

Lampiran 1

JADWAL KEGIATAN PEMBUATAN SKRIPSI
“HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK HARIAN DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 2 PONOROGO”

No	Kegiatan	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	Agt	Sept	Okt
1	Mengumpulkan FUD														
2	Penyusunan proposal														
3	Ujian proposal														
4	Penyusunan skripsi														
5	Ujian skripsi														
6	Yudisium														
7	Pendaftaran Wisuda														
8	Wisuda														

Lampiran 2

INFORMED CONSENT **Mendapatkan Persetujuan Setelah Penjelasan:** **Informasi esensial untuk calon peserta penelitian** **(WHO-CIOMS 2016)**

Judul Penelitian	: Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri
Jenis Penelitian	: Korelasi
Nama Peneliti	: Novi Kusuma Wati
Alamat Peneliti	: Rt 01/ Rw 01 Ngiliran, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan
Lokasi(Tempat) Penelitian	: SMP N 2 Ponorogo

Sebelum meminta persetujuan responden untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini, peneliti akan menjelaskan beberapa informasi yang terkait dalam penelitian ini, antara lain adalah:

1. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri.
2. Menstruasi menjadi salah satu tanda anak memasuki masa pubertas. Terjadinya siklus menstruasi merupakan penanda bahwa organ-organ reproduksi seorang wanita telah berfungsi dengan baik. Maka dari itu anda diminta untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini. Bila anda setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, anda diminta untuk menandatangani dan menuliskan tanggal pada konfirmasi persetujuan untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini.
3. Partisipasi dalam penelitian ini bersifat sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Dalam penelitian ini anda memiliki hak untuk menolak atau mengundurkan diri dalam berpartisipasi.
4. Penelitian ini akan dilakukan dalam waktu 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama yaitu pembagian kuesioner dan pertemuan ke dua yaitu pengambilan kuesioner dari responden.
5. Dengan berpartisipasi dalam penelitian ini anda dapat berperan penting dalam mengetahui gangguan siklus menstruasi. Pada saat selesai pengisian kuesioner maka anda akan diberikan gantungan kunci untuk setiap responden
6. Hasil dari pengisian kuesioner ini akan kami beritahukan kepada anda jika anda menginginkan

7. Saya akan menjamin kerahasiaan pendapat dan identitas anda serta informasi yang anda berikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini tidak digunakan untuk hal yang lainnya.
8. Pada penelitian ini tidak dilakukan tindakan apapun kecuali pengisian kuesioner.
9. Anda sebagai subjek memiliki hak untuk mengakses data Anda.
10. Penelitian ini mempunyai risiko yang sangat kecil, karena tidak dilakukan tindakan apapun terhadap Anda. Apabila Anda merasa tidak nyaman saat pengisian kuesioner, Anda berhak untuk menolak.
11. Dengan berpartisipasi dalam penelitian ini anda anda dapat berperan penting dalam mengetahui gangguan siklus menstruasi. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi masyarakat untuk menambah pengetahuan tentang gangguan siklus menstruasi, selain itu juga dapat memberikan informasi yang berharga bagi kemajuan IPTEK di Indonesia.
12. Penelitian ini diharapkan memberikan informasi yang penting bagi kesehatan remaja.
13. Penelitian ini hanya bersifat untuk memperoleh data melalui keterangan yang Anda berikan. Jika penelitian ini berakhir dan sudah didapatkan hasil/kesimpulannya, maka data yang sudah kami peroleh akan kami hapus. Selama proses pengambilan data, Anda tidak dikenakan biaya apapun.
14. Tidak ada intervensi yang dilakukan.
15. Tidak ada intervensi.
16. Penelitian terkait topik ini sangat terbatas. Hasil penelitian ini memiliki novelty dalam bidang keperawatan.
17. Saya akan menjamin kerahasiaan pendapat dan identitas anda serta informasi yang anda berikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini tidak digunakan untuk hal yang lainnya.
18. Semua data akan dirahasiakan.
19. Tidak ada sponsor dalam melakukan penelitian ini.
20. Peneliti dalam melakukan penelitian ini hanya sebagai peneliti.
21. Prosedur ini akan menimbulkan perasaan pasien diexplorasi. Pada beberapa kasus proses pengisian kuesioner akan menimbulkan rasa tidak nyaman. Sampai sejauh ini, belum pernah dijumpai adanya penolakan dari pasien untuk pengisian kuesioner mendalam.

22. Tidak ada intervensi pada penelitian ini.
23. Tidak ada intervensi. Tidak ada kompensasi.
24. Ada hukum yang menjamin calon peserta yang ikut berpartisipasi untuk mendapatkan hak kompensasi
25. Subjek dapat menghubungi Komite Etik Penelitian Kesehatan FIK UNMUH Ponorogo
26. Laporan akan disampaikan kepada Komite Etik Penelitian Kesehatan FIK UNMUH Ponorogo
27. Pada penelitian ini bukan merupakan penelitian tersamar. Semua informasi akan diinformasikan secara jelas kepada Anda.
28. Seluruh informasi terkait dengan penelitian ini akan diinformasikan secara jelas. Jika Anda merasa informasi yang Anda berikan kurang, maka Anda dapat menarik informasi tersebut.
29. Penelitian ini hanya sebatas meminta informasi melalui pengisian kuesioner.
30. Dalam penelitian ini peneliti tidak menggunakan data sekunder seperti catatan medis ataupun specimen.
31. Dalam penelitian ini tidak menggunakan specimen biologis.
32. Penelitian ini tidak menerapkan intervensi apapun, sehingga mengandung risiko yang kecil bagi Anda yang tergolong perempuan usia produktif, atau dalam keadaan hamil.
33. Penelitian ini tidak menerapkan intervensi apapun, sehingga mengandung risiko yang kecil bagi Anda yang tergolong perempuan usia produktif, atau dalam keadaan hamil.
34. Penelitian ini dilakukan pada daerah yang aman dan tidak rawan bencana.
35. Data yang kami peroleh akan kami jamin kerahasiaan hasil data yang kami peroleh.

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Kelas :

Alamat :

No WhatsApp :

Telah mendapat keterangan secara rinci dan jelas mengenai:

1. Penelitian yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri”
2. Perlakuan yang akan dilakukan pada responden
3. Manfaat menjadi responden penelitian
4. Prosedur Penelitian

Responden dalam penelitian ini mendapatkan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu saya (bersedia/tidak bersedia*) secara sukarela untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran serta tanpa paksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dari pihak manapun.

Ponorogo,20.....

