

**PENGARUH TINGKAT DEPRESI, KECEMASAN DAN *STRESS* TERHADAP
TINGKAT KEJADIAN *PRAMENSTRUAL SYNDROME* PADA MAHASISWI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA**

KARYA TULIS ILMIAH



DISUSUN OLEH :

CATHY HERNA YILLENN GINTING

41190420

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

YOGYAKARTA

2024

PERNYATAAN PENYERAHAN KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : CATHY HERNA YILWENNA GINTING
NIM/NIP/NIDN : 41190420
Program Studi : FAKULTAS KEDOKTERAN
Judul Karya Ilmiah : Pengaruh Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stress Terhadap Tingkat Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

dengan ini menyatakan:

- bahwa karya yang saya serahkan ini merupakan revisi terakhir yang telah disetujui pembimbing/promotor/reviewer.
- bahwa karya saya dengan judul di atas adalah asli dan belum pernah diajukan oleh siapa pun untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Kristen Duta Wacana maupun di universitas/institusi lain.
- bahwa karya saya dengan judul di atas sepenuhnya adalah hasil karya tulis saya sendiri dan bebas dari plagiasi. Karya atau pendapat pihak lain yang digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini telah dikutip sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.
- bahwa saya bersedia bertanggung jawab dan menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku berupa pencabutan gelar akademik jika di kemudian hari didapati bahwa saya melakukan tindakan plagiasi dalam karya saya ini.
- bahwa Universitas Kristen Duta Wacana tidak dapat diberi sanksi atau tuntutan hukum atas pelanggaran hak kekayaan intelektual atau jika terjadi pelanggaran lain dalam karya saya ini. Segala tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran dalam karya saya ini akan menjadi tanggung jawab saya pribadi, tanpa melibatkan pihak Universitas Kristen Duta Wacana.
- menyerahkan hak bebas royalti noneksklusif kepada Universitas Kristen Duta Wacana, untuk menyimpan, melestarikan, mengalihkan dalam media/format lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan mengunggahnya di Repositori UKDW tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta atas karya saya di atas, untuk kepentingan akademis dan pengembangan ilmu pengetahuan.

- g. bahwa saya bertanggung jawab menyampaikan secara tertulis kepada Universitas Kristen Duta Wacana jika di kemudian hari terdapat perubahan hak cipta atas karya saya ini.
- h. bahwa meskipun telah dilakukan pelestarian sebaik-baiknya, Universitas Kristen Duta Wacana tidak bertanggung jawab atas kehilangan atau kerusakan karya atau metadata selama disimpan di Repositori UKDW.
- i. mengajukan agar karya saya ini: *(pilih salah satu)*

- ☒ Dapat diakses tanpa embargo.
- ☐ Dapat diakses setelah 2 tahun.*
- ☐ Embargo permanen.*

Embargo: penutupan sementara akses karya ilmiah.

*Halaman judul, abstrak, dan daftar pustaka tetap wajib dibuka.

Alasan embargo *(bisa lebih dari satu)*:

- ☐ dalam proses pengajuan paten.
- ☐ akan dipresentasikan sebagai makalah dalam seminar nasional/internasional.**
- ☐ akan diterbitkan dalam jurnal nasional/internasional.**
- ☐ telah dipresentasikan sebagai makalah dalam seminar nasional/internasional ... dan diterbitkan dalam prosiding pada bulan ... tahun ... dengan DOI/URL ... ***
- ☐ telah diterbitkan dalam jurnal ... dengan DOI/URL artikel ... atau vol./no. ... ***
- ☐ berisi topik sensitif, data perusahaan/pribadi atau informasi yang membahayakan keamanan nasional.
- ☐ berisi materi yang mengandung hak cipta atau hak kekayaan intelektual pihak lain.
- ☐ terikat perjanjian kerahasiaan dengan perusahaan/organisasi lain di luar Universitas Kristen Duta Wacana selama periode tertentu.
- ☐ Lainnya (mohon dijelaskan)

**Setelah diterbitkan, mohon informasikan keterangan publikasinya ke repository@staff.ukdw.ac.id.

***Tuliskan informasi kegiatan atau publikasinya dengan lengkap.

Yogyakarta, 5. November 2025

Mengetahui,


dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc
 Tanda tangan & nama terang pembimbing
 NIDN/NIDK 0531057901


Cathy Herma Milenna Ginting
 Tanda tangan & nama terang pemilik karya/penulis
 NIM 41190420

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

**PENGARUH TINGKAT DEPRESI, KECEMASAN DAN *STRESS* TERHADAP
TINGKAT KEJADIAN *PRAMENSTRUAL SYNDROME* PADA MAHASISWI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA**

telah diajukan dan dipertahankan oleh:

CATHY HERNA YILLENNA GINTING

41190420

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter

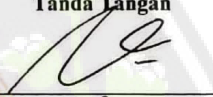
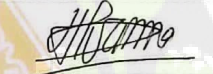
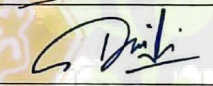
Fakultas Kedokteran

Universitas Kristen Duta Wacana

dan dinyatakan DITERIMA

untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Kedokteran pada tanggal 19 Januari 2024

Nama Dosen	Tanda Tangan
1. dr. Mitra Andini Sigilipoe, MPH. Dosen pembimbing I/Ketua Tim/Penguji	
2. dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc. Dosen pembimbing II	
3. dr. MMA Dewi Lestari, M.Biomed. Dosen Penguji	

Yogyakarta, 19 Maret 2024

Disahkan Oleh:

Dekan,

Wakil Dekan I bidang Akademik,



dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D. dr. Christiane Marlene Sooi, M.Biomed.

