ajaran 2021/2022 Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin?

## **1.3. Tujuan Penulisan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan stres dengan sindrom pramenstruasi pada mahasiswa semester I tahun ajaran 2021/2022 Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Menjelaskan hubungan tingkat stres dengan keparahan gejala dari sindrom pramenstruasi yang dialami mahasiswa semester I tahun ajaran 2021/2022 Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

2. Menjelaskan hubungan stres dengan sindrom pramenstruasi pada mahasiswa semester I tahun ajaran 2021/2022 Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin secara umum.

#### **1.4. Manfaat Penulisan**

##### **1. Mahasiswa**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan antara tingkat stres dengan keparahan gejala dari sindrom pramenstruasi yang cenderung dialami oleh mahasiswa semester I ataupun mahasiswa lain yang seringkali merasakan sindrom pramenstruasi, sehingga bisa mendeteksi dini secara personal dan dapat diberikan penatalaksanaan lebih awal.

##### **2. Institusi Pendidikan Kesehatan**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengembangkan penelitian kedokteran selanjutnya sehingga semakin banyak penelitian terkait sindrom pramenstruasi baik dari segi etiologi, faktor yang mempengaruhi kejadian sindrom pramenstruasi, dan cara pencegahannya.

##### **3. Peneliti**

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi penelitian awal untuk melakukan penelitian-penelitian yang lebih komprehensif.

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1. Sindrom Premenstruasi

##### 2.1.1 Definisi

Gejala ini muncul dan dipahami pada tahun 1930-an, sebagai gejala yang berasal dari ketegangan wanita dalam fase pramenstruasi. Kemudian pada tahun 1950-an diperkenalkan sindrom pramenstruasi yang mencakup gejala yang lebih luas. Bentuk parah dari sindrom pramenstruasi ini digambarkan sebagai fase *Late Luteal Dysphoric Disorder* (LLPDD) oleh American Psychiatric Association pada 1980-an (Lee & Im, 2015). Pengertian Sindrom pramenstruasi berasal dari ACOG (American College of Obstetricians and Gynecologists) bahwa seorang wanita harus memiliki setidaknya satu afektif gejala (depresi, kecemasan, lekas marah, marah, kebingungan atau penarikan sosial) dan satu gejala somatik yakni nyeri payudara, perut kembung, sakit kepala atau bengkak ekstremitas (Lee & Im, 2016). Sindrom pramenstruasi yang ditandai dengan gejala fisik, afektif, dan perilaku secara signifikan dapat mengganggu kehidupan sehari-hari wanita, termasuk pekerjaan ataupun aktivitas pribadi (Henz *et al.*, 2018). Sindrom pramenstruasi ini umumnya terjadi pada satu minggu sebelum masa pramenstruasi atau lima hari sebelum onset menstruasi, atau dapat terjadi selama fase luteal yang cenderung menghilang pada atau mendekati akhir siklus. Hal ini harus dinilai secara prospektif selama dua hingga tiga kali

siklus menstruasi berturut-turut (Henz *et al.*, 2018; Lee & Im, 2015; Lee & Im, 2016; Liu *et al.*, 2017).

### **2.1.2 Etiologi**

Etiologi dari gejala sindrom pramenstruasi lebih kompleks, sehingga membutuhkan interdisipliner kolaborasi. Berbagai penjelasan telah dikemukakan dari berbagai disiplin ilmu termasuk kedokteran dan dari berbagai penelitian bahwa terdapat faktor yang dapat mempengaruhi gejala baik memperburuk ataupun memperberat gejala dari sindrom pramenstruasi (Yoshimi, Shiina and Takeda, 2019). Hal ini dapat dikelompokkan menjadi;

#### **a. Faktor Biologis dan Endokrin**

Sindrom pramenstruasi merupakan keluaran dari interaksi antar berbagai genetik termasuk ras / etnis. Beberapa teori juga menyatakan bahwa sindrom pramenstruasi ada kaitannya terhadap variasi hormon, dimana sindrom pramenstruasi tidak disebabkan oleh konsentrasi steroid gonad yang tidak normal, tetapi lebih mungkin oleh variasi tingkat hormon seks.

Perbedaan antara wanita dengan dan tanpa gejala sindrom pramenstruasi juga dapat dijelaskan dengan peningkatan kepekaan terhadap variasi tingkat hormon seks. Namun di penelitian lain mengatakan disregulasi kadar estrogen, progesteron, androgen, dan gonadotropin, dapat terlibat dalam etiologi sindrom pramenstruasi (Liu *et al.*, 2017; Hashim *et al.*, 2019; Yoshimi, Shiina and Takeda, 2019).

