

**HUBUNGAN SINDROM PRAMENSTRUASI  
DENGAN KONTROL DIRI MAHASISWI  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN  
WALISONGO SEMARANG  
(Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam (S. Sos.)  
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)



Oleh:  
**ECI LOVA LISTIANA**  
**NIM.121111028**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2016**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Alamat: Jalan Prof. DR. Hamka KM.02(Kampus III) Telp. 7606405 Semarang 50185

---

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (lima) eksemplar  
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada.  
Yth. Bapak Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Walisongo  
di Semarang

*Assalamu'alaikum, Wr. Wb*

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Eci Lova Listiana  
NIM : 121111028  
Jurusan : BPI Fakultas dakwah dan Komunikasi  
Judul : Hubungan Sindrom Premenstruasi Dengan Kontrol Diri Mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)

Dengan ini saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.*

Semarang, 18 November 2016

Pembimbing,

Bidang Metodologi dan Tata Tulis

Bidang Substansi Materi

**Dr. Baidi Bukhori, M.Si.**  
NIP. 1973042711996031001

**Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.**  
NIP. 197502052006042004

## SKRIPSI

### HUBUNGAN SINDROM PRAMENSTRUASI DENGAN KONTROL DIRI MAHASISWI FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN WALISONGO SEMARANG (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)

Disusun oleh:

**ECILOVA LISTIANA**

**121111028**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 09 Desember 2016 dan dinyatakan lulus memenuhi syarat  
Guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam (S. Sos.I)

Susunan Dewan Penguji:

Ketua Dewan Penguji

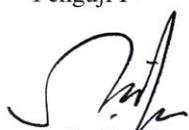
Sekretaris Dewan Penguji

  
**Drs. H. Fachrur Rozi, M.Ag**  
NIP. 196905011994031001

  
**Dr. Baidi Bukhori, M.Si**  
NIP. 1973042711996031001

Penguji I

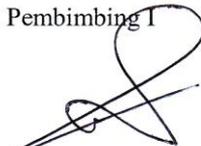
Penguji II

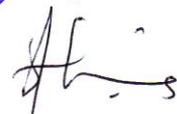
  
**Anila Umriana, M.Pd.**  
NIP. 197904272008012012

  
**Hasyim Hasanah, S.Sos.I, M.S.I**  
NIP. 198203022005012001

Pembimbing I

Pembimbing II

  
**Dr. Baidi Bukhori, M.Si.**  
NIP. 1973042711996031001

  
**Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.**  
NIP. 197502052006042004



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 18 November 2016



**ECI LOVA LISTIANA**  
**NIM.121111028**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur tercurahkan kehadirat Allah swt atas limpahan rahmat, hidayah, taufik, dan inayah-Nya. Peneliti panjatkan shalawat salam kepada sang revolusioner Muhammad Rasulullah saw dengan keteladanan, keberanian, dan kesabarannya membawa risalah Islamiyah yang sampai sekarang telah mengangkat derajat manusia dan bisa kita rasakan buahnya. Skripsi berjudul “Hubungan Sindrom Premenstruasi Dengan Kontrol Diri Mahasiswi Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)” ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana (S.1) pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Peneliti menyelesaikan skripsi ini mendapat bantuan moril maupun materiil dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini dengan kerendahan hati dan rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Yang terhormat, bapak Prof. Dr. H. Muhibin, M.Ag selaku Rektor Universitas Negeri Islam Walisongo Semarang beserta staf dan jajarannya yang telah memberikan restu kepada peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah ini.
2. Bapak Dr. H. Awaluddin Pimay, Lc., M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

3. Ibu Dra. Maryatul Kibtyah M.Pd, selaku ketua jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
4. Ibu Anila Umriana, M. Pd. Selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo.
5. Yang terhormat Dosen pembimbing I sekaligus wali studi terbaik, Bapak Dr. Baidi Bukhori S.Ag., M.Si. dan Ibu Hj. Siti Hikmah, S.Pd.,M.Si selaku dosen pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen beserta staf karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah membantu dan memperlancar, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dan telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
7. Seluruh mahasiswa jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo yang telah membantu dalam penelitian ini.
8. Seluruh pengajar dan pegawai di lingkungan UIN Walisongo, khususnya Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah membantu dalam menyelesaikan proses perkuliahan, urusan birokrasi dan lain sebagainya ijin penelitian ini.
9. Ayah dan ibu tercinta terimakasih atas bimbingan, perjuangan, dan doa.
10. Adiku serta seluruh keluargaku yang telah memberikan dukungan.