Peneliti,

Responden,

(Novi Kusuma Wati)

()

Saksi,

()

(*). Coret salah satu

Lampiran 3

Kisi-Kisi Kuesioner Aktivitas Fisik

Setelah data terkumpul, dilakukan pengelompokan data berdasarkan komponen, kemudian data diinterpretasikan dengan skala berdasarkan nilai PAL (*Physical Activity Level*) menurut WHO-FAO yaitu:

$$PAL = \frac{\sum(PAR \times W)/60}{24}$$

Keterangan :

PAL : *Physical Activity Level*

PAR : *Physical Activity Ratio*

W : Alokasi waktu yang digunakan dalam 24 jam

Setelah dilakukan pemberian kuesioner selama 1 minggu hasil akhir dapat digunakan menggunakan rumus:

$$Mean PAL = \frac{\sum PAL}{7}$$

Hasil akhir berdasarkan nilai Mean PAL (*Physical Activity Level*) dapat dikategorikan tingkat aktivitas fisik sebagai berikut:

1. Ringan : 1,40-1,69
2. Sedang : 1,70-1,99
3. Berat : 2,00-2,40

Keterangan Kuesioner:

- Tidur : tidur pada malam hari, tidur siang.
- Sekolah : belajar dikelas, istirahat, aktivitas sekolah lainnya.
- Menonton : menonton televisi, menonton film, dll
- Berjalan : berjalan kaki di pagi/sore hari (joging) atau olahraga.

Lampiran 4

I. DATA DEMOGRAFI

1. Nama :
2. Usia :
3. Usia berapa anda pertama menstruasi:
4. Saya sedang melakukan pembatasan makanan.
 - Ya atau Tidak
 - Jika Ya, Jenisnya _____
5. Apakah anda mengalami stres selama 3 bulan terakhir ini?
Ya atau Tidak
Jenis :

II. KUESIONER SIKLUS MENSTRUASI

	Februari	Maret	April	Mei
Tanggal hari	2019	2019	2019	2019
pertama				
menstruasi				

No Responden:

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

No	Jenis aktivitas fisik	W (lama melakukan)	PAR	W (menit x PAR)
1.	Tidur		1	
2.	Mandi/berpakaian/berdandan		2,3	
3.	Makan		1,5	
4.	Memasak		2,1	
5.	Sekolah		1,5	
6.	Mengepel		2,8	
7.	Menyetrika		2,0	
8.	Mencuci baju		3,2	
9.	Mencuci piring		1,4	
10.	Menyapu		1,2	
11.	Berjalan/olahraga		2,2	
12.	Berkebun		4,1	
13.	Mengerjakan tugas		4,2	
14.	Menonton TV/Film		1,5	
15.	Menggunakan bus/ mobil/ motor		2,3	
Total			24	
Nilai PAL				

No Responden:

Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai dengan lama anda melakukan aktivitas seperti dibawah ini dengan durasi waktu dalam menit.

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

No	Jenis aktivitas fisik	Lama melakukan (dalam menit)							
		Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	Total
1.	Tidur								
2.	Mandi/berpakaian/ berdandan								
3.	Makan								
4.	Memasak								
5.	Sekolah								
6.	Mengepel								
7.	Menyetrika								
8.	Mencuci baju								
9.	Mencuci piring								
10.	Menyapu								
11.	Berjalan/olahraga								
12.	Berkebun								
13.	Mengerjakan tugas								
14.	Menonton tv/ film								
15.	Diantar dengan bus/ mobil/ motor								

Lampiran 5

TABULASI RESPONDEN PENELITIAN

No Res	Umur (Tahun)	Usia Menarche (Tahun)	Diet	Stress	Aktivitas fisik	Siklus menstruasi
1	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
2	13	10	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
3	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
4	13	10	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
5	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
6	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
7	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
8	13	11	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
9	13	11	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
10	13	11	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
11	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
12	13	10	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
13	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Tidak teratur
14	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Teratur
15	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
16	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
17	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
18	13	12	Ya	Tidak	Ringan	Tidak teratur
19	13	10	Tidak	Tidak	Ringan	Teratur
20	13	12	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
21	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
22	13	11	Tidak	Tidak	Ringan	Teratur
23	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
24	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Tidak teratur
25	13	12	Tidak	Tidak	Berat	Tidak teratur
26	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Teratur

No Res	Umur (Tahun)	Usia Menarche (Tahun)	Diet	Stress	Aktivitas fisik	Siklus menstruasi
27	13	12	Ya	Tidak	Ringan	Tidak teratur
28	13	12	Ya	Tidak	Ringan	Tidak teratur
29	13	12	Tidak	Tidak	Ringan	Tidak teratur
30	13	12	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
31	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Tidak teratur
32	13	12	Tidak	Tidak	Ringan	Teratur
33	13	11	Tidak	Tidak	Berat	Tidak teratur
34	13	12	Tidak	Tidak	Ringan	Teratur
35	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
36	13	11	Tidak	Tidak	Ringan	Teratur
37	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
38	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
39	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
40	13	12	Tidak	Tidak	Sedang	Tidak teratur
41	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Teratur
42	13	12	Ya	Tidak	Ringan	Tidak teratur
43	13	11	Ya	Tidak	Ringan	Teratur

Lampiran 6 : Data Umum

Usia

Umur	Frekuensi	Prosentase (%)
13 Tahun	43	100,0
Total	43	100

Usia Menarche

Usia Menarche	Frekuensi	Prosentase (%)
10 Tahun	4	9,3
11 Tahun	14	32,6
12 Tahun	25	58,1
Total	43	100

Diet

Pembatasan makan	Frekuensi	Prosentase (%)
Diet	16	37,2
Tidak Diet	27	62,8
Total	43	100

