

LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

JADWAL PENELITIAN

No	Kegiatan	Bulan					
		Oktober- Desember 2024	Januari 2025	Februari 2025	Maret 2025	April- Mei 2025	Juni- juli 2025
1.	Penyusunan proposal skripsi						
2.	Seminar proposal skripsi						
3.	Revisi proposal						
4.	Pengambilan data						
5.	Pengolahan dan analisis data						
6.	Penyusunan laporan skripsi						
7.	Sidang skripsi						
8.	Revisi skripsi						

Lampiran 2. Anggaran Penelitian

ANGGARAN PENELITIAN

No	Kegiatan	Volume	Satuan	Unit cost	Jumlah
1.	Perijinan dan pengambilan data	2	kali	15.000	30.000
2.	Transport ke lokasi	15	Kali	20.000	300.000
3.	Peyusunan proposal skripsi print dan fotokopi	8	Kali	12.000	96.000
4.	Seminar proposal skripsi:				
	a. Print dan fotokopi	5	Kali	12.000	60.000
	b. Penjilidan	5	Kali	5.000	25.000
5.	Revisi proposal skripsi:				
	a. Print dan fotokopi	1	Kali	12.000	12.000
	b. Penjilidan	1	Kali	5.000	5.000
6.	Pelaksanaan penelitian:				
	a. Kuesioner	3	Rim	50.000	150.000
	b. Bolpoin	3	Pack	15.000	45.000
	c. Souvenir responden	100	Buah	10.000	1.000.000
	d. Kontak tim peneliti	5	Bungkus	250.000	500.000
7.	Laporan skripsi dan revisi	5	kali	30.000	150.000
8.	Siding skripsi				
	a. Print dan fotokopi	5	Kali	30.000	150.000
	b. Penjilidan	5	Kali	5.000	5.000
9.	Revisi laporan skripsi				
	a. Print dan fotokopi	3	Kali	50.000	150.000
	b. Penjilidan	3	Kali	50.000	150.000
10.	Biaya tak terduga	1	Kali	200.000	200.000
JUMLAH					3.028.000

Lampiran 3. Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP)

1. Saya adalah Medha Mahocca Pamungkas, mahasiswa dari program studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 1 Pajangan”.
2. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan tingginya tekanan darah pada remaja putri menggunakan kuesioner.
3. Prosedur pengambilan bahan penelitian/data apabila anda bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, saya mohon untuk menandatangani lembar persetujuan/ *inform consent* menjadi responden. Selanjutnya mengisi kuesioner.
4. Pada penelitian ini responden tidak ada risiko atau efek samping yang ditimbulkan, tidak perlu khawatir karena penelitian akan menjaga privasi, kerahasiaan responden dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.
5. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah mendapatkan souvenir dan mengetahui tekanan darah.
6. Partisipasi anda bersifat sukarela, tidak ada paksaan, dan anda bisa sewaktu-waktu mengundurkan diri dari penelitian ini.
7. Nama dan jati diri anda akan tetap dirahasiakan. Bila ada hal-hal yang belum jelas, anda dapat menghubungi peneliti. Nomor Telepon 0895378209226.

Peneliti

Lampiran 4. Surat Permohonan Menjadi Responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Medha Mahocca Pamungkas

Pendidikan : Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes
Kemenkes Yogyakarta

Dengan ini saya memohon kesediaan saudara untuk berkenan berpartisipasi dalam penelitian saya yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Remaja Putri Kelas XI SMA N 1 Pajangan” dengan menjadi responden dalam penelitian ini dan meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner yang peneliti ajukan.

Informasi dan hasil pengukuran ini akan dijadikan bahan untuk menyelesaikan skripsi. Identitas tidak akan dipublikasikan dan dijaga kerahasiaannya. Atas partisipasinya saya mengucapkan terimakasih.