11. Sahabat seperjuangan dimasa menyelesaikan penulisan skripsi yang telah memberkan motivasi dan pengalaman (Andriani, Maria, Laili, Akmalia, April, Amel, Diana, Izzah, Hani, terima kasih atas waktu dan kesempatannya untuk saling berbagi pengalaman.
12. Teman-teman BPI angkatan 2012 dan BPI A angkatan 2012 yang telah menemani perjalanan peneliti di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dan memberikan dukungan serta masukan dalam perkuliahan sehingga terselesaikannya tugas akhir ini.
13. Teman-teman KKN Posko 17 UIN Walisongo Semarang angkatan ke 66 yang telah memberikan motivasi dan pengalaman selama pengalaman.

Peneliti berdoa semoga amal dan jasa baik dari semua pihak mendapat pahala yang berlipat ganda, dan semoga skripsi ini bermanfaat untuk pengembangan khasanah keilmuan khususnya bagi peneliti dan masyarakat pada umumnya. *Amin YaRabbal'Alamiin.*

Semarang, Desember 2016  
Peneliti

**Eci Lova Listiana**  
NIM. 121111028



## *P F R S F M B A T H A N*

*Alhamdulillah seiring rasa syukur dan kerendahan hati karya*

*Kupersembahkan*

*Dengan setulus hati untuk orang-orang*

*Yang paling kusayang dan kucintai*

*Ubunda Mujiningsih dan ayahanda Marodin pengukir jiwa  
ragaku yang selalu mendidik dan mendoakan ku. Kelahiran ku  
untuk membahagiakan Mereka serta*

*Sebuah tanggung jawab yang besar bagi ku.*

*Suamiku tercinta Muhammad Atsif. S.Sos. I. yang selalu  
memotivasi sehingga dapat terselesaikan skripsi ini dan  
senantiasa menjadi sumber inspirasi*

*Adik-adik ku Ulham Maba Mubarak dan Milva Nuruttasama*

*Zahra Sarah yang selalu Memberi*

*Dorongan dan kekuatan untuk ku*

*terus semangat supaya berhasil meraih cita-cita*

*Pengemban Risalah Allah*

*Kasih sayang menjadi lentera dalam perjalanan panjang hidupku*



## MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ١٣٩

Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.



## ABSTRAK

Judul : *Hubungan Sindrom Premenstruasi Dengan Kontrol Diri Mahasiswi Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)*”  
Peneliti : Eci Lova Listiana  
NIM : 121111028

Penelitian ini bertujuan memperoleh data empiris tentang hubungan Sindrom Premenstruasi Dengan Kontrol Diri Mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)”. Jenis penelitian ini merupakan *field research* atau penelitian lapangan. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Responden dalam penelitian ini berjumlah 90 mahasiswi.

Penulis menggunakan teknik *one shot* dikarenakan mahasiswi banyaknya kegiatan dan waktu yang sangat terbatas karena akan ada liburan semesteran sehingga ditakutkan tidak adanya waktu yang cukup untuk melaksanakan uji coba. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala untuk memperoleh data variabel X yaitu sindrom premenstruasi dan variabel Y yaitu kontrol diri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara sindrom premenstruasi dengan kontrol diri mahasiswi. Hal ini dibuktikan dengan hasil koefisien korelasi ( $r$ ) yang negatif sebesar  $-0,539$  dan signifikan sebesar  $0,00$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi seseorang mengalami gejala premenstruasi maka semakin menurun kontrol diri yang dialami. Begitu juga sebaliknya semakin rendah kontrol diri seseorang maka semakin tinggi tingkat sindrom premenstruasi yang dialaminya.

Hasil pengujian korelasi dengan menggunakan rumus *product moment* dari Pearson diketahui, bahwa ada korelasi yang negatif dan signifikan hubungan sindrom premenstruasi dengan kontrol diri mahasiswi Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo sebesar  $0,00$ .