DUTA WACANA

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul:

**PENGARUH TINGKAT DEPRESI, KECEMASAN DAN *STRESS* TERHADAP
TINGKAT KEJADIAN *PRAMENSTRUAL SYNDROME* PADA MAHASISWI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA**

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika kemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 19 Maret 2023



Cathy Herna Yillenna Ginting

41190420

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana,
yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : CATHY HERNA YILLENNA GITING

NIM : 41190420

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada
Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive
Royalty-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**PENGARUH TINGKAT DEPRESI, KECEMASAN DAN *STRESS* TERHADAP
TINGKAT KEJADIAN *PRAMENSTRUAL SYNDROME* PADA MAHASISWI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA**

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan,
mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan
Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan
sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 19 Januari 2023

Cathy Herna Yillenna Ginting

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat dan karuniaNya kepada penulis selama proses penyusunan skripsi hingga dapat selesai dengan baik. Skripsi yang berjudul **"PENGARUH TINGKAT DEPRESI, KECEMASAN DAN *STRESS* TERHADAP TINGKAT KEJADIAN *PRAMENSTRUAL SYNDROME* PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA"** merupakan salah satu syarat kelulusan demi memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada program studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

Penulisan skripsi ini tidak lepas atas bantuan serta dukungan yang diberikan banyak pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, dengan rasa syukur dan hormat penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada setiap pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan secara langsung dan tidak langsung selama proses penyusunan skripsi, kiranya Tuhan Yesus membalas segala kebaikan serta dukungan yang telah diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, terkhusus kepada:

1. dr. Mitra Andini Sigilipoe, MPH. selaku dosen pembimbing pertama yang telah memberikan dukungan, waktu, saran dan bimbingannya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc. selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan masukan dan saran selama penulisan skripsi ini.
3. Seluruh pengajar dan staf Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang telah bersedia membimbing dan mendidik penulis selama masa perkuliahan di Universitas Kristen Duta Wacana.
4. Papa, mama, kakak dan abang yang selalu memberikan dukungan dan doa kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

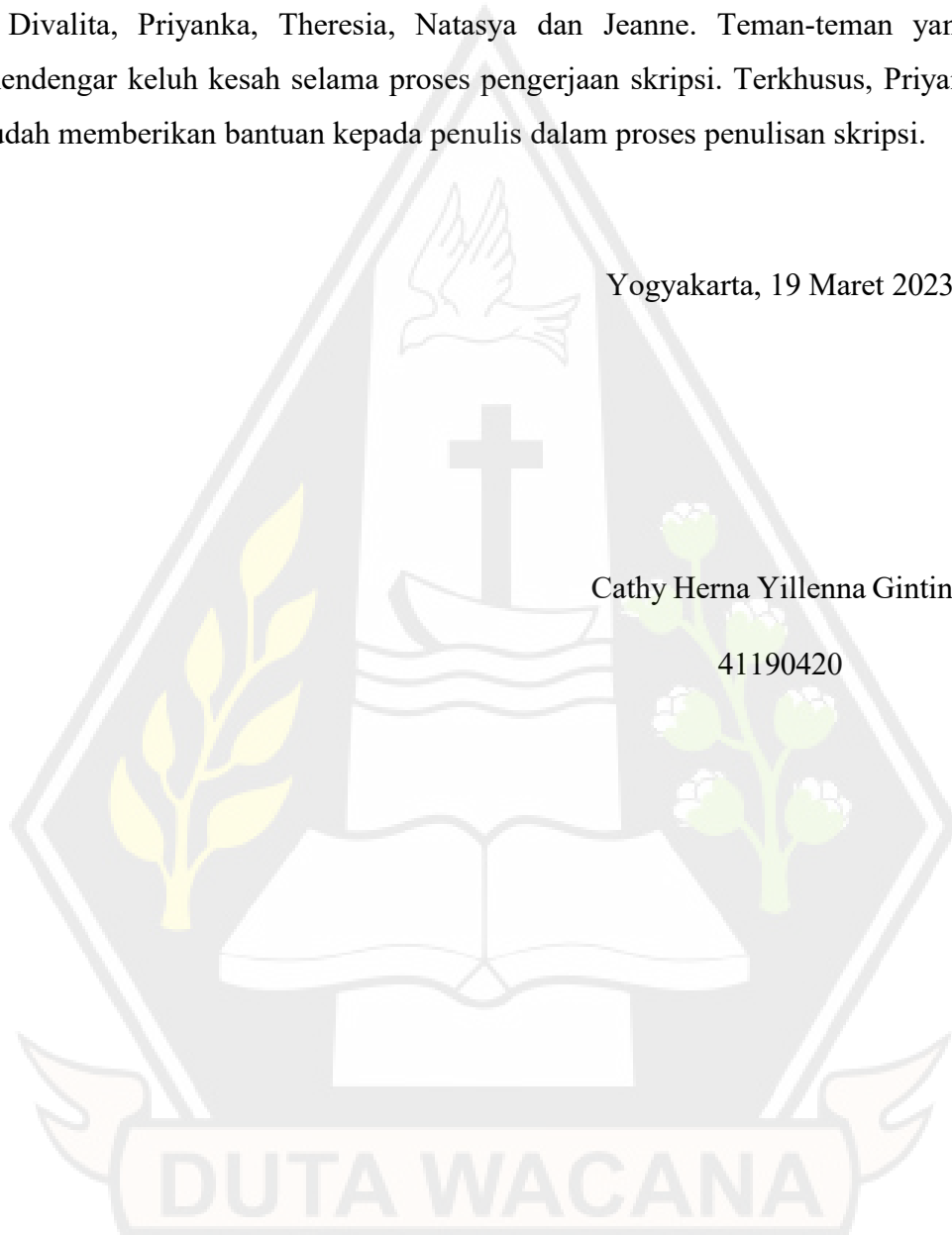
5. Nek Karo dan Biring yang selalu mendoakan penulis dalam menjalani perkuliahan sampai dalam proses penyelesaian skripsi.

6. Divalita, Priyanka, Theresia, Natasya dan Jeanne. Teman-teman yang selalu mendengar keluh kesah selama proses pengerjaan skripsi. Terkhusus, Priyanka yang sudah memberikan bantuan kepada penulis dalam proses penulisan skripsi.