Stress

Stres	Frekuensi	Prosentase (%)
Tidak Stres	43	100,0
Total	43	100

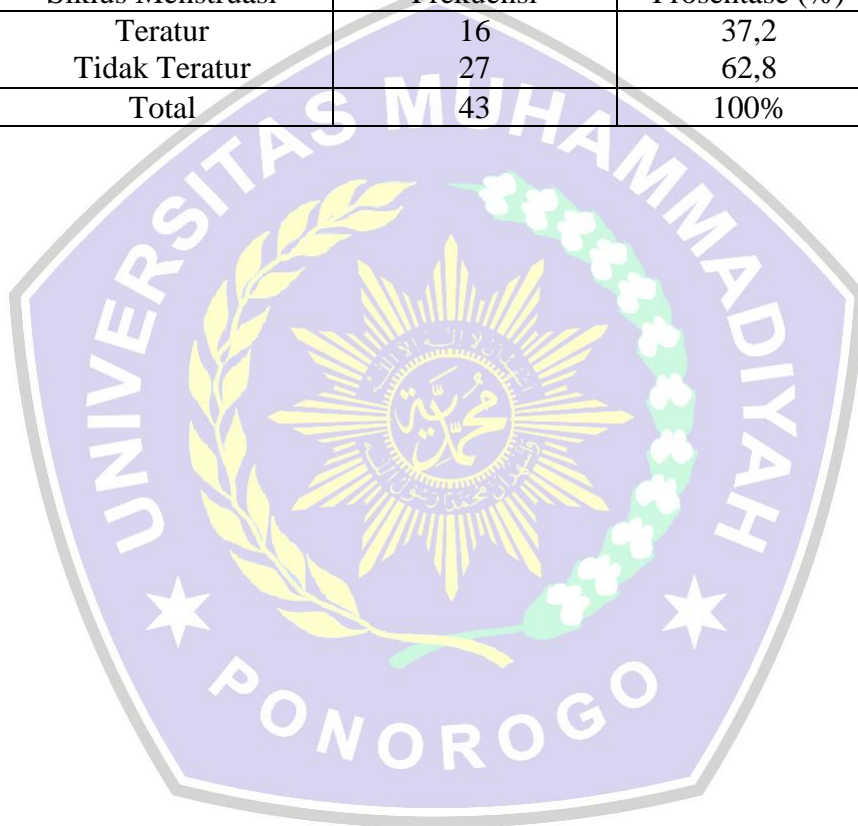
Lampiran 7 : Data Khusus

Aktivitas fisik

Aktivitas Fisik	Frekuensi	Prosentase (%)
Ringan	22	51,2
Sedang	19	44,2
Berat	2	4,7
Total	43	100

Siklus menstruasi

Siklus Menstruasi	Frekuensi	Prosentase (%)
Teratur	16	37,2
Tidak Teratur	27	62,8
Total	43	100%



Lampiran 8 : Tabulasi Data Khusus Penelitian
Observasi Aktivitas Fisik

No res	Hari Ke							Mean Pal	Kesimpulan
	1	2	3	4	5	6	7		
1	1,726	1,784	1,497	1,644	1,780	1,632	1,850	1,702	Sedang
2	1,829	1,673	1,598	1,525	1,766	1,686	1,837	1,702	Sedang
3	1,940	1,726	1,475	1,477	1,788	1,778	1,717	1,700	Sedang
4	1,530	1,529	1,332	1,481	1,534	1,575	1,479	1,494	Ringan
5	1,714	1,666	1,605	1,643	1,772	1,603	1,904	1,701	Sedang
6	1,896	1,625	1,465	1,595	1,780	1,774	1,765	1,700	Sedang
7	1,615	1,466	1,202	1,285	1,696	1,615	1,352	1,462	Ringan
8	1,861	1,513	1,549	1,721	1,789	1,771	1,707	1,702	Sedang
9	1,734	1,821	1,492	1,594	1,782	1,702	1,846	1,710	Sedang
10	1,719	1,710	1,502	1,658	1,787	1,775	1,841	1,713	Sedang
11	1,655	1,747	1,498	1,701	1,749	1,825	1,738	1,702	Sedang
12	1,552	1,564	1,589	1,442	1,621	1,349	1,510	1,518	Ringan
13	1,532	1,407	1,511	1,435	1,479	1,491	1,584	1,491	Ringan
14	1,817	1,468	1,512	1,575	1,945	1,783	1,829	1,704	Sedang
15	1,770	1,569	1,634	1,598	1,888	1,730	1,766	1,708	Sedang
16	1,772	1,745	1,327	1,799	1,851	1,807	1,714	1,716	Sedang
17	1,812	1,649	1,568	1,652	1,718	1,718	1,805	1,703	Sedang
18	1,611	1,498	1,480	1,583	1,638	1,542	1,554	1,558	Ringan
19	1,582	1,523	1,450	1,464	1,586	1,595	1,350	1,507	Ringan
20	1,530	1,539	1,189	1,433	1,486	1,501	1,435	1,445	Ringan
21	1,591	1,456	1,087	1,514	1,509	1,475	1,419	1,436	Ringan
22	1,342	1,479	1,327	1,603	1,625	1,571	1,352	1,471	Ringan
23	1,874	1,610	1,507	1,659	1,835	1,701	1,726	1,702	Sedang
24	1,444	1,380	1,255	1,489	1,538	1,536	1,610	1,465	Ringan
25	2,068	2,052	1,783	2,027	2,065	2,016	1,988	2,000	Berat
26	1,886	1,673	1,522	1,618	1,750	1,776	1,736	1,709	Sedang
27	1,505	1,498	1,437	1,571	1,525	1,380	1,611	1,504	Ringan
28	1,453	1,554	1,181	1,567	1,398	1,534	1,510	1,457	Ringan
29	1,471	1,464	1,379	1,506	1,447	1,454	1,573	1,471	Ringan
30	1,556	1,528	1,373	1,494	1,483	1,515	1,444	1,485	Ringan
31	1,684	1,603	1,500	1,516	1,512	1,642	1,632	1,584	Ringan
32	1,645	1,660	1,459	1,527	1,721	1,534	1,552	1,585	Ringan
33	2,049	2,047	1,811	2,038	2,038	2,016	2,004	2,000	Berat
34	1,555	1,487	1,039	1,628	1,545	1,572	1,606	1,490	Ringan
35	1,497	1,603	1,474	1,511	1,581	1,571	1,511	1,535	Ringan
36	1,401	1,311	1,465	1,584	1,368	1,257	1,456	1,406	Ringan
37	1,798	1,692	1,571	1,682	1,654	1,968	1,654	1,717	Sedang

	Hari Ke							Mean Pal	Kesimpulan
	1	2	3	4	5	6	7		
38	1,782	1,631	1,588	1,574	1,771	1,797	1,787	1,705	Sedang
39	1,754	1,733	1,615	1,661	1,881	1,717	1,732	1,728	Sedang
40	1,781	1,610	1,581	1,839	1,672	1,755	1,694	1,705	Sedang
41	1,465	1,498	1,428	1,629	1,486	1,589	1,563	1,523	Ringan
42	1,579	1,421	1,549	1,526	1,525	1,514	1,528	1,520	Ringan
43	1,446	1,472	1,486	1,445	1,441	1,619	1,462	1,482	Ringan



