

**PENGARUH INTERAKSI SOSIAL TERHADAP TINGKAT
STRES PADA MAHASISWI KETIKA MENSTRUASI**

SKRIPSI



**DISUSUN OLEH:
RENANDA RECHA DEA JHOSYA
NIM. 126308212103**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG
MEI 2025**

PENGARUH INTERAKSI SOSIAL TERHADAP TINGKAT STRES PADA MAHASISWI KETIKA MENSTRUASI

SKRIPSI

Disusun dalam rangka untuk memenuhi salah satu persyaratan

menempuh program Sarjana (S1) Psikologi Islam

Fakultas Ushuluddin, Adab dan dakwah

UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Oleh :

Renanda Recha Dea Jhosya

NIM. 126308212103

PROGRAM STUDI

PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI RAHMATULLAH

TULUNGAGUNG

MEI 2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul **“PENGARUH INTERAKSI SOSIAL TERHADAP TINGKAT STRES PADA MAHASISWI KETIKA MENSTRUASI”** Yang ditulis oleh Renanda Recha Dea Jhosya. NIM. 126308212103 ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Promotor/Pembimbing	Tanggal	Tanda Tangan
Afinia Sandhya Rini, M. Psi	21 Mei 2025	

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Prodi



Gernino Wahyu Broto, M. Si.
NIP. 19800312014031001

PENGESAHAN

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Interaksi Sosial Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswi Ketika Menstruasi” yang ditulis oleh Renanda Recha Dea Jhosya ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung pada hari Rabu, tanggal 04 - 05- 2025 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam

DEWAN PENGUJI

Dewan Penguji

Ketua Penguji

Nama: Aminatul Ummah, M.Pd.

NIP.199209112025212003

Tanda Tangan



Penguji Utama

Nama: Ahmad Fauzan, S.S., M.Pd.I

NIP.198407222023211009



Sekretaris

Nama: Afinia Sandhya Rini, M.Psi.

NIP.198905202023212058



Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ushuludin, Adab dan Dakwah

UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Prof. Dr. H. Ahmad Ruzqon Khamami, Lc., M.A.

NIP.198407222023211006

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Renanda Recha Dea Jhosya

NIM : 126308212103

Jurusan/Prodi : Psikologi Islam

Menyatakan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Tulungagung, 04 Juni 2025

Saya yang menyatakan



Renanda Recha Dea Jhosya

126308212103

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221
Telepon (0355) 321513, Website : <http://perpustakaan.uinsatu.ac.id>

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Renanda Recha Dea Jhoiya
NIM : 126308212103
Jurusan : Psikologi Islam
Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (Skripsi) yang berjudul:

Pengaruh Interaksi Sosial Terhadap Tingkat
Stres Pada Mahasiswa Ketika Menstruasi

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 04-06-2025
Yang Menyatakan,

Renanda Recha

MOTTO

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah, tetapi Allah berjanji bahwa
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS.Al-Insyirah 5-6)

“It will pass, everything you’ve gone through it will pass”

(Rachel Vennya)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan kemudahan, kelancaran, keberkahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini penulis persembahkan dengan penuh rasa syukur, bangga dan cinta yang tulus kepada orang-orang terkasih yang telah mendukung penulis dengan caranya masing-masing:

1. Pertama cinta pertamaku yaitu Bapak Supardi dan pintu surgaku Ibu Kumala Sari yang selalu memberikan dukungan kepada penulis berupa materi dan non materi yang tak terhingga serta doa yang tidak ada putusnya yang diberikan kepada penulis sampai dapat menyelesaikan studi sarjana hingga selesai. Beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka senantiasa memberikan yang terbaik kepada penulis. Terimakasih banyak kedua orang tuaku semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupanmu yang barokah, senantiasa diberikan kebahagiaan, kesehatan dan umur Panjang
2. Kepada kakak saya, Renat Ahmad Almizan yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis berupa materi dan non materi. Dengan tulus dan rasa syukur penulis ingin mengucapkan terimakasih banyak sudah memberikan motivasi, perhatian kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
3. Kepada sahabat saya Dimas Ayu Anastasia, S. E dan Amanda Putri Khirina yang senantiasa menemani penulis dalam proses penyusunan skripsi. Menjadi teman berbagi cerita senang dan sedih, pendengar keluh kesah penulis, penyemangat dan saksi dalam fase kehidupan penulis
4. Kepada rekan terbaikku dalam bangku perkuliahan Alya Saushan Balcys, S.Psi., Lintang Ika Styabrina, S.Psi., Widiya Nur Septyana, S.Psi., yang senantiasa menemani penulis dari awal perkuliahan dengan selalu mendampingi dan membantu penulis dalam perjalanan selama masa perkuliahan yang penuh berbagai tantangan ini. Selalu memberikan semangat, berbagi tawa dan air mata.

5. Kepada keluarga besar saya yang senantiasa selalu memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan studinya.
6. Terakhir kepada diri saya sendiri Renanda Recha Dea Jhosya. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih karenan memilih tidak menyerah, bahkan di saat langkah terasa berat dan penuh keraguan. Terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakinkan dirimu sendiri di titik ini, meskipun merasa putus asa dan belum berhasil. Perjalanan ini mungkin tidak sempurna dan masih Panjang, tetapi usaha yang telah dilakukan adalah bukti keberanian dan cinta kepada diri sendiri. Hari ini, izinkan diri ini merayakan setiap kemenangan kecil yang penuh makna sebagai awal dari mimpi-mimpi besar.

Tulungagung, 21 Mei 2025

Renanda Recha Dea Jhosya

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT., atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Pengaruh Interaksi Sosial Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswi Ketika Menstruasi”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam di Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

Penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Abd. Aziz, M.Pd.I., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang telah menyediakan fasilitas dan sarana pendukung dalam proses studi hingga terselesaikannya skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. H. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M. A., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam menyelesaikan studi di fakultas ini.
3. Bapak Amrullah Ali Moebin, S.Pd.I., M.I.Kom., Selaku Ketua Jurusan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
4. Bapak Germino Wahyu Broto, M.Si., selaku Koordinator Program Studi Psikologi Islam yang telah memberikan arahan, motivasi, serta kesempatan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Ibu Afinia Sandhya Rini, M.Psi., selaku dosen pembimbing yang telah memeberikan bimbingan dan arahan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.

6. Segenap Bapak/Ibu Dosen dan Civitas Akademik Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang telah memberikan ilmu, wawasan, serta bimbingan yang sangat berharga selama masa studi.
7. Para partisipan saya yang sudah mau meluangkan waktunya untuk berkontribusi dalam penelitian ini, terimakasih juga karena sudah membantu saya dengan ikhlas sehingga penelitian bisa terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Tulungagung, 21 Mei 2025

Penulis