Yogyakarta, 19 Maret 2023

Cathy Herna Yillenna Ginting

41190420



DAFTAR ISI

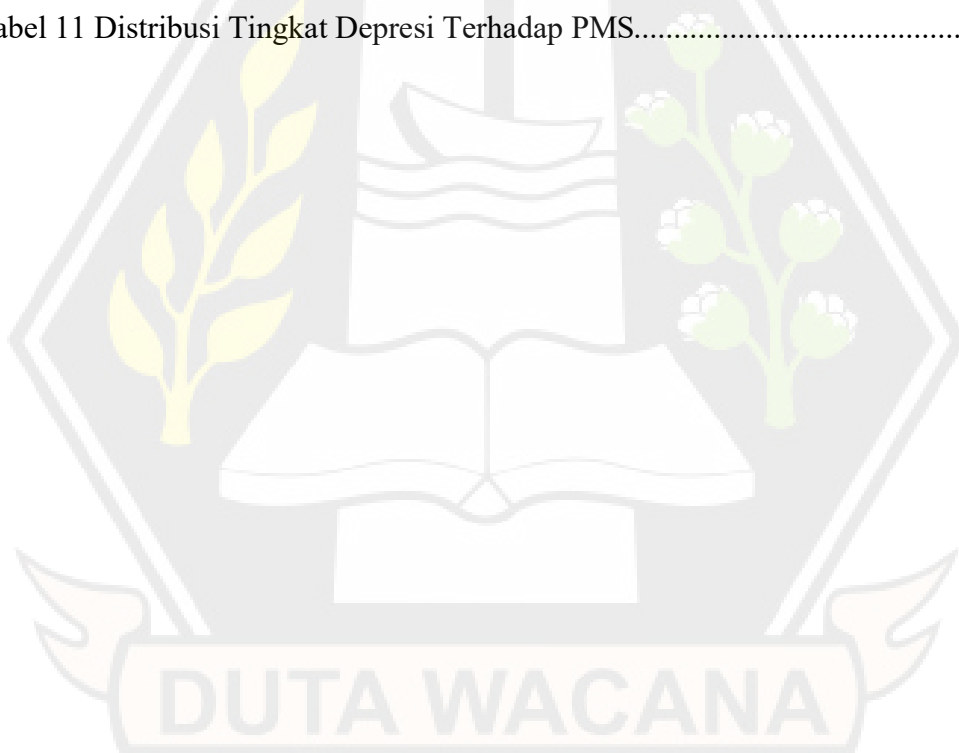
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Masalah Penelitian	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Bagi Peneliti	3
1.4.2 Bagi Institusi	3
1.4.3 Bagi Masyarakat	3
1.5 Keaslian Penelitian	4
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Stress	6
2.1.1 Definisi stres	6
2.1.2 Etiologi stress	6
2.1.3 Gejala stress	6
2.1.4 Penanganan stress	7
2.1.5 Stres pada mahasiswa	7

2.1.6 Stres dan sindrom premenstrual	8
2.2 Kecemasan	8
2.2.1 Definisi kecemasan	8
2.2.2 Etiologi kecemasan	8
2.2.3 Gejala cemas	9
2.2.4 Penanganan kecemasan	9
2.2.5 Kecemasan pada mahasiswa	10
2.2.6 Kecemasan dan sindrom premenstrual	10
2.3 Depresi	11
2.3.1 Definisi depresi	11
2.3.2 Etiologi depresi	11
2.3.3 Gejala depresi	11
2.3.4 Penanganan depresi	12
2.3.5 Depresi pada mahasiswa	12
2.3.6 Depresi dan sindrom premenstrual	13
2.4 Sindrom premenstrual	13
2.4.1 Definisi sindrom premenstrual	13
2.4.2 Fisiologi menstruasi	13
2.4.3 Patofisiologi sindrom premenstrual	14
2.4.4 Faktor risiko sindrom premenstrual	15
2.4.5 Gejala sindrom premenstrual	17
2.4.6 Diagnosis sindrom premenstrual	17
2.4.7 Penatalaksanaan sindrom premenstrual	18
2.5 Kerangka Teori	19
2.6 Kerangka Konsep	20
2.7 Hipotesa	20
BAB III	21
METODE PENELITIAN	21
3.1 Disain Penelitian	21
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	21
3.2.1 Tempat Penelitian	21
3.2.2 Waktu Penelitian	21
3.3 Populasi dan Sampling	21
3.3.1 Populasi Penelitian	21
3.3.2 Sampling Penelitian	21
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	22
3.5 Perhitungan Besar Sampel	24
3.6 Bahan dan Alat	25

3.7 Pelaksanaan Penelitian.....	26
3.8 Analisis Data.....	27
3.9 Etika Penelitian.....	27
BAB IV	29
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	29
4.1 Hasil Penelitian.....	29
4.1.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi.....	30
4.1.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress.....	30
4.1.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan.....	31
4.1.4 Distribusi Frekuensi Sindrom Premenstruasi.....	31
4.1.5 Distribusi Usia Terhadap Sindrom Premenstruasi.....	32
4.1.6 Distribusi Tingkat Stress Terhadap Sindrom Premenstruasi.....	32
4.1.7 Distribusi Tingkat Kecemasan Terhadap Sindrom Premenstruasi.....	33
4.1.8 Distribusi Tingkat Depresi Terhadap Sindrom Premenstruasi.....	34
4.1.9 Uji Normalitas.....	34
4.1.10 Uji Linearitas.....	35
4.1.11 Uji Regresi Linear Sederhana.....	35
4.1.12 Uji Regresi Berganda.....	36
4.2 Pembahasan.....	36
4.3 Kekurangan dan Keterbatasan Penelitian.....	39
BAB V	40
KESIMPULAN.....	40
5.1 Kesimpulan.....	41
5.2 Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA.....	43
LAMPIRAN.....	51