Bantul,

Medha Mahocca Pamungkas

Lampiran 5. Persetujuan Menjadi Responden

**PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Dengan ini saya yang tertanda tangan dibawah ini

Nama :

Usia :

Alamat :

Menyatakan bersedia dengan sukarela menjadi responden dan mengisi kuesioner dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 1 Pajangan”.

Demikian surat persetujuan ini saya buat tanpa paksaan dari pihak manapun agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantul,

Responden,

(.....)

Lampiran 6. Kuesioner

FORMULIR PENGUMPULAN DATA

Data Diri Responden

Nama :

Umur :

Alamat :

Riwayat Keluarga (Hipertensi) : Ya ☐ Tidak ☐

Hasil Tekanan Darah :/..... mmHg

Berat Badan dan Tinggi Badan :kg/.....cm

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

(Berdasarkan GPAQ)

Kode Responden :

Petunjuk Pengisian !!!

1. Bacalah dengan teliti pertanyaan di bawah ini.
2. Jawablah pertanyaan sesuai dengan jenis kegiatan yang anda lakukan dalam 7 hari terakhir.
3. Tuliskanlah lama waktu (dalam menit) yang diperlukan untuk melakukan setiap jenis kegiatan untuk 1 kali kegiatan.
4. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan mengisi titik-titik (...) sesuai dengan aktivitas fisik sehari-hari anda.
5. Apabila sudah selesai, mohon untuk periksa kembali kelengkapan bahwa semua sudah terisi.

Pertanyaan		Respon	Kode
Aktivitas sehari-hari Aktivitas termasuk kegiatan belajar, Latihan, aktivitas sehari-hari selama 7 hari yang lalu.			
1.	Apakah kegiatan sehari-hari anda memerlukan aktivitas dengan kategori aktivitas berat (seperti membawa atau mengangkat beban berat, membantu mengerjakan pekerjaan rumah) selama setidaknya 10 menit per hari?	Ya lanjut no. 2 Tidak langsung ke no. 4	P1
2.	Berapa hari dalam seminggu anda melakukan aktivitas berat?	Jumlah hari(.....)	P2
3.	Berapa lama dalam 1 hari biasanya anda melakukan aktivitas berat?	Jam (.....) : Menit (.....)	P3
4.	Apakah aktivitas sehari-hari anda termasuk aktivitas sedang (seperti membawa atau mengangkat beban yang ringan) minimal 10 menit per hari?	Ya lanjut no. 5 Tidak langsung ke no. 7	P4
5.	Berapa hari dalam seminggu anda melakukan aktivitas sedang?	Jumlah hari(.....)	P5

6.	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan aktivitas sedang?	Jam (.....) : Menit (.....)	P6
Perjalanan dari tempat ke tempat lain Perjalanan ke sekolah, ke warung atau tempat belanja, beribadah dan lainnya			
7.	Apakah anda berjalan kaki atau bersepeda minimal 10 menit setiap harinya untuk pergi ke suatu tempat?	Ya lanjut no. 8 Tidak langsung ke no. 10	P7
8.	Berapa hari dalam seminggu anda berjalan kaki atau bersepeda (minimal 10 menit) untuk pergi ke suatu tempat?	Jumlah hari(.....)	P8
9.	Berapa lama dalam 1 hari biasanya anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat?	Jam (.....) : Menit (.....)	P9
Aktivitas rekreasi Olahraga dan rekreasi lainnya			
10.	Apakah anda melakukan olahraga dan rekreasi yang merupakan aktivitas berat (seperti lari atau sepak bola) minimal 10 menit per hari?	Ya lanjut no. 11 Tidak langsung ke no. 13	P10
11.	Berapa hari dalam seminggu anda melakukan aktivitas berat?	Jumlah hari(.....)	P11
12.	Berapa lama anda melakukan olahraga dan rekreasi yang merupakan aktivitas berat dalam 1 hari?	Jam (.....) : Menit (.....)	P12
13.	Apakah anda melakukan olahraga dan rekreasi yang merupakan aktivitas sedang (seperti jalan cepat, bersepeda, berenang, bola voli) minimal 10 menit per hari?	Ya lanjut no. 14 Tidak langsung ke no. 16	P13
14.	Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga dan rekreasi yang merupakan aktivitas sedang?	Jumlah hari(.....)	P14
15.	Berapa lama anda melakukan olahraga dan rekreasi yang merupakan aktivitas sedang dalam 1 hari?	Jam (.....) : Menit (.....)	P15
Sedentary behavior Aktivitas yang tidak memerlukan banyak gerak seperti duduk saat bekerja, duduk saat dikendaraan, menonton televisi, atau berbaring KECUALI tidur.			
16.	Berapa lama anda duduk atau berbaring dalam sehari?	Jam (.....) : Menit (.....)	P16

