

LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Penelitian



A. Biodata Pribadi

Nama : Puji Lestari
Tempat Tanggal Lahir : Bekokong Makmur, 10 Maret 2000
Alamat Asal : Bekokong Makmur Rt.01, Kel. Bekokong Makmur, Kec. Jempang, Kab. Kutai Barat
Alamat di Samarinda : Jl. Ir H Juanda Gg 11 No.37 Rt.59 Kel. Air Hitam, Kec, Samarinda Ulu, Kota Samarinda

B. Riwayat Pendidikan

Tamat SD Barat : Tahun 2012, SDN 011 Jempang, Kutai Barat
Tamat SMP Barat : Tahun 2015, SMPN 01 Jempang, Kutai Barat
Tamat SMK Barat : Tahun 2018, SMKN 01 Bongan, Kutai Barat
Diploma III : -
Pendidikan Non Formal : -
Tanggal Ujian :
Judul Penelitian : Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMAN 1 Tenggarong

Pembimbing : Mardiana, M. Kes

Wassalammualaikum Wr. Wb.

Samarinda, 05 April 2022

Hormat Saya,

Puji Lestari

NIM. 1811102413193

Lampiran 2 Surat Izin Permohonan Data



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nomor : 150/FIK.3/C.2/B/2022
Lampiran : 1 lembar
Perihal : **Izin Permohonan Data**

Yth.
Kepala Sekolah SMAN 1 Tenggarong
di Jl. Mulawarman No. 31

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

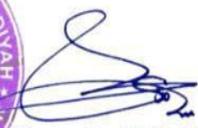
Dengan hormat teriring salam dan do'a kami haturkan semoga Bapak/Ibu selalu dalam keadaan sehat walafiat.

Sehubungan penyusunan tugas akhir Skripsi Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, bersama ini kami sampaikan permohonan untuk mendapatkan data Jumlah Siswa dan Siswi di SMAN 1 Tenggarong,

Adapun daftar nama-nama mahasiswa terlampir. Demikian yang dapat kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Samarinda, 25 Sya'ban 1443 H
28 Maret 2022 M
Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nida Amalia, S.K.M., M.PH
NIDN.1101119301

Tembusan disampaikan kepada:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Arsip



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
Kalimantan Timur
Berkeadilan | Berkeadilan | Berkeadilan

UMKKT
Program Studi
Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Telp. 0541-748511 Fax.0541-766832

Website <http://kesmas.umkt.ac.id>

email: kesmas@umkt.ac.id



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nama-Nama Mahasiswa :

No	NIM	Nama
1	1811102413093	Irda mawarni
2	1811102413147	Refa yulia rossanty
3	1811102413175	Taqiyah
4	1811102413193	Puji lestari

Lampiran 3 Surat Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN TIMUR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 1 TENGGARONG**



Alamat : Jl. Mulawarman, Tenggarong, Kab. Kutai Kartanegara, ☎ 0541 661137
Email : smansa.tenggarong@yahoo.co.id Website : www.sman1tenggarong.com

SURAT TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 421.3 / 122 / SMA.1 / III / 2023

Berdasarkan Surat dari Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Program Studi Kesehatan Masyarakat, dengan nomor : 409/FIK.3/C.2/B/2022 tanggal 09 Juni 2022 Perihal : Permohonan Izin Penelitian.

Berdasarkan perihal tersebut diatas, Kepala SMA Negeri 1 Tenggarong, Kabupaten Kutai Kartanegara, Provinsi Kalimantan Timur, menerangkan bahwa :

NIM	NAMA MAHASISWA	JUDUL SKRIPSI
1811102413093	Irda Mawarni	Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Tenggarong
1811102413193	Puji Lestari	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Tenggarong
1811102412147	Refa Yulia Rossanty	Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Tenggarong
1811102413175	Taqiyah	Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Tenggarong

Bahwa yang bersangkutan benar telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 1 Tenggarong.

Demikian surat keterangan telah melaksanakan penelitian ini dibuat, untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Tenggarong, 30 Maret 2023



Lampiran 4 Lembar Pernyataan Persetujuan

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini bersedia untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Refa Yulia Rossanty, mahasiswa program S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dengan judul: "**Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Tenggarong**".

Saya memahami dan menyadari bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan dampak yang merugikan bagi saya, serta informasi yang akan diberikan sepenuhnya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Tenggarong, 14 Juni 2022

Responden

(.....)

Lampiran 5 Kuesioner Aktivitas Fisik

Kuesioner Penelitian

No. Responden :

Kelas :

Umur :

Berat Badan:

KUESIONER

INTERNATIONAL PHYSICAL ACTIVITY QUESTIONNAIRE (IPAQ)

Kami tertarik untuk mengetahui berbagai aktivitas fisik yang dikerjakan masyarakat sebagai bagian dalam kehidupan sehari-hari. Pertanyaan berikut akan menanyakan kepada anda tentang waktu yang anda habiskan untuk aktif secara fisik selama 7 hari terakhir. Jawablah tiap-tiap pertanyaan meskipun anda tidak menganggap diri anda sebagai orang yang aktif. Pikirkanlah aktivitas yang anda kerjakan saat anda bekerja atau sekolah, sebagai bagian dari pekerjaan rumah dan halaman, perjalanan dari satu tempat ke tempat lain, dan dalam waktu luang anda pada saat rekreasi, latihan atau olahraga.