Hasil yang diperoleh ini kemudian dikonsultasikan nilai pada tabel ( $r_t$ ), dengan ketentuan jika signifikan  $< 0,05$ , maka diterima ( $H_0$ ),

dan jika signifikan  $> 0,05$ , maka ditolak ( $H_a$ ). Dari hasil pengujian hipotesis diperoleh bahwa signifikan sebesar 0,00 kurang dari 0,05 maka hipotesis nol diterima ( $H_0$ ). Kesimpulannya yaitu ada hubungan yang signifikan antara sindrom pramenstruasi dengan kontrol diri.

Kata kunci: Sindrom Premenstruasi, Kontrol Diri

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Penulisan transliterasi huruf-huruf Arab latin dalam skripsi ini berpedoman pada SKB (Surat Keputusan Bersama) Menteri Agama serta Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I Nomor: 158/1987 dan Nomor: 0543b/Untuk1987.

ا	A	ط	t}
ب	B	ظ	z}
ت	T	ع	‘
ث	s	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	h}	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	z	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	هـ	H
ش	Sy	ء	’
ص	s}	ي	Y
ض	d}		



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>NOTA PEMBIMBING</b> .....	ii
<b>PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>MOTTO</b> .....	ix
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>PEDOMAN TRANSILITERASI</b> .....	xii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB 1     PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	10
E. Tinjauan Pustaka .....	11
F. Sistematika Penulisan Skripsi .....	14
<b>BAB II    KERANGKA TEORI</b>	
A. Sindrom Premenstruasi .....	17
B. Kontrol Diri .....	27

C. Bimbingan Konseling Islam.....	38
D. Hubungan antara Sindrom Premenstruasi dengan Kontrol Diri .....	48
E. Hipotesis.....	52

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	53
B. Variabel Penelitian .....	54
C. Definisi Operasional .....	55
D. Sumber dan Jenis Data.....	58
E. Populasi dan Sampel .....	59
F. Teknik Pengumpulan Data .....	60
G. Validitas dan Reliabilitas Data .....	64
H. Teknik Analisis Data .....	70

### **BAB IV GAMBARAN UMUM MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN WALISONGO SEMARANG**

A. Gambaran Umum UIN Walisongo .....	72
B. Gambaran Fakultas Dakwah .....	77
C. Profil Mahasiswa Fakultas Dakwah .....	77

<b>BAB V</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A.	Deskripsi Data Penelitian.....	86
B.	Data Hasil Skala Sindrom Pramenstruasi dengan Kontrol diri Mahasiswa Fakultas Dakwah .....	89
C.	Uji Hipotesis.....	93
D.	Analisis Hipotesis.....	98
E.	Pembahasan Hasil Penelitian .....	99

<b>BAB VI</b>	<b>PENUTUP</b>	
A.	Simpulan .....	106
B.	Saran .....	108

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**RIWAYAT HIDUP**



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Skor Jawaban Item.....	61
Tabel 2	Blue Print Skala sindrom pramenstruasi tentang mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo.....	62
Tabel 3	Blue Print Skala Kontrol Diri .....	63
Tabel 4	Uji Validitas Sindrom Pramenstruasi .....	65
Tabel 5	Uji Validitas Kontrol Diri.....	67
Tabel 6	Ringkasan Hasil Uji Validitas .....	68
Tabel 7	Hasil Pengujian Reliabilitas.....	69
Tabel 8	Struktur Organisasi .....	76
Tabel 9	Jumlah Mahasiswa Fakultas Dakwah .....	79
Tabel 10	Deskripsi data hasil penelitian .....	86
Tabel 11	Kualitas Sindrom Pramenstruasi.....	87
Tabel 12	Kualitas Kontrol Diri .....	87
Tabel 13	Uji Korelasi Sindrom Pramenstruasi dengan Kontrol Diri .....	88
Tabel 14	Hasil Skala Sindrom Pramenstruasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi.....	89
Tabel 15	Hasil Skala Kontrol Diri Fakultas Dakwah dan Komunikasi.....	91
Tabel 16	Tabel Kerja Koefisien Skala Persepsi Tentang Jurusan BPI.....	93