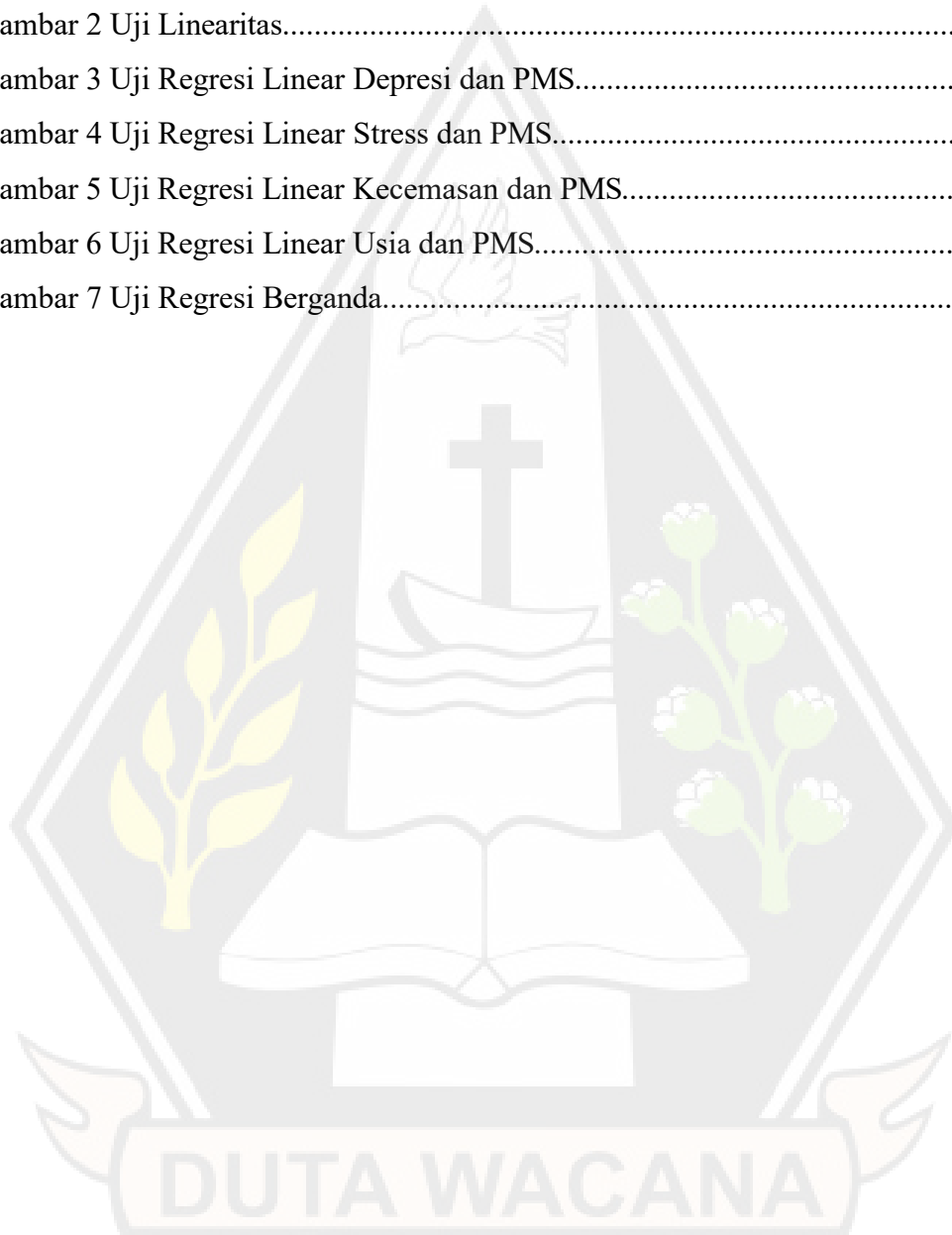
DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	21
Tabel 3 Data Karakteristik Responden.....	28
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi.....	29
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress.....	29
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan.....	30
Tabel 7 Distribusi Frekuensi PMS.....	30
Tabel 8 Distribusi Usia Terhadap Sindrom Premenstruasi.....	31
Tabel 9 Distribusi Tingkat Stress Terhadap PMS.....	31
Tabel 10 Distribusi Tingkat Kecemasan Terhadap PMS.....	32
Tabel 11 Distribusi Tingkat Depresi Terhadap PMS.....	33



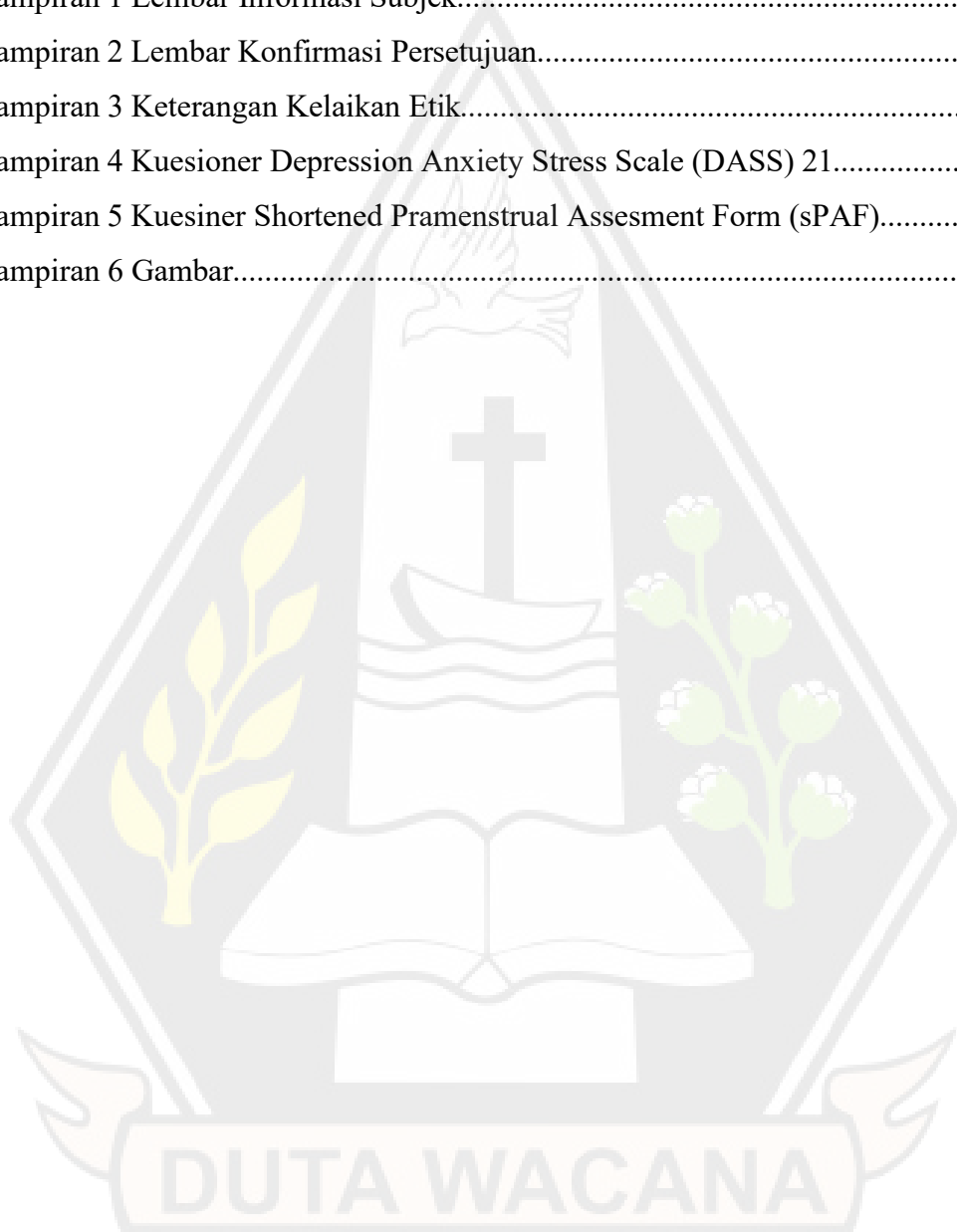
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Uji Normalitas.....	61
Gambar 2 Uji Linearitas.....	61
Gambar 3 Uji Regresi Linear Depresi dan PMS.....	62
Gambar 4 Uji Regresi Linear Stress dan PMS.....	62
Gambar 5 Uji Regresi Linear Kecemasan dan PMS.....	63
Gambar 6 Uji Regresi Linear Usia dan PMS.....	63
Gambar 7 Uji Regresi Berganda.....	64