Pikirkanlah segala aktivitas fisik berat maupun sedang yang anda kerjakan dalam 7 hari terakhir. Aktivitas fisik berat merupakan aktivitas yang membutuhkan tenaga fisik yang kuat dan membuat tarikan nafas anda lebih cepat dari normal. Aktivitas fisik sedang merupakan aktivitas yang membutuhkan kekuatan fisik sedang dan membuat tarikan nafas anda sedikit lebih cepat dari normal. Jawab pertanyaan dengan di centang (√).

BAGIAN 1: AKTIVITAS FISIK YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEGIATAN BELAJAR

Bagian pertama berikut tentang kegiatan belajar anda, termasuk kegiatan belajar di rumah/asrama maupun di luar. Perlu diketahui, jangan memasukkan pekerjaan yang anda kerjakan di dalam maupun di sekitar rumah seperti pekerjaan sehari-hari dalam rumah, pekerjaan di pekarangan, perawatan secara umum, perawatan rumah dan keluarga, dan lain-lain. Hal tersebut akan dinyatakan pada bagian 3.

1	Apakah akhir-akhir ini anda mempunyai kegiatan belajar di sekolah atau ditempat kursus diluar rumah/asrama?	
	a. Ya b. Tidak	Jika tidak ada, lanjutkan ke BAGIAN 2 : TRANSPORTASI
	<p>Pertanyaan selanjutnya tentang aktivitas fisik yang anda kerjakan selama 7 hari terakhir sebagai bagian dari kegiatan belajar di luar rumah. Tidak termasuk perjalanan berangkat dan pulang ke tempat belajar.</p> <p>Pikirkan hanya aktivitas fisik yang anda kerjakan minimal 10 menit sekali waktu.</p>	
2	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan aktivitas berat seperti mengangkat benda-benda berat, naik tangga, dan olahraga wajib di jam sekolah (bermain bola voli, bola basket, sepak bola, dsb) ? hanya pikirkan tentang aktivitas fisik yang anda lakukan setidaknya 10 menit sekali waktu.	
	a.hari/minggu b. Tidak ada kegiatan belajar yang menuntut aktivitas fisik berat	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no.4
3	Berapa lama waktu yang biasa anda habiskan dalam sehari untuk melakukan aktivitas fisik berat sebagai bagian dari kegiatan belajar anda (pertanyaan no. 2) ?	
	a..... menit/hari	
4	Lagi, pikirkanlah hanya aktivitas fisik yang anda kerjakan selama paling tidak 10menit sekali waktu. Selama 7 hari terakhir berapa hari anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti mengangkat benda ringan sebagai bagian dari kegiatan belajar anda? Tidak termasuk berjalan.	
	a.hari/minggu b. Tidak ada kegiatan belajar yang menuntut aktivitas fisik sedang	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 6

5	Berapa banyak waktu yang biasa anda habiskan pada suatu hari untuk melakukan aktivitas fisik sedang sebagai bagian dari kegiatan belajar anda(pertanyaan no.4) ?	
	a..... menit/hari	
6	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda berjalan selama minimum 10 menit sebagai bagian dalam kegiatan belajar anda? Tidak termasuk berjalan dalam rangka berangkat ke ataupun pulang dari tempat belajar.	
	a.hari/minggu b. Tidak ada waktu berjalan yang berhubungan dengan kegiatan belajar	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 8

7	Berapa lama waktu yang biasanya anda habiskan untuk berjalan pada hari-hari tersebut sebagai bagian dari kegiatan belajar anda (pertanyaan no. 6) ?	
	a..... menit/hari	
BAGIAN 2 : AKTIVITAS FISIK DALAM TRANSPORTASI		
Pertanyaan berikut tentang bagaimana anda melakukan perjalanan dari dan ke suatu tempat, termasuk tempat belajar, kantin, took, pasar, dan sebagainya selama 7 hari terakhir, minimum 10 menit.		
8	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda berpergian menggunakan kendaraan bermotor seperti sepeda motor, kereta api, bus, mobil, dll ?	
	a.hari/minggu b. Tidak ada perjalanan menggunakan kendaraan bermotor	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 10
9	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk berpergian dengan kendaraan bermotor seperti sepeda motor, kereta api, bus, mobil, dll dalam satu hari ? (sesuai jawaban pertanyaan no. 8)	
	a..... menit/hari	
10	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda bersepeda paling sedikit 10 menit terus-menerus dari satu tempat ke tempat lain?	
	a.hari/minggu b. Tidak ada bersepeda dari satu tempat ke tempat lain	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no.12
11	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk bersepeda dalam satu hari ? (sesuai jawaban pertanyaan no. 10)	
	a.menit/hari	
12	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda berjalan paling sedikit 10 menit terus-menerus dari satu tempat ke tempat lain?	

	a.hari/minggu b. Tidak ada	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 14
13	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk berjalan dalam satu hari? (Sesuai jawaban pertanyaan no. 12)	
	a.....menit/hari	

BAGIAN 3 : KEGIATAN DI RUMAH ATAU ASRAMA

Bagian ini tentang beberapa kegiatan fisik yang mungkin anda lakukan dalam 7 hari terakhir di dalam dan sekitar rumah atau asrama, seperti menyapu, mengepel, membersihkan kamar atau rumah, mencuci, menyetrika dan lain lain.