#### b. Lifestyle atau Pola Hidup

Banyak penelitian telah melaporkan hubungan antara merokok dengan peningkatan gejala pramenstruasi. Perokok wanita dewasa dikatakan memiliki risiko lebih tinggi dengan gejala yang lebih parah dibandingkan non-perokok. Hal ini dapat dijelaskan oleh efek merokok terhadap disregulasi kadar estrogen, progesteron, androgen, dan gonadotropin, yang dikatakan dapat terlibat dalam etiologi sindrom pramenstruasi.

Pada wanita dewasa Pakistan, Korea, Iran, dan AS, dimana *Body Mass Index* (BMI) tinggi, lemak tubuh dan lemak viseral merupakan faktor risiko untuk prevalensi, keparahan sindrom pramenstruasi, dan ketidakteraturan menstruasi, dengan faktor makanan dianggap sebagai hal yang paling berpengaruh. Sebuah penelitian di India juga melaporkan hubungan yang signifikan antara seringnya konsumsi makanan berkalori tinggi / berlemak / gula / garam dan gejala sindrom pramenstruasi. Konsumsi harian biji-bijian berkontribusi pada perbaikan gejala sindrom pramenstruasi dan mengurangi konsumsi makanan tinggi lemak/ berkalori / gula / garam dapat dikaitkan dengan penurunan gejala sindrom pramenstruasi (Hashim *et al.*, 2019).

#### c. Stres

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa permulaan dan perjalanan sindrom pramenstruasi berhubungan dengan stres (Liu *et al.*, 2017). Tingkat stres yang dirasakan wanita sering dikutip sebagai salah satu faktor risiko utama untuk gejala pramenstruasi. Tingkat stres yang dirasakan adalah salah

satu faktor yang dapat dimodifikasi pada wanita. Bahkan, penting untuk mengakui bahwa wanita mempunyai tipe yang berbeda dalam penanganan stres dan derajat stres yang tergantung pada latar belakang budaya dan tempat mereka hidup, yang kemudian dapat mempengaruhi pengalaman gejala pramenstruasi (Yoshimi, Shiina and Takeda, 2019).

### **2.1.3 Gejala**

Gejala sindrom pramenstruasi menurut ACOG (American College of Obstetricians and Gynecologists) terbagi menjadi dua yakni gejala emosional (gejala afektif) dan gejala fisik (gejala somatik).

Gejala emosional meliputi; Depresi, sifat lekas marah, mudah menangis, kegelisahan, kebingungan, penarikan sosial, konsentrasi yang buruk, insomnia, peningkatan tidur siang, dan perubahan hasrat seksual. Kemudian gejala fisik meliputi; Perubahan rasa haus dan nafsu makan (mengidam makanan), nyeri payudara, kembung dan berat badan bertambah, sakit kepala, pembengkakan pada tangan atau kaki, sakit serta nyeri, kelelahan, masalah kulit, gejala gastrointestinal, sakit perut (ACOG,2015).

Dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Hashim dan rekan, keseluruhan gejala sindrom pramenstruasi yang paling sering dilaporkan secara berurutan adalah suasana hati tertekan, lesu / kelelahan / penurunan energy, nyeri pada otot/sendi/ perut/ punggung, perasaan marah, dan keinginan terhadap makanan tertentu. Dengan gejala fisik berat yang paling sering dilaporkan adalah nyeri otot, sendi, perut dan punggung. Gejala



psikologis parah yang paling sering dilaporkan adalah perasaan marah dan labialitas afektif. Gejala sedang yang paling sering dilaporkan adalah kelesuan / kelelahan / penurunan energi, suasana hati tertekan dan kurang minat dalam hal hal tertentu, dan perasaan marah. Gejala ringan yang paling sering dilaporkan adalah suasana hati tertekan, kesulitan berkonsentrasi, dan sakit kepala (Hashim *et al.*, 2019).

#### **2.1.4 Diagnosis**

Dalam mendiagnosis sindrom pramenstruasi, penyedia layanan kesehatan harus memastikan pola gejala. Gejala seorang wanita harus: Hadir dalam 5 hari sebelum menstruasi setidaknya pada tiga siklus menstruasi berturut-turut. Berakhir setelah 4 hari menstruasi dimulai, dan gejala yang dirasakan sampai mengganggu beberapa aktivitas normal (ACOG,2015).