KUESIONER TINGKAT STRESS

Perceived Stress Scale (PSS-10)

Petunjuk pengisian

Kuesioner ini adalah menanyakan tentang perasaan dan pikiran anda selama **sebulan terakhir**. Jawablah pertanyaan dibawah dengan cara **menceklis** pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan perasaan dan pikiran anada.

Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan, yaitu:

TS : Tidak pernah

HTP : Hampir tidak pernah (1-2 kali)

KK : Kadang-kadang (3-4 kali)

HS : Hampir sering (5-6 kali)

SS : Sangat sering (lebih dari 6 kali)

No	PERTANYAAN	TS	HTP	KK	HS	SS
1.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena sesuatu yang tidak terduga					
2.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan anda.					
3.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa gelisah dan tertekan.					
4.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi.					
5.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda.					
6.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan.					
7.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan anda.					
8.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain.					

9.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan.					
10.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya.					
SKOR						

Lampiran 7. Rumus

CARA PENGHITUNGAN AKTIVITAS FISIK MENGGUNAKAN GLOBAL PHYSICAL ACTIVITY QUESTIONNAIRE (GPAQ)

- **Rumus penghitungan aktivitas fisik berdasarkan GPAQ:**

Aktivitas berjalan METs x durasi x frekuensi + aktifitas sedang METs x durasi x frekuensi + aktivitas berat METs x durasi x frekuensi.

- **Aktivitas fisik dihitung dari 1 minggu terakhir adalah**

$[(P2 \times P3 \times 8) + (P5 \times P6 \times 4) + (P8 \times P9 \times 4) + (P11 \times P12 \times 8) + (P14 \times P15 \times 4)]$

- **Contoh perhitungan :**

1. Aktivitas di tempat kerja

- Berat: $3 \times 90 \times 8 = 2,160$ MET-minutes
- Sedarang: $5 \times 60 \times 4 = 1,200$ MET-minutes

2. Transportasi

- $6 \times 30 \times 4 = 720$ MET-minutes

3. Rekreasi/olahraga

- Berat: $2 \times 45 \times 8 = 720$ MET-minutes
- Sedarang: $3 \times 40 \times 4 = 480$ MET-minutes

Total MET-minutes:

$2,160 + 1,200 + 720 + 480 = 5,280$ MET-minutes

- **Klasifikasi aktivitas fisik berdasarkan score**

MET	KATEGORI
MET ≥ 3000	Berat
MET $\geq 600 - 3000$	Sedarang
MET < 600	Rendah / Ringan

Lampiran 8. Standar Operasional Prosedur (SOP)