Lembar Observasi Aktivitas Fisik Selama 7 Hari (Menit)

no res	Lama Melakukan Selama 7 Hari (W)							Lama Melakukan (W) X PAR Selama 7 Hari							PAL = (PAR X W) / 60/ 24 selama 7 hari							Mean Pal
	Jumat	Sabtu	Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	
1	1400	1390	1330	1380	1408	1330	1375	2486	2570	2156	2368,5	2564,4	2351	2665	1,726	1,784	1,497	1,644	1,780	1,632	1,850	1,702
2	1420	1320	1390	1320	1435	1440	1440	2634,5	2409,5	2302,5	2196	2543,5	2429	2646	1,829	1,673	1,598	1,525	1,766	1,686	1,837	1,702
3	1440	1305	1295	1325	1430	1390	1440	2794	2486,5	2124,5	2127	1575	2561	2472,5	1,940	1,726	1,475	1,477	1,788	1,778	1,717	1,700
4	1430	1440	1265	1435	1440	1435	1440	2204	2203	1919,5	2134	2209	2268,5	2130	1,530	1,529	1,332	1,481	1,534	1,575	1,479	1,494
5	1440	1412	1380	1395	1435	1425	1440	2469,5	2399,9	2311,5	2367	2552	2309	2742	1,714	1,666	1,605	1,643	1,772	1,603	1,904	1,701
6	1440	1310	1260	1365	1395	1395	1440	2731	2340,5	2110,5	2297	2564	2555	2542,5	1,896	1,625	1,465	1,595	1,780	1,774	1,765	1,700
7	1365	1170	1045	1210	1440	1320	1245	2327	2111,5	1731,5	1851	2442,5	2326	1948	1,615	1,466	1,202	1,285	1,696	1,615	1,352	1,462
8	1440	1340	1340	1395	1410	1430	1360	2680	2179	2231,5	2479,5	2577,5	2551	2459	1,861	1,513	1,549	1,721	1,789	1,771	1,707	1,702
9	1385	1385	1240	1255	1440	1395	1380	2498	2623	2149	2296,5	2566,5	2451,5	2659,5	1,734	1,821	1,492	1,594	1,782	1,702	1,846	1,710
10	1385	1390	1270	1365	1395	1420	1440	2475,5	2462,5	2164	2388	2574	2556,5	2651,5	1,719	1,710	1,502	1,658	1,787	1,775	1,841	1,713
11	1365	1440	1330	1385	1430	1440	1395	2384,5	2516,5	2157,5	2450	2519	2628,5	2503,5	1,655	1,747	1,498	1,701	1,749	1,825	1,738	1,702
12	1440	1440	1405	1415	1375	1430	1440	2235	2253	2289,5	2077,5	2334,5	1943,5	2175,5	1,552	1,564	1,589	1,442	1,621	1,349	1,510	1,518
13	1410	1440	1370	1410	1440	1440	1420	2207	2026,5	2297	2067,5	2130,5	2087,5	2221	1,532	1,407	1,511	1,435	1,479	1,491	1,584	1,491
14	1440	1340	1315	1410	1425	1425	1440	2616,5	2114	2177,5	2269	2801	2567,5	2634,5	1,817	1,468	1,512	1,575	1,945	1,783	1,829	1,704
15	1440	1355	1405	1390	1440	1410	1410	2549	2260,5	2353	2301,5	2719	2492	2544	1,770	1,569	1,634	1,598	1,888	1,730	1,766	1,708
16	1440	1418	1245	1408	1413	1380	1366	2552,1	2513,7	1911	2591,2	2666,2	2602,6	2468,8	1,772	1,745	1,327	1,799	1,851	1,807	1,714	1,716
17	1433	1403	1340	1410	1425	1390	1435	2610,2	2374,7	2258	2379	2474,5	2475	2600	1,812	1,649	1,568	1,652	1,718	1,718	1,805	1,703
18	1415	1325	1280	1435	1380	1395	1365	2320	2157,5	2131,5	2280,5	2360	2220,5	2238,5	1,611	1,498	1,480	1,583	1,638	1,542	1,554	1,558
19	1440	1440	1345	1425	1425	1440	1440	2279	2194,5	2088,5	2108,5	2284,5	2298	1944	1,582	1,523	1,450	1,464	1,586	1,595	1,350	1,507
20	1440	1440	1205	1410	1400	1425	1350	2203,5	2217,5	1712,5	2064	2140,5	2161,5	2067	1,530	1,539	1,189	1,433	1,486	1,501	1,435	1,445
21	1440	1435	1140	1435	1430	1405	1440	2292	2098	1566,5	2180,5	2173,5	2124	2043,5	1,591	1,456	1,087	1,514	1,509	1,475	1,419	1,436
22	1440	1425	1275	1435	1415	1440	1415	1932,5	2130,5	1912	2308,5	2340	2263,5	1947	1,342	1,479	1,327	1,603	1,625	1,571	1,352	1,471
23	1440	1370	1360	1420	1415	1425	1440	2699	2319	2171	2389,5	2643,5	2449,5	2486	1,874	1,610	1,507	1,659	1,835	1,701	1,726	1,702

no res	Lama Melakukan Selama 7 Hari							Lama Melakukan (W) X PAR Selama 7 Hari							PAL = (PAR X W) / 60/ 24 selama 7 hari							Mean Pal
	Jumat	Sabtu	Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	
24	1435	1370	1255	1440	1430	1425	1435	2080,5	1988,5	1808	2145	2215	2212,5	2319,5	1,444	1,380	1,255	1,489	1,538	1,536	1,610	1,465
25	1440	1440	1440	1440	1440	1440	1440	2978	2955	2568	2919	2974,5	2904	2864	2,068	2,052	1,783	2,027	2,065	2,016	1,988	2,000
26	1440	1400	1305	1410	1420	1415	1405	2717	2409,5	2192	2331	2520,5	2557,5	2500	1,886	1,673	1,522	1,618	1,750	1,776	1,736	1,709
27	1410	1405	1365	1425	1425	1430	1435	2167,5	2157,5	2070	2263,5	2196	1987,5	2320,5	1,505	1,498	1,437	1,571	1,525	1,380	1,611	1,504
28	1430	1435	1270	1430	1430	1420	1440	2093,5	2238,5	1701,5	2257	2014,5	2209	2175	1,453	1,554	1,181	1,567	1,398	1,534	1,510	1,457
29	1405	1425	1290	1385	1410	1435	1415	2118,5	2109,5	1986	2169	2085	2094	2266,5	1,471	1,464	1,379	1,506	1,447	1,454	1,573	1,471
30	1410	1425	1335	1440	1440	1425	1440	2241	2201	1978	2152,5	2136	2182,5	2079,5	1,556	1,528	1,373	1,494	1,483	1,515	1,444	1,485
31	1440	1425	1345	1435	1440	1435	1420	2425,5	2309,5	2160	2184	2177,5	2365,5	2351,5	1,684	1,603	1,500	1,516	1,512	1,642	1,632	1,584
32	1435	1440	1340	1430	1440	1400	1420	2369,5	2391,5	2101	2200	2479,5	2209	2235	1,645	1,660	1,459	1,527	1,721	1,534	1,552	1,585
33	1440	1440	1440	1440	1435	1440	1440	2951,5	2948,5	2608	2935	2936	2904	2886	2,049	2,047	1,811	2,038	2,038	2,016	2,004	2,000
34	1435	1430	1045	1440	1430	1415	1440	2239,5	2142,5	1497,5	2345	2226	2264,5	2313,5	1,555	1,487	1,039	1,628	1,545	1,572	1,606	1,490
35	1440	1435	1335	1415	1355	1380	1315	2157	2309	2123	2176	2278	2262,5	2177	1,497	1,603	1,474	1,511	1,581	1,571	1,511	1,535
36	1330	1360	1295	1390	1305	1325	1395	2018	1888	2110	2281	1971	1811	2097	1,401	1,311	1,465	1,584	1,368	1,257	1,456	1,406
37	1425	1435	1300	1425	1350	1455	1405	2590,5	2436,5	2263	2423,5	2382	2834,5	2382	1,798	1,692	1,571	1,682	1,654	1,968	1,654	1,717
38	1420	1340	1350	1345	1440	1425	1430	2567	2349,5	2288	2267	2551,5	2589	2574,5	1,782	1,631	1,588	1,574	1,771	1,797	1,787	1,705
39	1380	1420	1385	1375	1430	1410	1365	2526	2496,5	2326	2392,5	2709	2473,0	2495,5	1,754	1,733	1,615	1,661	1,881	1,717	1,732	1,728
40	1425	1435	1395	1440	1400	1435	1395	2565,5	2319	2278	2649	2408	2528	2440	1,781	1,610	1,581	1,839	1,672	1,755	1,694	1,705
41	1340	1430	1335	1440	1440	1440	1440	2111	2158,5	2056,5	2346	2140,5	2289,5	2251	1,465	1,498	1,428	1,629	1,486	1,589	1,563	1,523
42	1420	1425	1400	1435	1410	1430	1420	2275	2047	2231	2198	2196,5	2181	2201,5	1,579	1,421	1,549	1,526	1,525	1,514	1,528	1,520
43	1440	1415	1345	1325	1360	1440	1435	2083,5	2120,5	2140,5	2081	2075,5	2332	2106	1,446	1,472	1,486	1,445	1,441	1,619	1,462	1,482
total	61068	60063	56400	60138	60871	60845	60686	103455	98937	90712	98687	102428	101863	101825	71,823	68,684	62,892	1509	71,805	70,761	1421	
Rata-rata	1420	1397	1312	1399	1416	1415	1411	2406	2301	2110	2295	2382	2369	2368	1,670	1,597	1,462	35,094	1,669	1,645	33,055	
Jml	26076																					