Terdapat beberapa skala pengukuran berupa kuesioner untuk sindrom pramenstruasi, diantaranya;

##### **a. DRSP**

Sistem yang paling diterima dan banyak digunakan adalah *Daily Record of Severity Problems* (DRSP) yang merupakan kuesioner prospektif, penggunaan DRSP sebagai alat diagnostik untuk sindrom pramenstruasi, pasien harus mengisi kuesioner setidaknya untuk dua siklus menstruasi berturut-turut. Penggunaan DRSP ini membatasi penerapan praktis dalam perawatan sehari-hari pasien dengan gejala pramenstruasi (Henz *et al.*, 2018).

b. PMMS

*Premenstrual Syndrome Scale* (PMMS) atau skala sindrom pramenstruasi adalah kuesioner yang terdiri dari 40 pertanyaan dengan tiga sub-skala (fisiologis, psikologis dan gejala perilaku) dan memberikan derajat keparahan dari sindrom pramenstruasi. Setiap pertanyaan diberi skor dengan skala lima poin, dimana 1 sebagai "tidak pernah" dan 5 sebagai "selalu". Kemampuan PMMS untuk memprediksi perkembangan PU (validitas prediktif) telah diuji secara ekstensif. Keandalan antar penilai dilaporkan berada direntang 0,81 dan 0,97 (Padmavathi,2014).

c. sPAF

*Shortened Premenstrual Assessment Form* (sPAF) merupakan skala pengukuran untuk menilai gejala premenstrual yang merupakan versi lebih sederhana dari PAF. Pada tahun 1991, Allen et all melakukan suatu studi untuk menyederhanakan PAF sekaligus melakukan uji validitas dan realibilitas. Hasil studi tersebut menunjukkan bahwa Shortened PAF (*10-item version of the PAF*) mempunyai konsistensi internal dan reliabilitas yang tinggi. Sehingga, sPAF ini merupakan suatu instrumen untuk menilai PMS yang valid dan reliabel dimana rentang skornya 1-6 (Fenny Anggrajani, 2011; Anandari, 2018).

## **2.2. Stres**

### **2.2.1 Definisi**

Stres merupakan suatu kondisi yang mengganggu seseorang baik secara mental maupun fisik. Stres merupakan hasil dari interaksi individu

dengan lingkungan yang dianggap sebagai ancaman pada kesejahteraan individu tersebut. Stres dapat dialami dalam kehidupan sosial, akademik, ataupun pekerjaan. Stres dapat menjadi suatu sumber motivasi dan memberi dampak yang baik bagi seseorang, namun stres yang berlebih justru dapat melemahkan dan memberi dampak buruk dalam keseharian atau psikis dari orang yang mengalami stres (Rossadea, 2015).

### **2.2.2 Etiologi**

Terdapat faktor internal dan eksternal yang berperan dalam kemunculan stres. Faktor internal misalnya kondisi fisik, motivasi serta tipe kepribadian. Individu dengan kepribadian kompetitif yang sangat tinggi dan berorientasi pada pencapaian, merasa waktu selalu mendesak dan sulit untuk bekerjasama dengan orang lain yang dianggap olehnya tidak kompeten, memiliki kerentanan yang tinggi terhadap stres. Faktor eksternal dapat berasal dari stresor akademik, masalah keuangan dan keluarga. Sebagai faktor eksternal, peran orang tua dan keluarga juga turut mempengaruhi kejadian stres pada individu. Ditemukan pula keterkaitan terhadap kesulitan tidur yang dikatakan sebagai penyebab tersering terjadinya stres (Rizkia, 2017).

### **2.2.3 Klasifikasi Stres**

Berdasarkan bentuknya, stres dibagi menjadi dua yakni *distres* dan *eustres*. *Distres* merupakan bentuk stres negatif yang dapat mengganggu, merusak dan merugikan. Keadaan ini dapat muncul ketika seseorang tidak

mampu mengatasi keadaan emosinya. Adapun ciri khas individu yang mengalami *distres* yaitu, mudah marah dan tersinggung, sulit berkonsentrasi dan mengambil keputusan, pelupa, cepat bingung, suka berdiam diri, dan tidak energik. *Eustres* adalah bentuk stres yang positif, dimana keadaan stres yang sedang terjadi pada individu tersebut dapat dikelola dengan baik dan memberi manfaat serta semangat positif dalam menghadapi situasi atau mencapai sesuatu.