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
PENGUKURAN TEKANAN DARAH**

Defenisi	Suatu kegiatan yang dilaksanakan untuk menilai kemampuan mahasiswa dalam melakukan pengukuran tekanan darah dengan menggunakan sphygmomanometer.
Tujuan	Mengukur tekanan darah untuk mengetahui keadaan hemodinamik.
Prosedur	A. Persiapan Alat - Tensimeter. - Stetoskop. B. Persiapan Pasien - Jelaskan kepada pasien tentang tindakan yang akan dilakukan. - Atur lingkungan sekitar pasien. - Tanyakan aktivitas sebelum dilakukan pengukuran tekanan darah (berikan jeda 10 menit jika responden setelah melakukan aktivitas berat). C. Pelaksanaan - Alat-alat didekatkan. - Menjelaskan kepada responden tujuan yang akan dilaksanakan dan atur posisi responden duduk dengan telapak kaki lurus menyentuh lantai. - Membuka lengan baju atau digulung. - Letakkan tensimeter sejajar dengan jantung. - Memasang manset tensimeter pada lengan atas 2-3 cm diatas denyut arteri brachialis dan manset dipasang tidak terlalu kencang atau terlalu longgar. - Palpasi denyut arteri brakialis lalu tempatkan diagfragma stetoskop pada daerah tersebut. - Menutup skrup balon dengan perlahan kemudian pengunci raksa dibuka dan balon dipompa sampai denyut arteri tidak terdengar dan air raksa di dalam pipa gelas naik. - Membuka skrup balon secara perlahan sehingga air raksa turun perlahan-lahan. Sambal memperhatikan turunnya air raksa dan dengan bunyi denyutan pertama dan terakhir. - Catat hasilnya. - Pasien dirapikan. - Alat-alat dirapikan dan disimpan pada tempatnya.

Lampiran 9. Izin Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul

**Kemenkes**

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Yogyakarta
Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping,
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293
(0274) 617601
<https://poltekkesjogja.ac.id>

Nomor : PP.07.01/F.XXVII.10/1651 /2024
Lamp. : -
Hal : **PERMOHONAN IZIN STUDI PENDAHULUAN**

12...November 2024

Kepada Yth :
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul
Di

BANTUL

Dengan Hormat,
Bersama ini kami sampaikan bahwa, sehubungan dengan tugas penyusunan Skripsi bagi Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta Tahun Akademik 2024/2025, maka dengan ini kami bermaksud mengajukan permohonan izin :

Nama : Medha Mahocca Pamungkas
NIM : P07124221030
Mahasiswa : Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan
Untuk mendapatkan informasi data di : Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta
Tentang Data : Kejadian Tingginya Tekanan Darah pada Remaja di Kabupaten Bantul

Besar harapan kami, Bapak/Ibu berkenan untuk memberikan izin, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan banyak terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan


Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb,
NIP. 19751123002122002



Lampiran 10. Izin Penelitian Balai Pendidikan Menengah Kabupaten Bantul



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Yogyakarta
Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293
(0274) 617601
<https://poltekkesjogja.ac.id>

NOTA DINAS

NOMOR : BP.01.02/F.XIX.11/ 921 / 2025

Yth. : Kepala Balai Pendidikan Menengah Kabupaten Bantul
Dari : Ketua Jurusan Kebidanan
Hal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian
Tanggal : 14 April 2025

Sehubungan dengan tugas penyusunan Skripsi yang diwajibkan bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta Jurusan Kebidanan Tahun Akademik 2024/2025 sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan, maka dengan ini kami bermaksud mengajukan permohonan izin penelitian, kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin kepada:

Nama : Medha Mahocca Pamungkas
NIM : P07124221030
Mahasiswa : Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan
Untuk melakukan penelitian di : SMA N 1 Pajangan
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 1 Pajangan

Sebagai pertimbangan bersama ini kami lampirkan proposal penelitian yang bersangkutan. Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T. M.Keb

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id> .Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF> .