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informasi Subjek.....	50
Lampiran 2 Lembar Konfirmasi Persetujuan.....	54
Lampiran 3 Keterangan Kelaikan Etik.....	56
Lampiran 4 Kuesioner Depression Anxiety Stress Scale (DASS) 21.....	57
Lampiran 5 Kuesiner Shortened Pramenstrual Assesment Form (sPAF).....	59
Lampiran 6 Gambar.....	61



ABSTRAK

Latar Belakang : Sindrom Premenstruasi (PMS) merupakan gabungan beberapa gejala yang timbul menjelang siklus menstruasi dan berlangsung selama 1-2 minggu dimulai sebelum menstruasi dan akan berhenti ketika menstruasi selesai. Di Indonesia sebanyak 85% wanita mengalami sindrom premenstruasi dan diantaranya sebanyak 60%-70% mengalami sindrom premenstruasi sedang-berat. Salah satu penyebab sindrom premenstruasi adalah ketidakseimbangan hormon estrogen progesteron. Salah satu faktor resiko sindrom premenstruasi adalah gangguan psikis seperti depresi, cemas dan stress. Mahasiswa kedokteran memiliki stressor yang tinggi sehingga mahasiswa FK memiliki resiko memiliki gangguan psikologis depresi, cemas dan stress. **Tujuan :** Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat depresi, tingkat kecemasan dan tingkat stress terhadap tingkat sindrom premenstruasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa pre-klinik FK UKDW sebanyak 90 orang. Besar sampel menggunakan metode *purposive sampling* dan uji data menggunakan uji regresi. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah DASS-21 untuk melihat tingkat kecemasan, depresi dan stress. **Hasil :** Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat depresi, tingkat kecemasan dan tingkat stress dengan sindrom premenstruasi ($p < 0,01$). **Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara tingkat depresi, tingkat kecemasan dan tingkat stress terhadap tingkat sindrom premenstruasi.

Kata Kunci : Sindrom Premenstruasi, Depresi, Stress, Kecemasan

ABSTRACT

Background: Premenstrual Syndrome (PMS) is a combination of several symptoms that occur before the menstrual cycle and last for 1-2 weeks, starting before menstruation and stopping when menstruation is complete. In Indonesia, 85% of women experience premenstrual syndrome, with 60%-70% experiencing moderate to severe premenstrual syndrome. One of the causes of premenstrual syndrome is an imbalance of the hormones estrogen and progesterone. A risk factor for premenstrual syndrome is psychological disorders such as depression, anxiety, and stress. Medical students experience high levels of stressors, leading to an increased risk of psychological disorders such as depression, anxiety, and stress. **Objective:** To determine whether there is a relationship between the levels of depression, anxiety, and stress and the level of premenstrual syndrome in female students at the Faculty of Medicine, Duta Wacana Christian University. **Method:** This study is a descriptive analytical study with a cross-sectional approach. The study subjects are pre-clinical medical students at Duta Wacana Christian University, totaling 90 individuals. The sample size was determined using purposive sampling, and data were analyzed using regression analysis. The questionnaire used in this study is the DASS-21 to assess the levels of anxiety, depression, and stress. **Results:** The study shows a significant relationship between the levels of depression, anxiety, and stress with premenstrual syndrome ($p < 0.01$). **Conclusion:** There is a relationship between the levels of depression, anxiety, and stress and the level of premenstrual syndrome.

Keywords: Premenstrual Syndrome, Depression, Stress, Anxiety

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan kondisi dimana terjadi pengeluaran darah dari mukosa uterus secara siklik (Setiawati, 2015). Siklus menstruasi biasanya terjadi antara 21-35 hari dengan durasi menstruasi 3-5 hari atau bahkan ada yang 7-8 hari (Setiawati, 2015). Ada beberapa gangguan yang dapat terjadi pada saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas, salah satunya adalah sindrom pramenstruasi (Setiawati, 2015). *Premenstrual syndrome* atau sindrom pramenstruasi merupakan gabungan beberapa gejala yang timbul menjelang siklus menstruasi dan berlangsung selama 1-2 minggu, dimulai sebelum menstruasi dan berhenti ketika menstruasi berhenti (Afriyanti dan Lestiawati, 2020). Gejala yang timbul dapat berupa perubahan dari segi fisik seperti nyeri pada payudara, timbulnya jerawat, sakit kepala ataupun nyeri pinggul. Selain perubahan dari segi fisik, terjadi juga perubahan dari segi emosional seperti perubahan mood, penurunan konsentrasi dan bahkan stress (Ratikasari, 2015).