14	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan kegiatan fisik yang beratpaling sedikit 10 menit terus menerus seperti mengangkat benda berat, memotong kayu, menggali di halaman atau menimba air di sumur?	
	a.hari/minggu b. Tidak melakukan aktivitas berat	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 16
15	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk melakukan kegiatan fisik yang berat di halaman dalam satu hari? (sesuai jawaban pertanyaan no. 14)	
	a.....menit/hari	
16	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan kegiatan fisik yang sedang paling sedikit 10 menit terus menerus seperti membawa benda ringan, mengelapjendela, mencabut rumput, atau menyapu di halaman?	
	a.hari/minggu b. Tidak melakukan aktivitas fisik sedang	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 18
17	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik sedang di halaman dalam satu hari? (Sesuai jawaban pertanyaan no. 16)	
	a.....menit/hari	
18	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan kegiatan fisik yang sedangpaling sedikit 10 menit terus menerus seperti membawa benda ringan, mengelap jendela, menyikat lantai dan menyapu di dalam rumah atau asrama anda?	

	a.hari/minggu b. Tidak melakukan aktivitas sedang	Jika tidak ada, lanjutkan pertanyaan no. 20
19	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisiksedang di rumah atau asrama dalam satu hari? (sesuai jawaban pertanyaan no. 18)	
	a.....menit/hari	
BAGIAN 4 : REKREASI, OLAHRAGA, DAN AKTIVITAS FISIK DI WAKTU SANTAI		
Bagian ini tentang semua kegiatan fisik yang anda lakukan dalam 7 hari terakhir untuk rekreasi, olahraga, hiburan lain di waktu santai. Aktivitas fisik yang sudah anda sebutkan pada pertanyaan-pertanyaan sebelumnya jangan disebutkan lagi. Bagian ini tentang aktivitas fisik yang anda kerjakan selama 7 hari terakhir paling sedikit 10 menit terus menerus.		
20	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda berjalan paling sedikit 10 menit terus menerus di waktu santai anda? (selain kegiatan berjalan yang ada di bagian 2)	
	a.hari/minggu b. Tidak ada aktivitas berjalanpada waktu santai	Jika tidak ada, lanjutkan pertanyaan no. 22
21	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk berjalan di waktu santai anda dalam satu hari? (sesuai jawaban pertanyaan no. 20)	
	a.....menit/hari	
22	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan kegiatan fisik yang beratminimal 10 menit seperti aerobic, berlari, bersepeda cepat, atau berenang cepat di waktu santai anda?	
	a.hari/minggu b. Tidak ada aktivitas yang berat di waktu santai	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 24
23	Berapa rata-rata waktu yang biasa anda habiskan untuk melakukan kegiatan fisik yang kuat di waktu santai anda dalam satu hari? (sesuai jawaban pertanyaan no.22)	
	a.....menit/hari	
24	Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan kegiatan fisik yang sedangminimal 10 menit seperti bersepeda pada kecepatan biasa,	

	berenang dengan kecepatan biasa, dan tenis di waktu santai anda?	
	a.hari/minggu b. Tidak ada aktivitas yang sedang di waktu santai	Jika tidak ada, lanjutkan ke pertanyaan no. 26
25	Berapa banyak waktu yang biasa anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik sedang dalam waktu santai anda dalam satu hari? (sesuai jawaban pertanyaan no.24)	
	a.....menit/hari	
BAGIAN 5 : WAKTU UNTUK DUDUK		
Pertanyaan terakhir tentang waktu yang anda habiskan duduk saat hari sekolah, di rumah atau asrama, dan selama waktu santai. Ini mungkin termasuk waktu yang dihabiskan duduk di meja, mengunjungi teman, membaca atau duduk atau berbaring untu menonton televise. Tidak termasuk waktu yang dihabiskan untuk duduk di kendaraan bermotor seperti yang telah anda sebutkan sebelumnya.		
26	Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang biasanya anda habiskan untuk duduk saat hari sekolah? (di rumah atau asrama maupun di tempat belajar)	
	a.....menit/hari	
27	Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang biasanya anda habiskan untuk duduk selama hari libur?	

Lampiran 6 Kuesioner Siklus Menstruasi

KUESIONER SIKLUS MENSTRUASI

1. Kapan anda pertama kali mengalami menstruasi? (sebutkan tahun dan umur anda saat pertama kali menstruasi)

Jawaban:

Setelah menjawab pertanyaan di atas, kemudian isilah pertanyaan di bawah ini sesuai dengan siklus menstruasi yang anda alami selama 3 bulan terakhir ini. Berilah tanda (√) pada salah satu pilihan jawaban Anda.

Ya: Jika sesuai dengan saya

Tidak: Jika tidak sesuai dengan saya

1.	Apakah anda memiliki penyakit reproduksi? (seperti: gangguan tiroid, kanker ovarium, endometriosis dan lain-lain)		
2	Apakah anda mengonsumsi obat hormonal? (seperti: penstabil mood, antipsikotik dan lain-lain)		
3	Apakah siklus menstruasi anda terjadi selama 21-35 hari dalam satu bulan?		
4	Apakah siklus menstruasi anda terjadi kurang dari 21 hari sekali?		
5	Apakah siklus menstruasi anda terjadi lebih dari 35 hari?		
6.	Apakah anda tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan terakhir ini?		