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 11. Izin Penelitian SMA N 1 Pajangan



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Yogyakarta
Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293
(0274) 617601
<https://poltekkesjogja.ac.id>

SURAT DINAS

NOMOR : BP.01.02/F.XIX.11/ 920 / 2025

Yth. : Kepala Sekolah SMA N 1 Pajangan
Dari : Ketua Jurusan Kebidanan
Hal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian
Tanggal : 14 April 2025

Sehubungan dengan tugas penyusunan Skripsi yang diwajibkan bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta Jurusan Kebidanan Tahun Akademik 2024/2025 sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan, maka dengan ini kami bermaksud mengajukan permohonan izin penelitian, kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin kepada:

Nama : Medha Mahocca Pamungkas
NIM : P07124221030
Mahasiswa : Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan
Untuk melakukan penelitian di : SMA N 1 Pajangan
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 1 Pajangan

Sebagai pertimbangan bersama ini kami lampirkan proposal penelitian yang bersangkutan. Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T. M.Keb

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 12. Surat Keterangan Layak Etik



Kementerian Kesehatan

Poltekkes Yogyakarta

Komite Etik Penelitian Kesehatan

Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping,
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293

(0274) 617601

<https://poltekkesjogja.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL "ETHICAL APPROVAL"

No.DP.04.03/e-KEPK.2/546/2025

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : MEDHA MAHOCCA PAMUNGKAS
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES
YOGYAKARTA
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TEKANAN DARAH PADA REMAJA PUTRI KELAS XII DI SMA
NEGERI 1 PAJANGAN"

"THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY AND BLOOD PRESSURE IN CLASS XII ADOLESCENT WOMEN AT SMA
NEGERI 1 PAJANGAN"

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 fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 17 April 2025 sampai dengan tanggal 17 April 2026.

This declaration of ethics applies during the period April 17, 2025 until April 17, 2026.

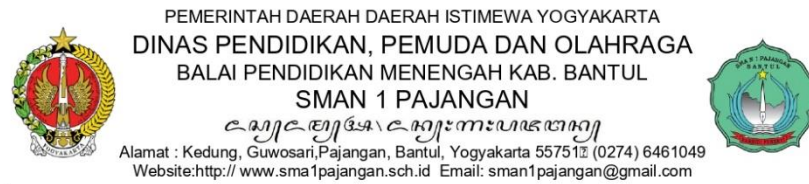


April 17, 2025
Chairperson,



Dr. drg. Wiworo Haryani, M.Kes.

Lampiran 13. Surat Telah Melaksanakan Penelitian



SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NOMOR : B/400.3.8.10/551/SMB.18

Yang bertandatangan di bawah ini:

nama : Bekti Mulatsih, S.Pd., M.Pd.
jabatan : Kepala SMAN 1 Pajangan

menerangkan bahwa :

nama : Medha Mahocca Pamungkas
NIM : P07124221030
program studi : Kebidanan Program Sarjana Terapan

Yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 1 Pajangan Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta dengan surat izin penelitian nomor: BP.01.02/F.XIX.11/920/2025 tanggal 14 April 2025.

Judul penelitian: **“Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Remaja Putri Kelas XI di SMAN 1 Pajangan”**.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 9 Juli 2025

KEPALA,



BEKTI MULATSIH, S.Pd., M.Pd.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 14. Data Mentah Penelitian

No Responden	Riwayat Kesehatan	Aktivitas Fisik	Tingkat Stress	Tekanan Darah	Indeks Massa Tubuh
1	2	2	2	2	2
2	1	2	2	2	2
3	2	3	2	2	2
4	1	3	2	2	1
5	2	3	2	2	2
6	2	2	2	2	2
7	2	3	2	2	1
8	2	2	2	2	1
9	2	2	2	2	1
10	2	2	3	2	1
11	2	2	2	2	2
12	2	2	1	2	1
13	1	1	3	1	1
14	2	2	2	2	2
15	1	1	1	1	2
16	2	2	1	2	1
17	2	2	1	2	1
18	1	1	3	1	1
19	1	1	2	1	1
20	1	1	2	1	1
21	2	2	3	2	1
22	2	2	1	2	1
23	1	1	2	1	1
24	1	1	2	1	1
25	2	3	1	2	2
26	1	1	2	1	1
27	1	1	2	1	1
28	2	2	2	2	1
29	1	1	1	1	2
30	1	1	1	1	2
31	2	1	2	1	1
32	1	2	2	2	1
33	2	1	2	2	1
34	2	1	2	1	1
35	2	1	2	1	1
36	1	1	2	2	2
37	2	2	2	1	1
38	2	2	2	1	1
39	2	3	2	2	1
40	1	1	2	1	1