Pada sebuah penelitian prevelensi sindrom pramenstruasi dengan populasi wanita berusia 18-27 tahun di Iran pada tahun 2012 didapatkan hasil 98,2% mengalami paling tidak satu gejala ringan atau sedang sindrom pramenstruasi (Delara, dkk., 2012). Di Indonesia, hasil prevelensi sindrom pramenstruasi sebanyak 85% dan diantaranya mengalami sindrom pramenstruasi sedang ke berat sebanyak 60%-70% (Afriyanti dan Lestiawati, 2020). Sekitar 90% wanita melaporkan mengalami gejala sindrom premenstrual, 30% diantaranya merasakan gejala dalam tingkat rata-rata, dan 3%-8% diantaranya mengalami gejala sindrom premenstrual yang parah sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari mereka (Khalatbari dan Salimynezhad, 2013).

Etiologi sindrom pramenstruasi belum diketahui pasti apa, tetapi sebuah teori menjelaskan jika sindrom pramenstruasi ini terjadi karena adanya perubahan pada kadar hormon progesteron dan hormon estrogen sehingga kadar hormon serotonin

yang mengatur suasana hati dan stres menurun (Afriyanti dan Lestawati, 2020). Selain hormonal, faktor psikis seperti depresi, kecemasan dan stres menjadi faktor lain yang mempengaruhi sindrom premenstruasi (Fadhilah dan Herdiman, 2022). Gangguan psikis ini menjadi faktor pemberat yang menyebabkan gejala sindrom premenstruasi yang timbul menjadi lebih parah. Depresi, kecemasan dan stress akan mempengaruhi neurotransmitter sehingga mempengaruhi ketidakseimbangan hormon yang kemudian menimbulkan gejala sindrom premenstruasi (Rahmatulillah, 2020).

Di Indonesia, usia mahasiswa berada di antara 18-24 tahun, dimana usia ini berada pada fase perkembangan (Musabiq dan Karimah, 2018). Fase perkembangan ini dapat memicu mahasiswa untuk mencari jati diri, membangun hubungan sosial, dan menjalani tanggung jawab sebagai seorang mahasiswa. Dalam menjalani fase perkembangan, sangat memungkinkan timbul permasalahan yang dapat memicu depresi, kecemasan dan stres (Musabiq dan Karimah, 2018). Pada sebuah penelitian dijelaskan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi terjadinya stres yang cukup tinggi (Wahyudi, dkk., 2015). Penelitian lain mengatakan 53% mahasiswi kedokteran mengalami tekanan psikologis, seperti depresi (Karthikason dan Setyawati, 2017). Beberapa faktor yang menyebabkan gangguan psikologis pada mahasiswa kedokteran adalah keinginan mendapatkan prestasi akademis yang memuaskan, jauh dari rumah, dan berusaha untuk beradaptasi di lingkungan baru (Vilaseeni dan Husada, 2013).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa menempuh pendidikan di fakultas kedokteran memiliki stressor yang cukup tinggi. Sehingga, penulis ingin mengetahui prevalensi sindrom premenstruasi di Fakultas Kedokteran UKDW dan penulis ingin melihat apakah gangguan psikologis seperti stress, cemas dan depresi mempengaruhi kejadian sindrom premenstruasi.

1.2 Masalah Penelitian

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat dilihat jika tingkat terjadinya sindrom premenstruasi dapat disebabkan oleh adanya perubahan hormon yang menyebabkan timbulnya gangguan psikologis. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh tingkat depresi, tingkat kecemasan dan tingkat stres terhadap tingkat kejadian sindrom premenstruasi pada mahasiswi FK UKDW.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk melihat apakah terdapat hubungan tingkat depresi, tingkat kecemasan dan tingkat stres terhadap tingkat kejadian sindrom premenstruasi pada mahasiswi FK UKDW.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat kejadian sindrom premenstruasi yang dialami oleh mahasiswi FK UKDW.
2. Untuk mengetahui tingkat depresi yang dialami oleh mahasiswi FK UKDW.
3. Untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswi FK UKDW.
4. Untuk mengetahui tingkat stres yang dialami oleh mahasiswi FK UKDW.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

1. Memberikan pengetahuan baru bagi peneliti mengenai depresi, kecemasan, stres serta sindrom premenstrual.
2. Memberikan pengalaman bagi peneliti selama melakukan penelitian yang dapat dijadikan acuan dalam penelitian selanjutnya.

1.4.2 Bagi Institusi

1. Memberikan pengetahuan baru bagi mahasiswi FK UKDW.
2. Sebagai acuan untuk penelitian berikutnya.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai hubungan antara stress, kecemasan dan depresi dengan tingkat sindrom premenstruasi.

1.5 Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, seperti perbedaan lokasi penelitian, variabel penelitian dan pengolahan data.

Tabel 1 Keaslian Penelitian

Nama, Tahun	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1. Zakaria, 2020	Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri I Dungaliyo	Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Hasil uji statistik menunjukkan bahwa $p = 0,000$ ($p < 0,05$) bermakna bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan sindrom premenstruasi	Lokasi penelitian, variabel penelitian dan responden penelitian.
2. Afriyanti, 2020	Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom pada Mahasiswa DIV Bidan Pendidik	Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasi dengan pendekatan	Didapatkan hasil uji korelasi <i>spearman</i> sebesar $p=0,026$ yang menandakan bahwa hubungan sindrom	Variabel penelitian.

Nama, Tahun	Universitas		premenstruasi	
	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
3. Putri, 2017	Respati Yogyakarta	<i>cross sectional.</i>	dengan stres signifikan.	
	Hubungan Aktifitas Fisik dan Depresi dengan Kejadian Sindrom Pra Menstruasi	Penelitian menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan <i>cross sectional.</i>	Didapatkan hasil yang menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang bermakna bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara tingkat depresi dengan sindrom premenstruasi dan nilai $p = 0,013$ yang bermakna terdapat korelasi antara aktifitas fisik dengan sindrom premenstruasi.	Lokasi penelitian dan variabel penelitian.