Lampiran 7 Output Pengolahan Data

Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji Validitas

		X1	X2	X3	X4	X5	X6	Total
X1	Pearson Correlation	1	-.111	.259	.356	.111	.802	.690
	Sig. (2-tailed)		.559	.167	.053	.559	.000	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30
X2	Pearson Correlation	-.111	1	.259	.356	.111	-.089	.464
	Sig. (2-tailed)	.559		.167	.053	.559	.640	.010
	N	30	30	30	30	30	30	30
X3	Pearson Correlation	.259	.259	1	.356	-.167	.356	.577
	Sig. (2-tailed)	.167	.167		.053	.379	.053	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30
X4	Pearson Correlation	.356	.356	.356	1	.200	-.071	.644
	Sig. (2-tailed)	.053	.053	.053		.288	.708	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30
X5	Pearson Correlation	.111	.111	-.167	.200	1	-.134	.441
	Sig. (2-tailed)	.559	.559	.379	.288		.481	.015
	N	30	30	30	30	30	30	30
X6	Pearson Correlation	.802	-.089	.356	-.071	-.134	1	.508
	Sig. (2-tailed)	.000	.640	.053	.708	.481		.004
	N	30	30	30	30	30	30	30
Total	Pearson Correlation	.690	.464	.577	.644	.441	.508	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.010	.001	.000	.015	.004	
	N	30	30	30	30	30	30	30

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.511	6

Hasil Analisa

Crosstab

			Usia Menarche							Total	
			6.0	9.0	10.0	11.0	12.0	13.0	14.0		15.0
Nama lengkap	Responden	Count	1	3	19	30	67	40	22	5	187
		% of Total	0.5%	1.6%	10.2%	16.0%	35.8%	21.4%	11.8%	2.7%	100.0%
Total		Count	1	3	19	30	67	40	22	5	187
		% of Total	0.5%	1.6%	10.2%	16.0%	35.8%	21.4%	11.8%	2.7%	100.0%

Crosstab

			Usia					Total	
			14.0	15.0	16.0	17.0	18.0		20.0
Nama lengkap	Responden	Count	3	29	95	57	2	1	187
		% of Total	1.6%	15.5%	50.8%	30.5%	1.1%	0.5%	100.0%
Total		Count	3	29	95	57	2	1	187
		% of Total	1.6%	15.5%	50.8%	30.5%	1.1%	0.5%	100.0%

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktifitas *	KodeSiklusMenstruas	187	100.0%	0	0.0%	187	100.0%

Aktifitas * KodeSiklusMenstruas Crosstabulation

Count

		KodeSiklusMenstruas		Total
		Normal	Tidak Normal	
Aktifitas	Berat	49	63	112
	Sedang	30	21	51
	Ringan	10	14	24
Total		89	98	187

Symmetric Measures

		Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.137	.167
N of Valid Cases		187	

Data Responden

No	Usia	BB	TB	Aktivitas berat	Aktivitas sedang	Aktivitas Ringan	Total MET	Kategori Aktivitas	Kode Aktivitas	Usia Menarche	Siklus Menstruasi	Kode Siklus Menstruasi
1	16	59	152	0	0	475.5	476	Ringan	2	10	TIDAK NORMAL	1
2	15	38	152	0	840	646.5	1487	Sedang	1	12	TIDAK NORMAL	1
3	17	60	165	0	840	1806	2646	Sedang	0	12	NORMAL	0
4	15	54	155	0	280	766.5	1047	Sedang	1	14	NORMAL	0
5	16	45	162	0	3360	766.5	4127	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
6	18	41	161	0	560	993	1553	Sedang	1	15	TIDAK NORMAL	1
7	16	54	160	1960	280	300	2540	Sedang	1	14	TIDAK NORMAL	1
8	16	55	167	0	0	466.5	467	Ringan	1	11	NORMAL	0
9	16	35	148	0	560	582	1142	Sedang	1	14	TIDAK NORMAL	1
10	18	60	160	10080	1680	240	12000	Berat	0	15	TIDAK NORMAL	1
11	17	59	165	0	1680	1686	3366	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
12	16	46	152	0	840	753	1593	Sedang	1	13	TIDAK NORMAL	1
13	16	41	156	0	420	406.5	827	Sedang	1	13	NORMAL	0
14	16	49	161	0	0	711	711	Sedang	0	12	NORMAL	0
15	15	58	157	280	700	471	1451	Sedang	0	13	NORMAL	0
16	15	45	155	1680	1680	1506	4866	Berat	0	11	NORMAL	0
17	16	36	147	0	0	235.5	236	Ringan	2	13	NORMAL	0
18	17	51	153	0	1680	1506	3186	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
19	17	47	162	0	1400	1515	2915	Sedang	0	13	NORMAL	0
20	16	54	160	0	0	0	0	Ringan	2	12	NORMAL	0
21	16	37	152	1680	840	993	3513	Berat	0	13	NORMAL	0
22	16	75	163	1680	840	813	3333	Berat	0	13	NORMAL	0
23	16	65	162	0	3360	5724	9084	Berat	0	12	NORMAL	0
24	16	38	155	0	0	60	60	Ringan	2	10	NORMAL	0

