

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DAN STRES AKADEMIK DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI BARU PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

**Sulthan Rafi Alghani**

**Latar Belakang:** Menstruasi seringkali mengalami ketidakteraturan pada remaja putri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Mahasiswa kedokteran cenderung mengalami gangguan siklus tidur. Tingginya tingkat stres akademik dapat memengaruhi kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk memahami antara hubungan kualitas tidur dan stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa baru Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

**Metode:** Penelitian ini penelitian *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 124 mahasiswa. Data diambil menggunakan kuisioner, dilakukan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square*, apabila tidak memenuhi syarat maka akan digunakan uji alternatif *chi-square*.

**Hasil:** Pada hasil uji analisis univariat didapatkan 66,1% mahasiswa mengalami siklus menstruasi normal, 88% mahasiswa memiliki kualitas tidur buruk, 38,7% mahasiswa memiliki stres akademik sedang, dan 17,8% mahasiswa mengalami polimonorea. Pada hasil analisis bivariat kualitas tidur dengan siklus menstruasi didapatkan hasil uji *chi-square* menunjukkan *p-value* sebesar 0,264 (*p-value* > 0,05). Dilakukan analisis bivariat antara stres akademik dan siklus menstruasi, karena nilai *expected count* mencapai 30% maka digunakan uji alternatif *Kolmogorov Smirnov*. Hasil uji *Kolmogorov Smirnov* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,223 (*p-value* > 0,05).

**Simpulan:** Tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dan stres akademik dengan siklus menstruasi pada Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

**Kata Kunci:** Kualitas tidur, mahasiswa, siklus menstruasi, stres akademik

## ABSTRACT

### THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND ACADEMIC STRESS WITH MENSTRUAL CYCLE IN NEW FEMALE STUDENTS OF THE MEDICAL EDUCATION PROGRAM, FACULTY OF MEDICINE, UNIVERSITY OF LAMPUNG.

By

**Sulthan Rafi Alghani**

**Background:** Menstruation often experiences irregularities in adolescent girls influenced by several factors. Medical students tend to experience disrupted sleep cycles. High academic stress levels can affect mental health. This study aims to understand the relationship between sleep quality and academic stress with menstrual cycles in new medical education students at the Faculty of Medicine, University of Lampung.

**Method:** This study is a cross-sectional study with a sample size of 124 female students. Data were collected using a questionnaire, and univariate and bivariate analyses were performed using the chi-square test. If the conditions were not met, an alternative chi-square test would be used.

**Results:** In the univariate analysis, it was found that 66.1% of the female students had normal menstrual cycles, 88% had poor sleep quality, 38.7% experienced moderate academic stress, and 17.8% had polymenorrhea. The bivariate analysis between sleep quality and menstrual cycles yielded a chi-square test result with a p-value of 0.264 (p-value > 0.05). Bivariate analysis between academic stress and menstrual cycles was conducted using the Kolmogorov-Smirnov test as the expected count reached 30%. The Kolmogorov-Smirnov test resulted in a p-value of 0.223 (p-value > 0.05).

**Conclusion:** There is no relationship between sleep quality and academic stress with the menstrual cycle in new female students of the Medical Education Program, Faculty of Medicine, University of Lampung.

**Keywords:** Academic stress, menstrual cycle, new female students, sleep quality