Lembar Observasi Melakukan Jenis Aktivitas Fisik Selama 7 Hari (Dalam Hitungan Menit)

No	Tidur	Mandi/ Berdandan	Makan	Memasak	Sekolah	Mengepel	Menyetrika	Mencuci Baju	Mencuci Piring	Menyapu	Berjalan/ Olahraga	Berkebun	Kerjakan Tugas	Menonton Tv/Film	Di Antar	Kategori
1	3690	255	170	160	1800	135	190	255	135	145	390	140	1080	960	108	sedang
2	3780	265	200	250	1800	180	375	480	115	120	335	35	900	810	120	sedang
3	3630	330	125	315	1800	185	355	390	135	85	390	55	930	780	120	sedang
4	3420	205	100	60	1800	100	85	115	50	105	100	55	420	3180	90	ringan
5	3990	330	245	230	1800	170	360	380	125	107	300	105	840	820	125	sedang
6	3540	280	160	185	1800	200	315	330	150	175	480	130	930	840	90	sedang
7	3330	265	125	85	1800	185	280	320	30	85	330	40	600	1200	120	ringan
8	3720	335	205	230	1800	220	230	315	180	155	340	155	900	810	120	sedang
9	3240	300	200	150	1800	220	350	330	180	220	390	130	990	840	180	sedang
10	3540	320	200	150	1800	175	245	225	170	160	380	110	1050	960	180	sedang
11	3840	310	205	210	1800	180	270	245	150	155	390	110	990	840	90	sedang
12	3300	215	135	90	1800	100	90	150	60	80	180	85	360	3180	120	ringan
13	3420	210	170	150	1800	100	150	180	75	105	120	60	300	3000	90	ringan
14	3780	320	230	230	1800	185	290	330	155	135	360	90	930	840	120	sedang
15	3840	340	255	265	1800	165	280	270	155	170	300	120	960	840	90	sedang
16	3540	285	165	180	1800	180	345	220	153	122	395	115	960	835	360	sedang
17	3840	330	195	250	1860	180	235	300	161	160	390	135	900	810	90	sedang
18	3240	185	115	90	1800	115	150	195	100	100	190	45	720	2520	30	ringan
19	3300	215	140	45	1800	30	60	120	125	100	240	0	390	3060	330	ringan
20	3120	240	175	45	1800	45	45	115	110	90	270	0	330	3180	105	ringan
21	3120	250	195	95	1800	30	80	35	90	65	185	0	300	3300	180	ringan
22	3360	180	165	55	1860	30	115	120	90	120	270	0	390	3000	90	ringan
23	3780	330	255	260	1800	170	285	285	150	135	490	95	840	810	215	sedang
24	3960	230	215	45	1860	60	90	75	100	95	390	0	480	2100	90	ringan

No	Tidur	Mandi/ Berdandan	Makan	Memasak	Sekolah	Mengepel	Menyetrika	Mencuci Baju	Mencuci Piring	Menyapu	Berjalan/ Olahraga	Berkebun	Kerjakan Tugas	Menonton Tv/Film	Di Antar	Kategori
25	2640	360	190	360	1860	235	540	640	25	25	1020	335	920	760	170	berat
26	3720	340	165	265	1860	170	275	320	140	115	450	85	900	810	180	sedang
27	3180	245	220	90	1800	85	90	90	90	90	375	0	390	3060	90	ringan
28	3960	170	175	75	1860	45	110	80	50	90	300	0	420	2340	180	ringan
29	3780	125	180	105	1800	120	40	90	90	100	330	0	450	2340	215	ringan
30	3780	180	205	120	1860	90	120	30	95	85	570	0	360	2160	260	ringan
31	3060	275	180	90	1800	100	120	110	100	105	160	60	600	3060	120	ringan
32	3180	245	140	80	1800	130	135	195	120	100	230	40	570	2760	180	ringan
33	2640	370	180	390	1800	225	495	680	10	25	1030	330	920	860	120	berat
34	3420	210	165	60	1800	75	205	165	165	90	250	30	480	2400	120	ringan
35	3420	245	140	60	1800	150	200	105	145	150	190	40	630	2280	120	ringan
36	4140	180	70	0	1800	80	70	180	75	75	220	0	480	1860	180	ringan
37	3720	355	190	230	1800	175	270	330	175	165	390	105	930	780	180	sedang
38	3600	350	195	255	1800	190	300	360	160	155	390	105	840	840	210	sedang
39	3360	335	195	245	1800	210	330	330	185	165	480	90	990	750	90	sedang
40	4140	345	160	165	1800	115	270	360	125	100	360	45	1000	840	90	sedang
41	3480	300	150	90	1800	70	120	195	65	65	150	0	480	2720	180	ringan
42	3240	255	185	45	1800	55	150	190	140	160	180	30	390	2940	180	ringan
43	3120	220	160	90	1800	110	90	180	125	145	180	30	330	3060	120	ringan