25	17	68	163	3360	840	708	4908	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
26	16	50	161	560	280	236	1076	Sedang	0	12	NORMAL	0
27	15	65	165	0	280	351	631	Sedang	2	12	NORMAL	0
28	16	40	160	0	420	993	1413	Sedang	1	12	NORMAL	0
29	17	65	154	0	420	753	1173	Sedang	1	12	TIDAK NORMAL	1
30	17	38	155	1120	420	3132	4672	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
31	16	50	164	13440	0	180	13620	Berat	0	14	TIDAK NORMAL	1
32	16	40	160	0	3360	3252	6612	Berat	0	11	NORMAL	0
33	17	45	150	0	0	15	15	Ringan	2	12	TIDAK NORMAL	1
34	16	56	158	0	0	466.5	467	Ringan	1	12	TIDAK NORMAL	1
35	16	80	165	3360	0	1446	4806	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
36	17	43	158	0	560	762	1322	Sedang	1	13	NORMAL	0
37	16	63	158	0	280	346.5	627	Sedang	1	10	NORMAL	0
38	17	50	155	0	1680	933	2613	Sedang	1	12	NORMAL	0
39	17	53	157	0	0	0	0	Ringan	2	12	TIDAK NORMAL	1
40	16	68	157	0	0	1866	1866	Sedang	1	13	NORMAL	0
41	16	38	157	560	0	406.5	967	Sedang	0	10	TIDAK NORMAL	1
42	17	45	150	0	560	1566	2126	Sedang	0	12	NORMAL	0
43	17	54	158	2520	420	703	3643	Berat	0	14	TIDAK NORMAL	1
44	16	49	149	0	1680	1686	3366	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
45	17	66	162	0	840	1446	2286	Sedang	1	13	NORMAL	0
46	16	46	163	1120	840	1446	3406	Berat	0	12	NORMAL	0
47	16	45	155	0	0	366.5	367	Ringan	2	12	TIDAK NORMAL	1
48	17	58	152	0	140	115.5	256	Ringan	1	13	NORMAL	0
49	17	40	160	1120	420	706.5	2247	Sedang	1	12	NORMAL	0
50	17	45	149	0	560	766.5	1327	Sedang	1	12	NORMAL	0
51	16	57	171	10080	560	462	11102	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
52	17	45	160	0	840	993	1833	Sedang	0	13	NORMAL	0

53	17	48	158	1680	280	411	2371	Sedang	0	11	TIDAK NORMAL	1
54	16	52	162	1680	140	3372	5192	Berat	0	11	NORMAL	0
55	16	72	163	1680	840	1406	3926	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
56	17	77	167	6720	6720	15	13455	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
57	16	45	165	0	0	0	0	Ringan	2	10	TIDAK NORMAL	1
58	16	40	163	0	280	873	1153	Sedang	0	12	NORMAL	0
59	17	75	160	3360	280	231	3871	Berat	0	12	NORMAL	0
60	16	45	160	0	280	582	862	Sedang	1	11	NORMAL	0
61	16	45	165	0	0	0	0	Ringan	2	10	TIDAK NORMAL	1
62	17	40	159	6720	840	813	8373	Berat	0	12	NORMAL	0
63	16	44	144	0	840	1053	1893	Sedang	1	12	NORMAL	0
64	17	60	173	0	840	522	1362	Sedang	1	13	TIDAK NORMAL	1
65	15	60	155	0	280	356.5	637	Sedang	1	12	TIDAK NORMAL	1
66	16	45	153	280	840	993	2113	Sedang	0	12	NORMAL	0
67	15	60	159	0	0	300	300	Ringan	1	12	TIDAK NORMAL	1
68	16	45	163	560	504	276	1340	Sedang	1	13	NORMAL	0
69	17	60	153	0	84	72.3	156	Ringan	2	10	NORMAL	0
70	17	37	163	0	560	351	911	Sedang	1	14	NORMAL	0
71	16	50	153	1680	0	711	2391	Sedang	0	13	TIDAK NORMAL	1
72	16	43	153	0	0	120	120	Ringan	2	13	NORMAL	0
73	17	49	160	0	0	1279.5	1280	Sedang	1	14	NORMAL	0
74	17	67	155	0	0	240	240	Ringan	0	11	NORMAL	0
75	16	45	166	1120	140	145.5	1406	Sedang	1	13	TIDAK NORMAL	1
76	16	48	145	840	840	231	1911	Sedang	0	14	TIDAK NORMAL	1
77	17	63	158	1120	560	512	2192	Sedang	0	12	NORMAL	0
78	17	85	168	0	560	1173	1733	Sedang	1	11	NORMAL	0
79	17	70	155	1680	0	0	1680	Sedang	1	11	TIDAK NORMAL	1
80	17	53	160	0	420	466.5	887	Sedang	1	11	TIDAK NORMAL	1