41	2	1	2	1	1
42	1	1	2	1	1
43	2	2	2	2	1
44	2	1	2	1	1
45	2	3	2	1	1
46	2	3	2	2	1
47	2	2	2	2	1
48	1	3	2	1	2
49	2	2	2	2	2
50	2	2	2	1	1
51	2	2	1	2	1
52	2	2	1	1	1
53	1	2	2	1	1
54	2	3	2	1	1
55	1	2	2	2	1
56	2	3	2	2	2
57	1	3	1	2	1
58	2	3	2	1	2
59	1	2	2	1	1
60	1	2	2	2	2
61	2	1	2	1	1
62	2	3	1	1	1
63	1	3	2	2	2
64	2	3	2	2	2
65	2	2	2	1	1
66	2	1	2	1	2
67	1	3	3	1	1
68	2	3	3	1	1
69	1	2	3	1	1
70	1	3	2	1	1
71	1	1	2	2	2
72	2	2	2	2	1
73	2	2	2	2	2
74	2	2	2	2	1
75	1	2	2	2	2
76	2	1	2	2	2
77	2	1	2	2	2
78	2	1	2	2	2
79	2	1	2	2	2
80	2	1	2	2	2

Lampiran 15. Hasil Analisis SPSS Univariat

Tekanan Darah					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	38	47.5	47.5	47.5
	Pra Hipertensi	42	52.5	52.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Riwayat Keluarga					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak	29	36.3	36.3	36.3
	Ya	51	63.7	63.7	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Aktivitas Fisik					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Aktivitas Berat	28	35.0	35.0	35.0
	aktivitas Sedang	33	41.3	41.3	76.3
	aktivitas Ringan	19	23.8	23.8	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Stress					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Stress Ringan	12	15.0	15.0	15.0
	Stress Sedang	61	76.3	76.3	91.3
	Stress Berat	7	8.8	8.8	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Indeks Massa Tubuh					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	52	65.0	65.0	65.0
	Tidak Normal	28	35.0	35.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Lampiran 16. Hasil Analisis SPSS Bivariat

Riwayat Keluarga * Tekanan Darah

Crosstab					
			Tekanan Darah		Total
			Normal	Pra Hipertensi	
Riwayat Keluarga	Tidak	Count	19	10	29
		Expected Count	13.8	15.2	29.0
		% within Riwayat Keluarga	65.5%	34.5%	100.0%
	Ya	Count	19	32	51
		Expected Count	24.2	26.8	51.0
		% within Riwayat Keluarga	37.3%	62.7%	100.0%
Total		Count	38	42	80
		Expected Count	38.0	42.0	80.0
		% within Riwayat Keluarga	47.5%	52.5%	100.0%

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.922 ^a	1	.015		
Continuity Correction ^b	4.843	1	.028		
Likelihood Ratio	5.990	1	.014		
Fisher's Exact Test				.020	.014
Linear-by-Linear Association	5.848	1	.016		
N of Valid Cases	80				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 13,78.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.263	.015
N of Valid Cases		80	

Risk Estimate			
	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Riwayat Keluarga (Tidak / Ya)	3.200	1.234	8.301
For cohort Tekanan Darah = Normal	1.759	1.129	2.740
For cohort Tekanan Darah = Pra Hipertensi	.550	.319	.947
N of Valid Cases	80		

