

HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 3 BOGOR KABUPATEN BOGOR TAHUN 2025

Kristina Septianingsih

1051212001

ABSTRAK

Latar belakang : Stres yang berlebih dapat memengaruhi regulasi hormon dan menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi remaja putri. Menstruasi tidak teratur dapat berdampak pada kesehatan reproduksi jangka panjang. **Tujuan penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres terhadap siklus menstruasi remaja putri di Madrasah Aliyah Negeri 3 Bogor Kabupaten Bogor Tahun 2025. **Metode :** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional* kepada 55 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* dari total populasi 154 siswi. **Hasil penelitian :** Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres terhadap siklus menstruasi remaja putri di Madrasah Aliyah Negeri 3 Bogor dengan jumlah dari 55 responden terdapat 36 responden yang mengalami stres dengan menstruasi tidak teratur, dengan ($p\text{Value} = 0,000$) sehingga H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres yang dialami oleh remaja putri dapat mempengaruhi siklus menstruasinya. **Kesimpulan** penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres terhadap siklus menstruasi remaja putri.

Kata Kunci : Tingkat Stres, Siklus Menstruasi, Remaja Putri

**RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND MENSTRUAL
CYCLE IN ADOLESCENT FEMALES AT STATE HIGH SCHOOL 3 BOGOR
BOGOR REGENCY IN 2025**

Kristina Septianingsih 1052212001

ABSTRACT

Background: Excessive stress can affect hormone regulation and cause disruption in the menstrual cycle of adolescent girls. Irregular menstruation can have an impact on long-term reproductive health. Objective: This study aims to determine the relationship between stress levels and the menstrual cycle of adolescent girls at Madrasah Aliyah Negeri 3 Bogor, Bogor Regency in 2025. Method: This study uses a quantitative approach with a cross-sectional design to 55 respondents selected through purposive sampling techniques from a total population of 154 female students. Results: Shows a significant relationship between stress levels and the menstrual cycle of adolescent girls at Madrasah Aliyah Negeri 3 Bogor with a total of 55 respondents, there are 36 respondents who experience stress with irregular menstruation, with ($p\text{Value} = 0.000$) so H_a is accepted. This shows that the level of stress experienced by adolescent girls can affect their menstrual cycle. The conclusion of this study shows that there is a significant relationship between stress levels and the menstrual cycle of adolescent girls.

Keywords: Stress Level, Menstrual Cycle, Young Women