81	17	58	156	560	3360	2772	6692	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
82	16	63	162	16800	140	475.5	17416	Berat	0	11	TIDAK NORMAL	1
83	15	48	159	6720	280	462	7462	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
84	15	50	170	10080	4480	554.1	15114	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
85	16	69	159	0	0	651	651	Sedang	2	12	TIDAK NORMAL	1
86	16	70	163	7280	280	261	7821	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
87	16	42	157	1680	420	471	2571	Sedang	0	13	TIDAK NORMAL	1
88	16	43	153	6720	280	522	7522	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
89	16	45	160	13440	840	873	15153	Berat	0	12	NORMAL	0
90	16	48	150	1120	420	646.5	2187	Sedang	0	12	TIDAK NORMAL	1
91	20	44	156	1680	0	582	2262	Sedang	1	13	TIDAK NORMAL	1
92	16	35	154	0	280	471	751	Sedang	0	13	TIDAK NORMAL	1
93	14	45	153	0	420	826.5	1247	Sedang	0	13	TIDAK NORMAL	1
94	17	43	166	0	560	1806	2366	Sedang	1	13	TIDAK NORMAL	1
95	16	68	160	0	560	1506	2066	Sedang	0	12	TIDAK NORMAL	1
96	16	46	161	1120	560	1446	3126	Berat	0	14	TIDAK NORMAL	1
97	16	45	162	0	10080	8436	18516	Berat	0	12	NORMAL	0
98	17	71	154	0	1680	1566	3246	Berat	0	6	TIDAK NORMAL	1
99	16	57	161	280	1680	1626	3586	Berat	0	14	NORMAL	0
100	16	42	155	112	840	753	1705	Sedang	0	11	NORMAL	0
101	17	52	158	0	840	1053	1893	Sedang	0	14	TIDAK NORMAL	1
102	16	43	156	0	140	115.5	256	Ringan	2	12	TIDAK NORMAL	1
103	17	40	153	0	0	180	180	Ringan	2	13	NORMAL	0
104	16	68	163	6720	840	1173	8733	Berat	0	10	NORMAL	0
105	17	47	163	0	3360	817.5	4178	Berat	0	14	TIDAK NORMAL	1

106	16	47	158	3360	840	933	5133	Berat	0	12	NORMAL	0
107	16	71	156	0	280	261	541	Ringan	1	14	TIDAK NORMAL	1
108	17	58	160	0	1680	1806	3486	Berat	0	9	TIDAK NORMAL	1
109	17	45	156	0	1680	1386	3066	Berat	0	13	NORMAL	0
110	17	49	160	0	0	346.5	347	Ringan	0	12	TIDAK NORMAL	1
111	16	62	164	560	840	1053	2453	Sedang	0	13	TIDAK NORMAL	1
112	16	55	160	1680	0	0	1680	Sedang	1	11	TIDAK NORMAL	1
113	17	65	161	280	140	231	651	Sedang	1	14	TIDAK NORMAL	1
114	16	45	158	0	560	813	1373	Sedang	1	13	TIDAK NORMAL	1
115	17	47	155	0	0	0	0	Ringan	2	15	TIDAK NORMAL	1
116	15	43	158	10080	280	248	10608	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
117	15	74	162	280	840	522	1642	Sedang	1	11	TIDAK NORMAL	1
118	16	45	144	0	0	642	642	Sedang	1	14	TIDAK NORMAL	1
119	16	51	151	3360	3360	2892	9612	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
120	16	46	156	560	0	531	1091	Sedang	1	13	TIDAK NORMAL	1
121	16	70	172	13440	840	180	14460	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
122	17	46	160	0	840	873	1713	Sedang	1	14	TIDAK NORMAL	1

12 3	17	65	163	1680	840	933	3453	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
12 4	16	62	157	1680	280	10	1970	Sedang	1	14	TIDAK NORMAL	1
12 5	17	52	157	16800	6720	4218	27738	Berat	0	14	TIDAK NORMAL	1
12 6	16	56	160	0	560	2782	3342	Berat	0	10	TIDAK NORMAL	1
12 7	17	53		0	420	3072	3492	Berat	0	13	NORMAL	0
12 8	16	60	158	0	1680	7230	8910	Berat	0	10	NORMAL	0
12 9	16	67	155	0	1680	7050	8730	Berat	0	14	NORMAL	0
13 0	16	53	165	2520	1680	993	5193	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
13 1	17	60	153	1680	560	5844	8084	Berat	0	10	NORMAL	0
13 2	15	79	164	0	280	420	700	Sedang	1	10	TIDAK NORMAL	1
13 3	15	48	150	6720	840	2772	10332	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
13 4	16	43	57	0	420	10866	11286	Berat	0	13	TIDAK NORMAL	1
13 5	17	51	160	0	420	822	1242	Sedang	1	13	NORMAL	0
13 6	16	54	161	0	560	693	1253	Sedang	1	12	NORMAL	0
13 7	17	45	157	1680	420	526.5	2627	Sedang	0	11	TIDAK NORMAL	1
13 8	16	60	158	1680	0	240	1920	Sedang	1	11	TIDAK NORMAL	1
13 9	17	46	165	6720	840	231	7791	Berat	0	15	TIDAK NORMAL	1