Aktivitas Fisik * Tekanan Darah

Crosstab					
			Tekanan Darah		Total
			Normal	Pra Hipertensi	
Aktivitas Fisik	Aktivitas Berat	Count	20	8	28
		Expected Count	13.3	14.7	28.0
		% within Aktivitas Fisik	71.4%	28.6%	100.0%
	aktivitas Sedang	Count	9	24	33
		Expected Count	15.7	17.3	33.0
		% within Aktivitas Fisik	27.3%	72.7%	100.0%
	aktivitas Ringan	Count	9	10	19
		Expected Count	9.0	10.0	19.0
		% within Aktivitas Fisik	47.4%	52.6%	100.0%
Total		Count	38	42	80
		Expected Count	38.0	42.0	80.0
		% within Aktivitas Fisik	47.5%	52.5%	100.0%

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	11.843 ^a	2	.003
Likelihood Ratio	12.241	2	.002
Linear-by-Linear Association	3.894	1	.048
N of Valid Cases	80		

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 9,03.

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.359	.003
N of Valid Cases		80	

Risk Estimate	
	Value
Odds Ratio for Aktivitas Fisik (Aktivitas Berat / aktivitas Sedang)	^a

a. Risk Estimate statistics cannot be computed. They are only computed for a 2*2 table without empty cells.

Stress * Tekanan Darah

Crosstab					
			Tekanan Darah		Total
			Normal	Pra Hipertensi	
Stress	Stress Ringan	Count	5	7	12
		Expected Count	5.7	6.3	12.0
		% within Stress	41.7%	58.3%	100.0%
	Stress Sedang	Count	28	33	61
		Expected Count	29.0	32.0	61.0
		% within Stress	45.9%	54.1%	100.0%
	Stress Berat	Count	5	2	7
		Expected Count	3.3	3.7	7.0
		% within Stress	71.4%	28.6%	100.0%
Total		Count	38	42	80
		Expected Count	38.0	42.0	80.0
		% within Stress	47.5%	52.5%	100.0%

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.833 ^a	2	.400
Likelihood Ratio	1.873	2	.392
Linear-by-Linear Association	1.195	1	.274
N of Valid Cases	80		

a. 2 cells (33,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,33.

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.150	.400
N of Valid Cases		80	

Risk Estimate	
	Value
Odds Ratio for Stress (Stress Ringan / Stress Sedang)	^a

a. Risk Estimate statistics cannot be computed. They are only computed for a 2*2 table without empty cells.

Indeks Massa Tubuh * Tekanan Darah

Crosstab					
			Tekanan Darah		
			Normal	Pra Hipertensi	
Indeks Massa Tubuh	Normal	Count	32	20	
		Expected Count	24.7	27.3	
		% within Indeks Massa Tubuh	61.5%	38.5%	
	Tidak Normal	Count	6	22	
		Expected Count	13.3	14.7	
		% within Indeks Massa Tubuh	21.4%	78.6%	
Total		Count	38	42	
		Expected Count	38.0	42.0	
		% within Indeks Massa Tubuh	47.5%	52.5%	

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11.741 ^a	1	.001		
Continuity Correction ^b	10.188	1	.001		
Likelihood Ratio	12.314	1	.000		
Fisher's Exact Test				.001	.001
Linear-by-Linear Association	11.595	1	.001		
N of Valid Cases	80				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 13,30.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.358	.001
N of Valid Cases		80	

Risk Estimate			
	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Indeks Massa Tubuh (Normal / Tidak Normal)	5.867	2.029	16.960
For cohort Tekanan Darah = Normal	2.872	1.369	6.026
For cohort Tekanan Darah = Pra Hipertensi	.490	.330	.726
N of Valid Cases	80		

Regression

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.222 ^a	.049	.037	.493
a. Predictors: (Constant), Aktivitas Fisik				

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.123 ^a	.015	.003	.502
a. Predictors: (Constant), Stress				

Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian