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Tingkat Depresi, Tingkat Kecemasan dan Tingkat *Stress* Terhadap Tingkat Kejadian *Premenstrual Syndrome* Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara tingkat depresi, tingkat kecemasan dan tingkat *stress* terhadap tingkat kejadian sindrom premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana
2. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 15% Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana mengalami sindrom premenstruasi ringan-sedang.
3. Didapatkan tingkat depresi terbanyak pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana adalah tingkat depresi normal sebanyak 40%.
4. Didapatkan tingkat kecemasan terbanyak pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana adalah tingkat kecemasan sangat berat sebanyak 30%.
5. Didapatkan tingkat *stress* terbanyak pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana adalah tingkat *stress* normal sebanyak 45%.

5.2 Saran

1. Mahasiswi

Bagi mahasiswi yang memiliki tingkat depresi, kecemasan dan *stress* tinggi disarankan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut ke fasilitas kesehatan terdekat. Terlebih apabila mengalami gejala serupa berulang.

2. Masyarakat

Untuk masyarakat dapat memperhatikan gaya hidup sebagai upaya mengurangi terjadinya gejala sindrom premenstruasi. Beberapa hal yang bisa dilakukan agar

gaya hidup sehat adalah istirahat yang cukup, memperhatikan asupan makan, minum air putih yang cukup, rajin berolahraga, membiasakan hidup bersih dan meninggalkan kebiasaan buruk.

3. Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk meneliti faktor penyebab sindrom premenstruasi lainnya, seperti aktifitas fisik atau olahraga, status gizi dan makanan minuman yang mengandung gula, kafein atau garam.

4. Institusi Kesehatan

Bagi institusi kesehatan dapat memberikan edukasi lebih mengenai penyebab sindrom premenstruasi dan gejala sindrom premenstruasi. Seperti memberikan edukasi cara melepas stress. Cara melepas stress yang bisa dilakukan adalah membicarakan masalah yang dipunya kepada orang yang dipercaya, berfikir positif, melakukan relaksasi untuk menenangkan pikiran, melakukan kegiatan yang sesuai dengan hobi, mendekatkan diri kepada Tuhan dengan rajin beribadah dan menjaga kesehatan dengan olahraga, tidur cukup, makan teratur dan bergizi. Selain itu bisa mengedukasi masyarakat untuk lebih menyadari kondisi mental agar mendapatkan penanganan yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, N., Lestiawati, E. (2020) Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom pada Mahasiswi DIV Bidan Pendidik Universitas Respati Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 14 (2): pp.71-76
- Al Aziz, A., A. (2020) Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2 (2): pp.92-107
- Amalin, D. B. (2017) *Hubungan Kualitas Hidup dengan Tingkat Depresi dan Kecemasan pada Pasien Infertil* Skripsi. Universitas Diponegoro
- Andriyani, J. (2019) Strategi Coping Stress dalam Mengatasi Problema Psikologis. *Jurnal Al-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 2 (2): pp.37-55
- Ardianto, P. (2018) Gejala Kecemasan pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 9 (2): pp.87-91
- Atziza, R. (2015) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stress dalam Pendidikan Kedokteran. *J Agromed Unila*, 2 (3): pp.317-320
- Aqobah, Q. J., Rhamadian, D. (2022) Dampak Kecemasan (*Anxiety*) dalam Olahraga Terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity*, 1 (1): pp.31-36
- Bandelow, B., Michaelis, S., Wedekind, D. (2017) *Treatment of anxiety disorders*, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 19 (2): pp.93-107
- Barseli, M., Ifdil, Nikmarijal. (2017) Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5 (3): pp.143-148
- Bohari, N. H., Haerani, Basri, F., Misnawaty, Kamaruddin, M. (2020) Hubungan Tingkat Stres dengan Sindrom Premenstruasi Pada Mahasiswi DIII Kebidanan Semester 2 Universitas Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Penelitian*

Kedokteran dan Kesehatan, 2 (3): pp.136-141

Brook, C., Wiloughby, T. (2015). The Social Ties That Bind: Social Anxiety and Academic Achievement Across the University Years. *J Youth Adolescence*, 1139–1152.

Darmawanti, I. (2012) Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Kemampuan dalam Mengatasi Stres (Coping Stress). *Jurnal Psikologi: Teori dan Terapan*, 2 (2):pp.102-107

Delara, M., Borzuei, H., Montazeri, A. (2013) Premenstrual Disorders: Prevalence and Associated Factors in a Sample of Iranian Adolescents. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 15 (8): pp.697-700

Dewi, M. A. K., Masrurroh, L., Muniroh, L. (2022) Hubungan Status Gizi dan Tingkat Kecukupan Vitamin B6 dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 8 (3): pp.138-147

Dirgayunita, A. (2016) Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya. *Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*, 1 (1): pp.1-14

Fadhilah, W. H., Herdiman, J. (2022) Hubungan Tingkat Stress dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Angkatan 2021 Universitas Tarumanegara. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 11 (3): pp.147-151

Fajriati, L., Yaunin, Y., Isona, L. (2017) Perbedaan Derajat Kecemasan pada Mahasiswa Baru Preklinik dan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6 (3): pp.546-551

Faradilla, M., Pefbrianti, D., Hariawan, H. (2021). Kecemasan dan Strategi Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal*

Kesehatan Tambusai, 2 (4): pp.219-226

Fitriah, A., Hariyono, D. S. (2019) Hubungan *Self Esteem* Terhadap Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa. *Psycho Holistic*, 1 (1): pp.8-17

Hardianto, H. (2014) *Prevalensi dan Faktor-Faktor Risiko yang Berhubungan Dengan*

Tingkat Gejala Depresi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Skripsi. Universitas Tanjungpura

Hasanah, M. (2019) Stres dan Solusinya dalam Perspektif Psikologi dan Islam. *Jurnal Ummul Qura*, 13 (1): pp.104-116

Husna, A., Rahmi, N., Safitri, F., Andika, F. (2022) Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri di Gampong Kampung Pukat Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8 (1): pp.35-47

Imai, A., Ichigo, S., Matsunami, K., Takagi, H. (2015) Premenstrual Syndrome: Management and Pathophysiology. *Clinical and Experimental Obstetrics and Gynecology*, 42 (2): pp.123-128