14 0	17	43	148	0	5040	4398	9438	Berat	0	14	TIDAK NORMAL	1
14 1	15	49	157	0	6720	5844	12564	Berat	0	12	NORMAL	0
14 2	16	52	160	0	0	300	300	Ringan	2	11	TIDAK NORMAL	1
14 3	15	48	153	13440	1680	2016	17136	Berat	0	10	NORMAL	0
14 4	15	50	162	1680	0	60	1740	Sedang	1	11	TIDAK NORMAL	1
14 5	15	42	157	13440	1120	642	15202	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
14 6	16	47	159	3360	3360	1626	8346	Berat	0	15	TIDAK NORMAL	1
14 7	16	40	160	20160	280	5	20445	Berat	0	12	TIDAK NORMAL	1
14 8	17	37	156	1680	840	1053	3573	Berat	0	12	NORMAL	0
14 9	16	58	162	560	280	531	1371	Sedang	0	12	NORMAL	0
15 0	15	47	150	0	420	376.5	797	Sedang	1	14	NORMAL	0
15 1	16	68	158	1120	280	762	2162	Sedang	0	12	NORMAL	0
15 2	15	45	158	560	280	120	960	Sedang	0	12	NORMAL	0
15 3	14	50	150	1120	280	507	1907	Sedang	1	11	NORMAL	0
15 4	16	50	150	0	840	366.5	1207	Sedang	1	12	NORMAL	0
15 5	15	45	156	1680	0	0	1680	Sedang	1	12	NORMAL	0
15 6	15	72	164	0	840	411	1251	Sedang	1	9	TIDAK NORMAL	1

15 7	15	43	157	1120	0	240	1360	Sedang	1	12	NORMAL	0
15 8	16	42	155	0	3640	3048	6688	Berat	0	12	NORMAL	0
15 9	16	42	163	280	3640	0	3920	Berat	0	11	TIDAK NORMAL	1
16 0	16	42	158	10080	3640	531	14251	Berat	0	12	NORMAL	0
16 1	15	35	144	1680	280	261	2221	Sedang	0	11	TIDAK NORMAL	1
16 2	16	40	150	1680	280	261	2221	Sedang	0	11	NORMAL	0
16 3	16	43	160	1120	280	651	2051	Sedang	1	12	TIDAK NORMAL	1
16 4	15	51	145	1680	336	531	2547	Sedang	0	10	NORMAL	0
16 5	15	40	157	1400	420	651	2471	Sedang	0	11	NORMAL	0
16 6	16	41	160	1120	280	443.4	1843	Sedang	1	11	NORMAL	0
16 7	16	52	159	1120	0	706.5	1827	Sedang	1	11	NORMAL	0
16 8	16	65	158	0	280	300	580	Ringan	1	12	TIDAK NORMAL	1
16 9	15	45	155	0	280	711	991	Sedang	1	12	TIDAK NORMAL	1
17 0	14	47	154	560	392	180	1132	Sedang	1	9	NORMAL	0
17 1	15	42	157	840	0	360	1200	Sedang	1	10	NORMAL	0
17 2	15	48	158	0	0	651	651	Sedang	1	10	TIDAK NORMAL	1
17 3	15	50	156	0	420	757.2	1177	Sedang	0	13	TIDAK NORMAL	1

17 4	16	49	160	1120	420	646.5	2187	Sedang	1	12	TIDAK NORMAL	1
17 5	16	46	146	0	560	720.3	1280	Sedang	1	10	NORMAL	0
17 6	16	42	155	560	0	780.3	1340	Sedang	1	11	NORMAL	0
17 7	17	44	143	0	280	683.4	963	Sedang	1	11	NORMAL	0
17 8	17	45	154	840	420	420	1680	Sedang	1	14	NORMAL	0
17 9	16	41	149	560	0	480	1040	Sedang	1	12	NORMAL	0
18 0	16	40	159	0	0	480	480	Ringan	1	13	NORMAL	0
18 1	16	46	148	1120	560	471	2151	Sedang	0	13	NORMAL	0
18 2	16	47	157	1680	280	591	2551	Sedang	0	11	TIDAK NORMAL	1
18 3	17	60	155	0	420	711	1131	Sedang	1	10	TIDAK NORMAL	1
18 4	16	51	156	0	0	780.3	780	Sedang	1	10	NORMAL	0
18 5	17	55	148	0	0	826.5	827	Sedang	1	11	NORMAL	0
18 6	17	52	159	1680	280	720.3	2680	Sedang	0	11	NORMAL	0
18 7	16	45	151	1120	420	614.1	2154	Sedang	0	12	NORMAL	0

Lampiran 8 Lembar Konsultasi

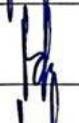
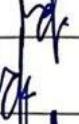
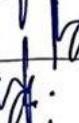
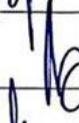
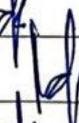
LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING

Nama : Puji Lestari

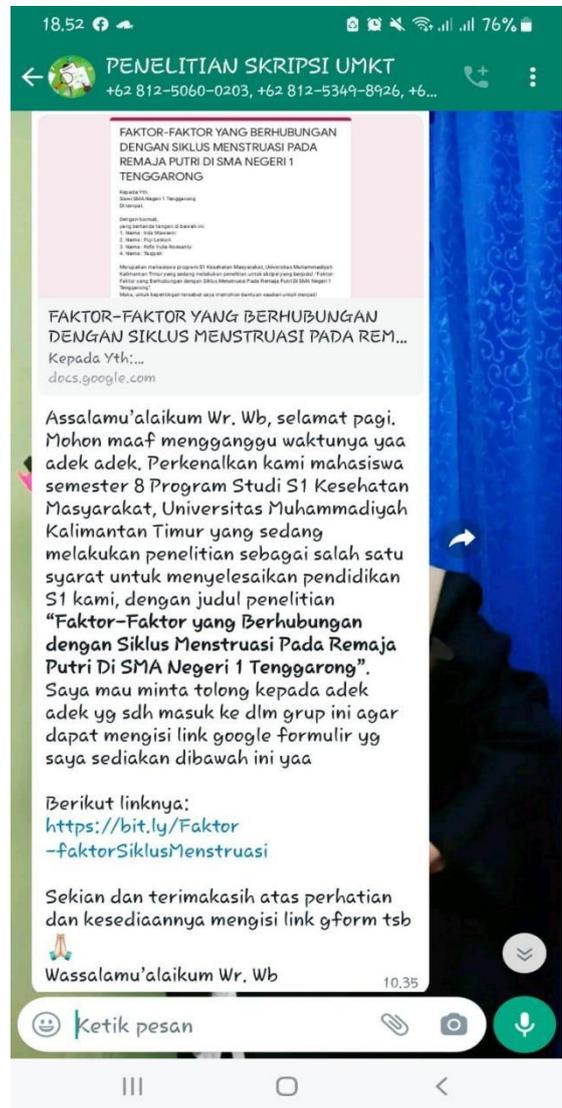
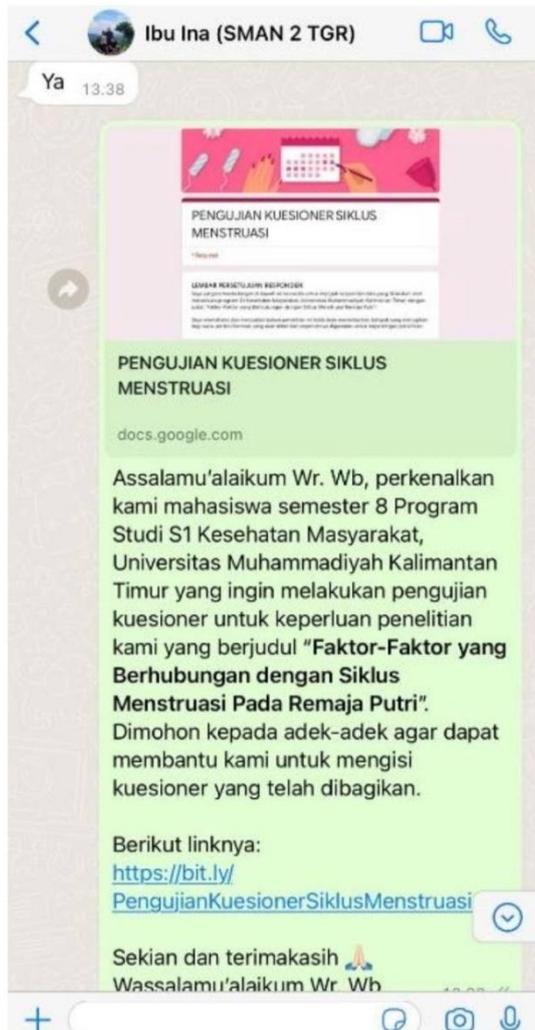
Nim : 1811102413193

Judul Proposal : HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI SMAN 1 TENGGARONG

Pembimbing : Mardiana, M.Kes

NO	TANGGAL	KONSULTASI	HASIL KONSULTASI	PARAF
1	18 Februari 2022	Konsultasi Judul	ACC	
2	10 Maret 2022	Konsultasi Lokasi Penelitian	ACC	
3	13 Maret 2022	Konsultasi Kuesioner Aktivitas Fisik	ACC	
4	15 Maret 2022	Konsultasi Kuesioner Siklus Menstruasi	Revisi	
5	18 Maret 2022	Konsultasi BAB I-II	Revisi	
6	29 Maret 2022	Konsultasi BAB I-III	Revisi	
7	22 April 2022	Konsultasi Kuesioner Menstruasi	ACC	
8	22 April 2022	Konsultasi BAB I-III	ACC	
9	25 Novemver 2022	Konsultasi BAB IV-V	Revisi	
10	3 Oktober 2022	Konsultasi BAB IV-V	ACC	

Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan





Lampiran 10 Hasil Turnitin

**SKRIPSI: Puji Lestari :
Hubungan Aktivitas Fisik
Dengan Siklus Menstruasi pada
Remaja Putri SMA Negeri 1
Tenggarong**

by Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Submission date: 16-Nov-2023 09:13AM (UTC+0800)

Submission ID: 2191925730

File name: NASKAH_SKRIPSI_PUJI_LESTARI_1.docx (633.06K)

Word count: 8203

Character count: 50911

SKRIPSI: Puji Lestari : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Tenggarong

ORIGINALITY REPORT

28% SIMILARITY INDEX	28% INTERNET SOURCES	11% PUBLICATIONS	14% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	------------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source	4%
2	adibusada.ac.id Internet Source	2%
3	repository.unhas.ac.id Internet Source	2%
4	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	2%
5	ejournal3.undip.ac.id Internet Source	1%
6	repo.stikmuhtk.ac.id Internet Source	1%
7	docobook.com Internet Source	1%
8	eprints.umpo.ac.id Internet Source	1%
9	docplayer.info Internet Source	1%