Menurut tingkatannya, stres diklasifikasikan menjadi stres ringan, sedang, dan berat. Stres ringan yakni tingkatan stres yang paling sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini akan membantu individu untuk menjadi lebih waspada. Respon perilaku yang didapatkan antara lain semangat kerja berlebihan, mudah lelah dan terkesan tidak bisa santai. Stres ringan tidak menimbulkan penyakit kecuali jika hal tersebut dihadapi terus menerus. Stres tingkat sedang adalah ketika individu lebih memfokuskan pada suatu hal penting saat ini serta mengesampingkan yang lain sehingga persepsi individu tersebut semakin sempit. Terdapat respon fisiologis pada tingkat stres sedang yakni keluhan pada lambung dan usus antara lain maag, buang air besar tidak teratur, ketegangan pada otot, gangguan pola tidur dan sudah mulai terjadi gangguan siklus dan pola menstruasi, dan sudah berespon pada perilaku individu misalnya, kurang cepat tanggap dalam merespon situasi, ketidakmampuan untuk melakukan kegiatan rutin sehari-hari, serta daya konsentrasi dan daya ingat menurun. Pada tingkat stress berat, persepsi individu akan sangat menurun dan perhatiannya cenderung terpusat pada hal-hal lain. Semua perilaku yang dilakukan

bertujuan untuk mengurangi stres. Stres pada tingkat ini juga mempengaruhi aspek fisiologik seperti gangguan sistem pencernaan berat, debar jantung semakin keras, sesak napas serta tubuh terasa gemetar. Terdapat respon psikologis yaitu kelelahan fisik yang semakin mendalam, timbul rasa takut, cemas yang semakin meningkat, mudah bingung dan panik (Rossadea, 2015).

Tingkatan stres dipengaruhi oleh respon seseorang terhadap stres tersebut. Permasalahan hubungan intrapersonal dan interpersonal adalah *stressor* yang paling menyebabkan stres dengan frekuensi stres sangat berat tertinggi dibandingkan *stressor* lainnya (Rizkia, 2017).

#### **2.2.4 Diagnosis**

Stres dapat diukur melalui biomarker, pelaporan sendiri, atau pelaporan diri yang dinilai oleh perawat kesehatan penyedia. Dalam pengukuran stress, telah banyak kuesioner yang umum digunakan, antara lain;

##### **a. PSS**

*Perceived Stress Scale* (PSS) adalah kuesioner dengan pertanyaan sederhana ya atau tidak tentang pengalaman stress. Metode yang paling umum berikutnya adalah kuesioner. PSS dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai koefisien Cronbach Alpha yakni sebesar 0,85 (Maulana, 2014).

##### **b. PSQ**

*Perceived Stress Questionnaire* (PSQ) terdiri dari 30 item, PSQ dikembangkan sebagai instrumen untuk menilai peristiwa dalam keseharian

dan keadaan stres yang cenderung memicu atau memperburuk gejala penyakit. Pengembang Levenstein dan rekan, melakukan evaluasi skala psikometri dan menemukan konsistensi internal mulai dari 90 hingga 0,92 dan reliabilitas tes-ulang 0,82 (Shahid *et al.*, 2011).

c. K10

Kessler Psychological Distress Scale (K10) merupakan ukuran sederhana untuk tekanan psikologis. K10 telah divalidasi dengan beragam populasi dari Australia, Afrika Selatan, Prancis, Selandia Baru, Hong Kong, dan komunitas Indian Amerika termasuk Indonesia. Hasil penelitian oleh Thach Duc Tran pada tahun 2018 di Indonesia menegaskan bahwa K-10 mempunyai 10 pertanyaan tentang keadaan emosional yang menggunakan skala 0–4 dimana total skor 0 - 9 sehat, 10 - 14 mengalami gangguan ringan, 15 - 19 mengalami gangguan sedang, dan 20 - 40 mengalami gangguan yang berat. K10 adalah ukuran klinis gejala psikologis stres yang divalidasi dengan baik yang terkenal karena kemudahan penggunaan, aksesibilitas, prediktabilitas tinggi, dan validitas faktorial dan konstruk yang tinggi. Di Indonesia sendiri sensitivitas yakni 85,7%; dan spesifisitas sebesar 74,7% (unit, 2009; Easton *et al.*, 2017; Pratiwi, 2020).