Ringan

Aktivitas Fisik Ringan	Prosentase
Tidur	35%
Menonton TV/ film	27%
Sekolah	19%
Mengerjakan tugas	5%
Mandi/berpakaian/berdandan	2%
Makan	2%
Berjalan/olahraga	2%
Memasak	1%
Mengepel	1%
Menyetrika	1%
Mencuci baju	1%
Mencuci piring	1%
Menyapu	1%
Berkebun	1%
Menggunakan bus/ mobil/ motor	1%
Total	100%

Sedang

Aktivitas Fisik Sedang	Prosentase
Tidur	38%
Sekolah	19%
Mengerjakan tugas	10%
Menonton TV/ film	9%
Berjalan/olahraga	4%
Mandi/berpakaian/berdandan	3%
Menyetrika	3%
Mencuci baju	3%
Makan	2%
Memasak	2%
Mengepel	2%
Mencuci piring	2%
Menyapu	2%
Berkebun	1%
Menggunakan bus/ mobil/ motor	1%
Total	100%

Berat

Aktivitas Fisik Berat	Prosentase
Tidur	26%
Sekolah	18%
Berjalan/olahraga	10%
Mengerjakan tugas	9%
Menonton TV/ film	8%
Mencuci baju	6%
Menyetrika	5%
Memasak	4%
Mandi/berpakaian/berdandan	4%
Berkebun	3%
Makan	2%
Mengepel	2%
Mencuci piring	1%
Menyapu	1%
Menggunakan bus/ mobil/ motor	1%
Total	100%

Data menstruasi

NO RES	FEB-MAR	MAR-APR	APR-MEI	Kesimpulan
1	30 hari	43 hari	32 hari	Tidak teratur
2	37 hari	30 hari	24 hari	Tidak teratur
3	35 hari	42 hari	Tidak menstruasi	Tidak teratur
4	35 hari	34 hari	22 hari	Teratur
5	36 hari	29 hari	27 hari	Tidak teratur
6	25 hari	38 hari	24 hari	Tidak teratur
7	26 hari	31 hari	29 hari	Teratur
8	31 hari	27 hari	39 hari	Tidak teratur
9	35 hari	43 hari	40 hari	Tidak teratur
10	34 hari	19 hari	32 hari	Tidak teratur
11	30 hari	35 hari	37 hari	Tidak teratur
12	31 hari	29 hari	30 hari	Teratur
13	32 hari	37 hari	19 hari	Tidak teratur
14	31 hari	28 hari	30 hari	Teratur
15	36 hari	33 hari	29 hari	Tidak teratur
16	26 hari	25 hari	40 hari	Tidak teratur
17	25 hari	36 hari	38 hari	Tidak teratur
18	36 hari	34 hari	38 hari	Tidak teratur
19	28 hari	30 hari	30 hari	Teratur
20	31 hari	35 hari	32 hari	Teratur
21	28 hari	30 hari	29 hari	Teratur
22	31 hari	34 hari	33 hari	Teratur
23	44 hari	35 hari	22 hari	Tidak teratur
24	20 hari	30 hari	41 hari	Tidak teratur
25	37 hari	38 hari	36 hari	Tidak teratur
26	28 hari	32 hari	34 hari	Teratur
27	Tidak menstruasi	43 hari	31 hari	Tidak teratur
28	24 hari	37 hari	30 hari	Tidak teratur
29	39 hari	28 hari	32 hari	Tidak teratur
30	25 hari	29 hari	29 hari	Teratur
31	31 hari	29 hari	36 hari	Tidak teratur
32	33 hari	30 hari	29 hari	Teratur
33	Tidak menstruasi	37 hari	30 hari	Tidak teratur
34	29 hari	32 hari	29 hari	Teratur
35	29 hari	35 hari	28 hari	Teratur
36	25 hari	32 hari	32 hari	Teratur
37	33 hari	37 hari	28 hari	Tidak teratur
38	26 hari	36 hari	37 hari	Tidak teratur

NO RES	FEB-MAR	MAR-APR	APR-MEI	Kesimpulan
39	32 hari	38 hari	21 hari	Tidak teratur
40	22 hari	36 hari	33 hari	Tidak teratur
41	28 hari	28 hari	30 hari	Teratur
42	35 hari	38 hari	40 hari	Tidak teratur
43	30 hari	28 hari	31 hari	Teratur



Lampiran 9 : Tabulasi Silang Data Umum Dengan Data Khusus

Tabulasi silang data umum dengan aktivitas fisik

Tabulasi silang usia dengan aktivitas fisik

Usia (Tahun)	Aktivitas Fisik						Jumlah	P (%)
	Berat	P (%)	Sedang	P (%)	Ringan	P (%)		
13	2	4,6	19	44,2	22	51,2	43	100,0
Jumlah	2	4,6	19	44,2	22	51,2	43	100,0

Tabulasi silang usia menarche dengan aktivitas fisik

Usia menarche	Aktivitas Fisik						Jumlah	P (%)
	Berat	P (%)	Sedang	P (%)	Ringan	P (%)		
10	0	0	1	2,3	3	7,0	4	9,3
11	1	2,3	3	7,0	10	23,3	14	32,6
12	1	2,3	15	34,9	9	20,9	25	58,1
Jumlah	2	4,6	19	44,2	22	51,2	43	100,0

Tabulasi silang Diet dengan aktivitas fisik

Diet	Aktivitas Fisik						Jumlah	P (%)
	Berat	P (%)	Sedang	P (%)	Ringan	P (%)		
Diet	0	0	0	0	16	37,2	16	37,2
Tidak Diet	2	4,6	19	44,2	6	13,9	27	62,8
Jumlah	2	4,6	19	44,2	22	51,2	43	100,0

Tabulasi silang stress dengan aktivitas fisik

Stress	Aktivitas Fisik						Jumlah	P (%)
	Berat	P (%)	Sedang	P (%)	Ringan	P (%)		
Stress	0	0	0	0	0	0	0	0
Tidak Stress	2	4,6	19	44,2	22	51,2	43	100,0
Jumlah	2	4,6	19	44,2	22	51,2	43	100,0

Tabulasi Silang Data Umum Dengan Siklus Menstruasi

Tabulasi silang usia dengan Siklus Menstruasi

Usia (Tahun)	Siklus Menstruasi				Jumlah	P (%)
	Teratur	P (%)	Tidak Teratur	P (%)		
13	16	37,2	27	62,8	43	100,0
Jumlah	16	37,2	27	62,8	43	100,0