Indriana, Y., Kristiana, I. F., Sonda, A. A., Intanirian, A. (2010) Tingkat Stres Lansia di Panti Wredha “Pucang Gading” Semarang. *Jurnal Psikologi Undip*, 8 (2): pp.87-96

Karthikason, G., Setyawati, L. (2017) Prevalensi Depresi pada Mahasiswa Semester 7 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tahun 2014. *Intisari Sains Medis*, 8 (2): pp. 155-159

Khalatbari, J., Salimynezhad, S. (2013) The Effect of Relaxation on Premenstrual

- Syndrome in Dormitory Students of Azad Tonekabon University of Iran.
Procedia - Social and Behavioral Sciences, 84: pp.1580-1584
- Kusumastuti, D. (2020) Kecemasan dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 12 (1): pp.22-33
- Kusumawati, A., Finurina, I. (2016) Pengaruh Frekuensi Konsumsi Kafein Terhadap Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Angkatan 2013-2015 Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Sainteks*, 13 (2): pp.66-76
- Legiran, Azis, M. Z., Bellinawati, N. (2015) Faktor Risiko Stress dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 2 (2): pp.197-202
- Lumbangaol, N. T. (2016) Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24 (1): pp.1-11
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., Filer (2018) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 8 (2): pp.124-131
- Mindayani, M. (2021, October 28). Manajemen Asuhan Keperawatan Psikososial Pada Penderita Cedera Kepala Dengan Masalah Kecemasan.
<https://doi.org/10.31219/osf.io/5mn4y>
- Meiyanti, N. R. (2018) Perbedaan Tingkat Kecemasan Dan Insomnia Antara Tahanan Dan Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas Iia Wanita Semarang

Skripsi. Universitas Diponegoro

Mufida, E. (2015) Faktor yang Meningkatkan Risiko Premenstrual Syndrome pada Mahasiswi. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 4 (1): pp.7-13

Musabiq, S. A., Karimah, I. (2018) Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa.

Jurnal Ilmiah Psikologi, 20 (2): pp.75-83

Ningsih, P. W. (2022) *Pengaruh Konsumsi Kafein Terhadap Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara* Skripsi. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Palupi, D. A. (2017) *Hubungan Ketergantungan Smartphone Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro* Skripsi. Universitas Diponegoro

Pratiwi, A. M. (2014) Aktivitas Olahraga dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Anggota Perempuan UKM INKAI UNS. *Journal Ners and Midwifery Indonesia*, 2 (2): pp. 76-80

Putri, K. M. (2017) Hubungan Aktifitas Fisik dan Depresi dengan Kejadian Sindrom Pra Menstruasi. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1 (1): 18-24

Qotrunada, H. T., Linggardini, K. (2023) Gambaran Morbiditas Premenstrual Syndrome dan Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri. *Faletehan Health Journal*, 10 (2): 193-198

Rahmatulillah, A. N. (2020) *Kejadian Premenstrual Syndrome Ditinjau dari Tingkat Stres pada Mahasiswi*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Ratikasari, I. (2015) *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi (PMS) pada Siswi SMA 112 Jakarta Tahun 2015* Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah

- Saba, R. T. (2018) *Hubungan Self Efficacy Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Kedokteran Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung* Skripsi. Universitas Lampung
- Seedhom, A. E., Mohammed, E. S., Mahfouz, E. M. (2013) Life Style Factors Associated with Premenstrual Syndrome among El-Minia University Students Egypt. *International Scholarly Research Notices*, 2013: pp.1-6
- Setiawati, S. E. (2015) Pengaruh Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja. *Journal Majority*, 4 (1): pp.94-98
- Setiyono, A., Hendarto, H., Prasetyo, B., Maramis, M. M. (2015) Pengaruh Tingkat Stres dan Kadar Kortisol dengan Jumlah Folikel Dominan pada Penderita Infertilitas yang Menjalani Fertilisasi Invitro. *Majalah Obstetri dan Ginekologi*, 23 (3): pp.128-132
- Sherwood, Lauralee. (2019) *Fisiologi Manusia Dari Sel ke Sistem Edisi 9*. Jakarta: EGC
- Sitorus, C. Y., Kresnawati, P., Nisa, H., Karo, M. (2020) Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom pada Mahasiswi DIII Kebidanan. *Binawan Students Journal*, 2 (1): pp.205-210
- Sulistiyorini, W., Sabarisman, M. (2017) Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis. *Sosio Informa*, 3 (2): pp.153-164
- Sulistiyowati. (2018) Penurunan Premenstrual Syndrome Melalui Terapi Meditasi pada Remaja Putri. *Litbang Pemas Unisla*, 1 (1): pp.245-250

- Suryani, L., Syahnir, Zikra. (2013) Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2 (1): pp.136-140
- Vilaseeni, V. P., Husada, M. S. (2013) *Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012/2013*. Universitas Sumatera Utara
- Vitasari, P., Wahab, M. N., Othman, A., Herawan, T., Sinnadurai, S. K. (2010) The Relationship between Study Anxiety and Academic Performance among Engineering Students. *International Conference on Mathematics Education Research*, 490–497
- Wahyudi, R., Bebasari, E., Nazriati, E. (2015) Gambaran Tingkat Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama. *Jurnal Ilmu Kedokteran*, 9 (2): pp.107-113
- Wijayanti, Y. T. (2015) Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Premenstrual Syndroma pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 8 (2): pp.1-7
- Yasmina, A., Noor, M. S., Risnawati (2014) Perbedaan Tingkat Depresi pada Fase Premenstruasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Fakultas Ekonomi Universitas Lambung Mangkurat. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1 (1): pp. 1-6
- Yuliza, E. (2015) Depresi Dan Penanganannya Pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 7 (2): pp.179-196
- Zahra, C. A. (2022) *Hubungan Kebiasaan Minum Berpemanis dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi Pada Dewasa Muda* Skripsi. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- Zakaria, F., Ali, R. N. H., Hilamulu, F. (2022) Hubungan Tingkat Kecemasan dengan

Kejadian Premenstruasi Sindrom pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri
I Dungaliyo. *Madu Jurnal Kesehatan*, 11 (1): pp. 1-9