### **2.3. Mahasiswa**

Mahasiswa didefinisikan sebagai seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu dan terdaftar sedang menjalani pendidikan di salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji,2012). Mahasiswa memiliki peranan

penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional (LPMM Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2014) antara lain; mahasiswa adalah agen pembawa perubahan atau seseorang yang diharapkan dapat memberikan solusi terhadap permasalahan yang sedang terjadi di masyarakat. Mahasiswa sebagai agen perubahan dituntut untuk bersifat kritis dan melakukan suatu tindakan sebagai implementasi yang nyata. Selain itu, mahasiswa juga berperan sebagai kontrol social yakni sebagai penengah antara Pemerintah dan masyarakat.

Dan masih ada beberapa peranan dan fungsi dari Mahasiswa yang cukup menggambarkan bahwa Mahasiswa adalah salah satu sumber daya yang bertindak sebagai *role mode in life* (Mega,2016).

#### **2.4. Stres, Pandemi Covid-19, dan Mahasiswa Kedokteran**

Selama pandemi Covid-19 terjadi beberapa perubahan yang dilakukan demi memutuskan rantai penyebaran virus, dimana hal tersebut juga terjadi pada sektor pendidikan. Pembelajaran daring yang diterapkan pada mahasiswa berhubungan dengan stres yang meningkat selama pandemi Covid-19. Adanya beberapa kendala yang terjadi selama pembelajaran daring seperti penyampaian materi perkuliahan tidak sejelas perkuliahan tatap muka, jaringan internet dan jumlah kuota internet yang dimiliki diharuskan stabil dan cukup, serta praktikum dan ketrampilan klinik yang dilakukan secara daring menjadi alasan terjadinya stres akademik (Fauziyyah, Awinda and Besral, 2021). Stres akademik adalah stres yang terjadi di lingkungan pendidikan (Rizkia,2017). Berdasarkan hasil penelitian