Tabulasi silang usia menarache dengan aktivitas fisik

Usia menarache	Siklus Menstruasi				Jumlah	P (%)
	Teratur	P (%)	Tidak Teratur	P (%)		
10	3	7,0	1	2,3	4	9,3
11	7	16,3	7	16,3	14	32,6
12	6	13,9	19	44,2	25	58,1
Jumlah	16	37,2	27	62,8	43	100,0

Tabulasi silang Diet dengan Siklus Menstruasi

Diet	Siklus Menstruasi				Jumlah	P (%)
	Teratur	P (%)	Tidak Teratur	P (%)		
Diet	9	20,9	7	16,3	16	37,2
Tidak Diet	7	16,3	20	46,5	27	62,8
Jumlah	16	37,2	27	62,8	43	100,0

Tabulasi silang stress dengan Siklus Menstruasi

Stress	Siklus Menstruasi				Jumlah	P (%)
	Teratur	P (%)	Tidak Teratur	P (%)		
Stress	0	0	0	0	0	0
Tidak Stress	16	37,2	27	62,8	43	100,0
Jumlah	16	37,2	27	62,8	43	100,0

Lampiran 10 : Hasil Uji Chi-Square

CROSSTABS

/TABLES=Aktivitas_Fisik BY Siklus_Menstruasi

/FORMAT=AVALUE TABLES

/STATISTICS=CHISQ CC

/CELLS=COUNT

/COUNT ROUND CELL.

Crosstabs



Notes

Output Created		07:14:47
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	43
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.

Syntax	<pre> CROSSTABS /TABLES=Aktivitas_Fisik BY Siklus_Menstruasi /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ CC /CELLS=COUNT /COUNT ROUND CELL. </pre>	
Resources	Processor Time	00:00:00.032
	Elapsed Time	00:00:00.030
	Dimensions Requested	2
	Cells Available	174762



[DataSet0]

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktivitas_Fisik * Siklus_Menstruasi	43	100.0%	0	.0%	43	100.0%

Aktivitas_Fisik * Siklus_Menstruasi Crosstabulation

Count		Siklus_Menstruasi		Total
		Teratur	Tidak Teratur	
	Aktivitas_Fisik Ringan	14	8	22
	Sedang	2	17	19
	Berat	0	2	2
	Total	16	27	43

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.551 ^a	2	.001
Likelihood Ratio	15.137	2	.001
Linear-by-Linear Association	12.233	1	.000
N of Valid Cases	43		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .74.

Symmetric Measures

	Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal Contingency Coefficient	.490	.001
N of Valid Cases	43	

Lampiran 11 : Surat Ijin Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umpo.ac.id website : www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/TV/2015)

Nomor : 1624/IV.6/PN/2018
Hal : Permohonan Data Awal Penelitian

28 Rabi'ul Awwal 1440 H
06 Desember 2018 M

Kepada
Yth. Badan Persatuan Bangsa Dan Politik
Kabupaten Ponorogo

Di
Ponorogo

Assalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Mahasiswa Program Studi S-1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2018 / 2019, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Skripsi lingkup Keperawatan.

Berdasarkan rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo. Maka bersama ini mengharap bantuan dan kerjasamanya Bapak / Ibu dapatnya memberikan kemudahan dalam melaksanakan izin pada data awal penelitian, dengan pokok permasalahan : **Jumlah Siswi SMP di Kabupaten Ponorogo 2018**. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama : Novi Kusuma Wati
NIM : 15631532
Jurusan : S1 Keperawatan

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.


Dekan
Suhisyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes. ☞
NIK 19791215 200102 12





PEMERINTAH KABUPATEN PONOROGO
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Aloon-aloon Utara Nomor 6 Telepon (0352) 483852
PONOROGO

Kode Pos 63413

REKOMENDASI

Nomor : 072 / 90 / 405.30 / 2018

Berdasarkan surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tanggal 06 Desember 2018, Nomor : 1624/IV-6/PN/2018, perihal Pengambilan data Awal Penelitian.

Dengan ini Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Ponorogo memberikan Rekomendasi kepada :

Nama Peneliti : **NOVI KUSUMA WATI**
Mhs. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Alamat : Dusun Ngiliran RT. 001 RW. 001 Kel/Desa Ngiliran Kec. Panekan Kab. Magetan
Thema / Acara Survey / Research / PKL/ Pengumpulan data/Magang : " Jumlah Siswi SMP Di Kabupaten Ponorogo Tahun 2018 "
Daerah/ Tempat dilakukan PKN/ Survey/ Pengumpulan Data : Dinas Pendidikan Kab. Ponorogo
Tujuan Penelitian : Menyusun Skripsi
Tanggal dan atau Lamanya Penelitian : 2 (dua) Bulan Sejak Tanggal Surat Dikeluarkan.
Bidang Penelitian : Kesehatan
Status Penelitian : Baru
Anggota Peneliti :
Nama Penanggungjawab / Koordinator Penelitian : **SULISTYO ANDARMOYO, S.Kep., M.Kes**
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo
Nama Lembaga : Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 X 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat setempat ;
2. Mentaati ketentuan- ketentuan yang berlaku dalam Daerah Hukum Pemerintah setempat ;
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan baik dengan lisan ataupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina Agama, Bangsa dan Negara dari suatu golongan penduduk ;
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan-kegiatan diluar ketentuan-ketentuan yang telah ditetapkan seperti tersebut diatas ;
5. Setelah berakhirnya dilakukan Survey/ Research/ PKL diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan Survey / Research / PKL, sebelum meninggalkan daerah tempat Survey / Research / PKL ;
6. Dalam jangka waktu 1 (satu) bulan setelah selesai dilakukan Survey / Research / PKL diwajibkan memberikan laporan tentang pelaksanaan dan hasil-hasilnya kepada :
- Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Ponorogo.
7. Surat Keterangan ini akan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata bahwa pemegang Surat Keterangan ini tidak memenuhi ketentuan-ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Demikian untuk menjadikan perhatian dan guna seperlunya.

Ponorogo, 10 Desember 2018

a.n. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

KABUPATEN PONOROGO

Sekretaris



TRI-ENDAH PRASETIANI, SH, M.Si.

Pembina Tingkat I

NIP. 19611128 198601 2 002

Tembusan :

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
UNMUH Ponorogo



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umpo.ac.id website :
www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor : 611/IV.6/PN/2019
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Ponorogo, 25 April 2019

Kepada
Yth. Kepala Dinas Pendidikan
Kabupaten Ponorogo
Di
Ponorogo

Assalamu'alaikum w. w.

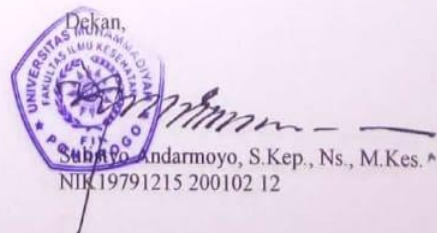
Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Mahasiswa Program Studi S-1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2018 / 2019, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Skripsi lingkup Keperawatan.

