

## ABSTRAK

Banyaknya aktivitas siswi dan tuntutan yang tinggi akan membuat siswi kelelahan fisik maupun mental yang dapat memicu terjadinya stres. Berbagai macam perubahan emosional akibat stressor dapat mengakibatkan perubahan hormonal pada siklus menstruasi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XII MA Ma'arif 07 Sunan Drajat Paciran Lamongan.

Desain penelitian analitik observasional dengan desain penelitian pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XII MA Ma'arif 07 Sunan Drajat Paciran Lamongan. Sebanyak 74 siswi dengan jumlah sampel 63 orang. variabel independen tingkat stres, dan variabel dependen siklus menstruasi. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Data dianalisa dengan uji *chi square* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$

Hasil penelitian menggunakan uji statistik *chi square* menunjukkan adanya hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi siswi kelas XII MA Ma'arif 07 Sunan Drajat Paciran Lamongan dengan menggunakan program SPSS didapatkan signifikansi  $< \alpha = 0,05$ , yakni 0,000. Hal ini maka  $H_0$  ditolak atau ada hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi kelas XII MA Ma'arif 07 Sunan Drajat Paciran Lamongan.

Simpulan dari penelitian ini hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XII MA Ma'arif 07 Sunan Drajat Paciran Lamongan. Diharapkan siswi dapat meningkatkan pengetahuan dan informasi tentang kesehatan reproduksi terutama penanganan dan manajemen stres agar tidak menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi.

**Kata kunci :** Tingkat Stres, Siklus Menstruasi