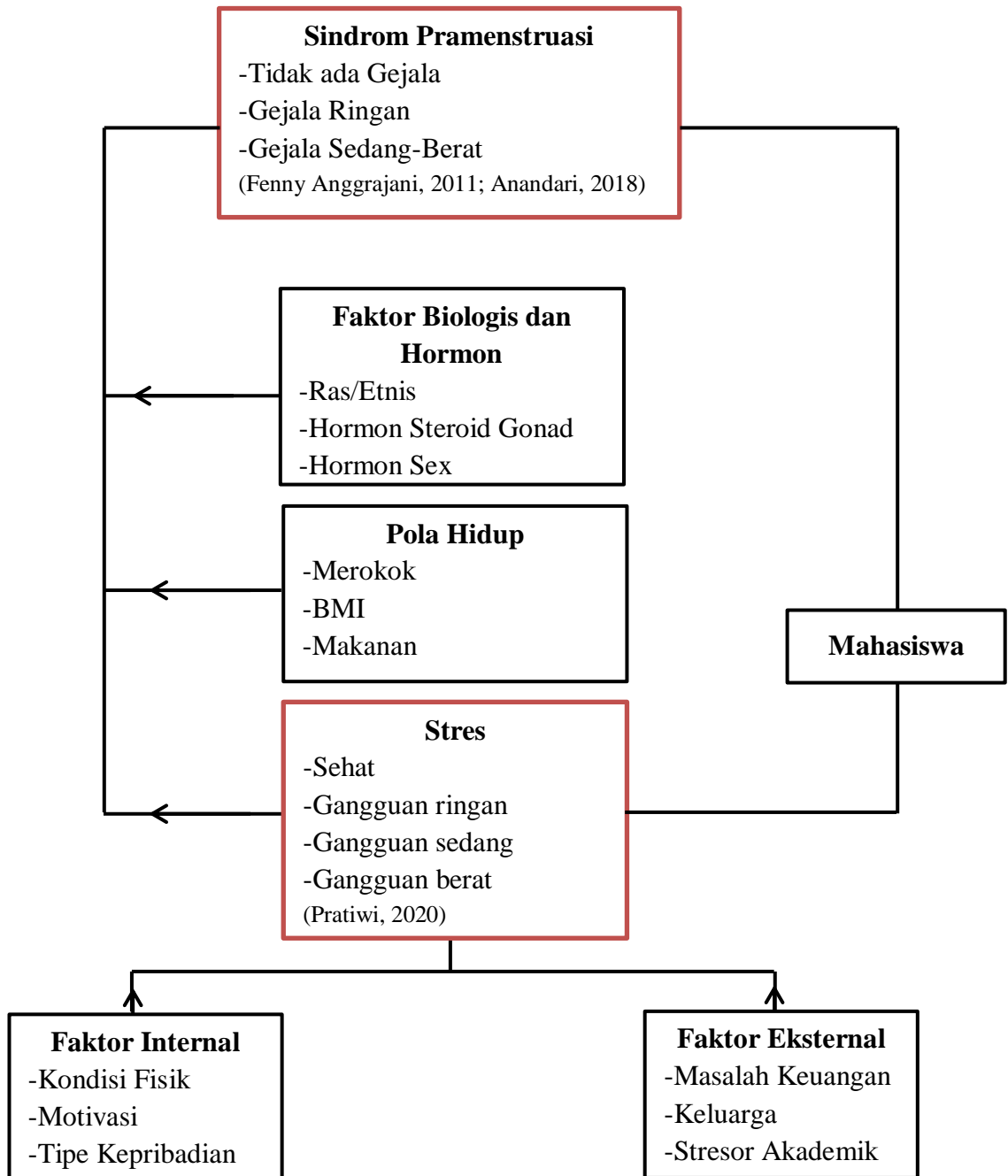
yang telah dilakukan, terdapat beberapa *stressor* terkait kegiatan akademik diantaranya adalah ujian, banyaknya jumlah materi yang harus dikuasai, kurangnya waktu untuk *me-review* pelajaran, keinginan untuk selalu melakukan yang terbaik, kemampuan *skill-lab* yang kurang baik, beban perkuliahan yang berat, kesulitan untuk memahami pelajaran serta ketidakmampuan untuk menjawab pertanyaan dari dosen. Stresor akademik tersebut merupakan sumber stres, utamanya juga pada mahasiswa kedokteran (Rossadea, 2015). Pada suatu penelitian yang dilakukan di *Jizan University* didapatkan prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran sebesar 71,9% dengan prevalensi stres pada wanita yakni sebesar 77% sedangkan pada pria lebih rendah yaitu 64%. Penelitian lain menyatakan bahwa stres tersebut dapat memberikan dampak pada kinerja seorang mahasiswa kedokteran. Stres dapat mengurangi konsentrasi serta menurunkan perhatian, proses pengambilan keputusan terhambat, dan mengurangi kemampuan mahasiswa dalam membangun hubungan yang baik kepada pasien, sehingga dapat mengakibatkan ketidakmampuan dan ketidakpuasan pasien terhadap praktik klinis di masa yang akan datang. *Stressor* yang paling menyebabkan stres pada mahasiswa kedokteran Universitas Lampung tingkat pertama adalah permasalahan akademik (Rizkia,2017). Stres yang dialami dapat dipersepsikan sebagai ancaman yang dapat mengakibatkan kecemasan, depresi, disfungsi social, dan adanya ide bunuh diri.

Dampak negatif dari stress yang terjadi pada mahasiswa kedokteran akan mengganggu perkuliahan serta mengganggu kinerja mereka. Mahasiswa

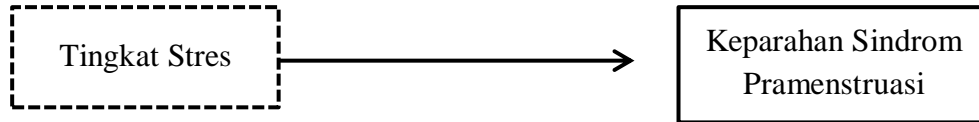


yang mengalami stres pada tingkat berat atau depresi cenderung membutuhkan perhatian serius. Mahasiswa yang tidak mampu mengatasi stres akibat proses pendidikan yang mereka terima akan memberikan buruk pada dirinya sendiri maupun terhadap profesinya kelak sebagai dokter (Maulana,2014).

## 2.5. Kerangka Teori



## 2.6. Kerangka Konsep



— : Variabel dependen

---- : Variabel independen

## 2.7. Hipotesis Penelitian

Hipotesis Alternative ( $H_a$ ): Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan keparahan sindrom pramenstruasi pada mahasiswa semester I Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

Hipotesis Null ( $H_0$ ): Tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan keparahan sindrom pramenstruasi pada mahasiswa semester I Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.