Maka bersama ini mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan kemudahan dalam melaksanakan izin penelitian bagi mahasiswa / mahasiswi kami. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama	: Novi Kusuma Wati
NIM	: 15631532
Lokasi Penelitian	: SMP Negeri 2 Ponorogo
Waktu Penelitian	: 6 bulan
Judul Penelitian/Riset	: Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.

Dekan,

Subroto Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes. ^
NIK 19791215 200102 12



PEMERINTAH KABUPATEN PONOROGO
DINAS PENDIDIKAN
Jl. Basuki Rahmad Telp. (0352) 481479 Faks. (0352) 483542
PONOROGO

Kode Pos 63418

REKOMENDASI
Nomor: 426/3260/1405.07/2019

Berdasarkan surat dari Universitas Muhammadiyah Ponorogo, nomor : 611/IV.6/PN/2019 tanggal 25 April 2019, perihal Permohonan Ijin Penelitian, dengan ini Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Ponorogo memberikan rekomendasi / ijin penelitian kepada :

Nama Peneliti : NOVI KUSUMA WATI
NIM : 15631532
Mahasiswa : Program S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Lokasi Penelitian : SMP Negeri 2 Ponorogo
Waktu Penelitian : 6 bulan (Sejak surat dikeluarkan)
Judul Penelitian/ Riset : Hubungan aktivitas fisik harian dengan gangguan siklus menstruasi pada anak

Dengan ketentuan ketentuan sebagai berikut :

1. Mendapatkan ijin dari Instansi terkait;
2. Tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar;
3. Tidak melakukan kerjasama dengan perusahaan rokok;
4. Senantiasa menjaga ketertiban dan keamanan selama pelaksanaan kegiatan.

Demikian rekomendasi / ijin penelitian ini dikeluarkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, 14 Mei 2019
An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN
KABUPATEN PONOROGO
Kabid Pembinaan SMP,

Drs. RUDI HANTORO
Pembina
NIP. 19631214 199003 1 005

Tembusan Yth :
Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Ponorogo
(Sebagai laporan)

Lampiran 12: Kode Etik

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.09/EA/KEPK/2019

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Novi Kusuma Wati
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri"

"Relationship of Daily Physical Activity with Menstrual Cycle Disorders in Young Women"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfilment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 24 April 2019 sampai dengan tanggal 24 April 2020

This declaration of ethics applies during the period April 24, 2019 until April 24, 2020.

April 24, 2019
Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
S.Kep., Ns., M.Kep.



Lampiran 13: Lembar Konsul

**BUKU KEGIATAN BIMBINGAN
SKRIPSI**

Pembimbing 1/2 : 1 / Hery Ernawati, S.kep. Ns. M.Kep
 Nama Mahasiswa : Nouri Kusuma w
 NIM :

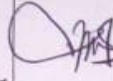

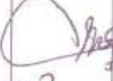

**PRODI S 1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2018/2019**





3

LEMBAR KONSULTASI




NO.	HARI/TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
1		Konsultasi Judul - I 2019 2018 - Judul terapan	
2		Konsul Judul	
3	26/10 2018	Justifikasi - kronologis - kualitas penelitian	
4	30/10 2018	Perbaiki LRM : - konsep solusi - keaslian penelitian - elemen penelitian penelitian	


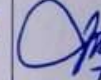
6

NO.	HARI/TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
5.	5/11 2018	Bab I : keasthan turban 1 judul lagi Prinsip Acc bab I - Lanjut bab 2	
6.	26/11 2018	Bab 2 : kerangka teori dan kerangka konsep. Lanjut bab 3	
7.	10/12 2018	Bab 3 : Acc. Bab 2 → revisinya mana? Lanjut bab 4	
8.	18/12 2018	Bab 2 : kerangka teori Perbaikan	

NO.	HARI/TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
9.	9/1 2019	Bab 2 : Acc. Bab : Acc. Bab 4 = Perbaikan Sesuai saran.	
10	11/1 2019	Bab I : ⊕ justifikasi tempat penelitian Bab 4 : ⊕ Instrumen: BSBTB Kuesioner ⊕ yg 4/resp.	
11.	19/1 2019	Bab 4 : Instrumen Konsul kecluruhan	
12.	25/1 2019	Instrumen Acc. Amat 10-15 resp 4/ uji validitas & reliabilitas Acc usian proposal	



NO.	HARI/TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
13	8/7 '19	- Bab 5: tambah meng- nanti aktivitas siswa di dalam & di luar kelas. - Perbaiki tjs penulisa hasil	
14	11/7 '19	Revisi Bab 5: Tabulasi aktivitas fisik - Pulita.	
15	31/7 '19	Perbaiki bab 5 pada bagian hubya Bab 6: saran. segera buat abstrak	

NO.	HARI/TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
6	5/8 '19	Perbaiki bab 5 Bab 6: Ace Abstrak: ringkas Intra Konsul Revisi	
7	7/8 '19	Ace ujian skripsi Perbaiki Perbaiki Ang bank	



Scanned with
CamScanner







BUKU KEGIATAN BIMBINGAN

SKRIPSI

Pembimbing 1/2 : 2 / Sholihahul Ma'rifat, S.Kep.NS, M.Kep
 Nama Mahasiswa : Novi Kusuma W
 NIM :

PRODI S I KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
 2018/2019

LEMBAR KONSULTASI

NO.	HARI/TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
1.		Konsul Judul	
2.	26/10/18	A c c judul - Hubungan aktivitas - Fisik Harian dengan Gangguan siklus menstruasi	
3.	5/11/18	Pertimbangan responden - Judulnya hrs sama dg penelitian lain - Keaslian min 3	
4.	12/11/18	- Fenomena dgn siklus menstruasi & aktivitas Fisik pd remaja - Angka gangguan siklus menstruasi - Kaitan aktivitas dg siklus	
5.	12/11/18	Largut bab 2	
6.	15/11/18	tambahkan usia siklus mens yg terganggu Buat Bab 3	

NO.	HARI/TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
7.	18/12 ¹⁸	Revisi bab 3 Mulai buat bab 4	
8.	10/1 ¹⁸	Revisi bab 3-4 Konml keseluruhan	
9.	16/1 ¹⁸	revisi penulisan, bab 4 & instrumen	
10.	23/1 ¹⁸	Pertahankan penulisan Acc usian proposal	
11.	5/7 ¹⁹	Revisi bab 4 - 5 Lampiran	
12.	19/7 ¹⁹	revisi bab 4 - 6	
13.	29/7 ¹⁹	revisi bab 5	
14.	1/8 ¹⁹	Revisi bab 5, 6 konml keseluruhan	
15.	5/8 ¹⁹	penyempurnaan ? Acc usian simpul	

