

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode pencarian identitas diri, sehingga remaja sangat mudah terpengaruh oleh lingkungan. Umumnya proses pematangan fisik lebih cepat dari pematangan psikologisnya, oleh karena itu sering terjadi ketidakseimbangan yang menyebabkan remaja sangat sensitif dan rawan terhadap stress. Biasanya pada remaja sering mengeluh tentang sekolah, misalkan kegiatan belajar yang terlalu padat, tugas-tugas yang terlalu banyak, persiapan menghadapi ujian, sehingga dapat menyebabkan stres yang dapat berpengaruh terhadap siklus menstruasi. Stress merupakan faktor etiologi dari banyak gangguan misalnya mengacaukan siklus menstruasi karena pusat stress di otak sangat dekat dengan pusat pengaturan siklus menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada Siswi SMA Amanatul Ummah Surabaya.

Metode penelitian ini menggunakan analitik dengan desain cross-sectional. Populasi dalam penelitian adalah semua siswi SMA Amanatul Ummah Surabaya tahun ajaran 2011-2012 dengan jumlah 64 siswi dan sampel penelitian 55 responden diambil secara *Probability sampling*. Instrumen penelitian kuisioner menggunakan uji *Chi-square* melalui *Exact fisher*.

Dari hasil penelitian didapatkan $p (0,001) < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada siswi SMA Amanatul Ummah Surabaya.

Simpulan dari penelitian ini yaitu tingkat stres yang dialami seorang remaja putri dapat mempengaruhi ketidakteraturan siklus menstruasi. Informasi dan konseling bagi remaja putri sangatlah penting tentang kesehatan reproduksi terutama cara penanganan stres agar tidak menyebabkan siklus menstruasi menjadi tidak teratur.

Kata kunci : Tingkat Stres, Siklus menstruasi.