

LAMPIRAN KUESIONER

PENELITIAN HUBUNGAN STATUS GIZI, USIA MENARCHE, AKTIVITAS FISIK DAN PREMENSTRUASI SINDROM REMAJA PUTRI DI SMPN 249 JAKARTA

PENJELASAN SEBALUM PERSETUJUAN

Adek-adek yang terhormat,

Saya Nurciptawati, mahasiswa Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul sedang melakukan penelitian mengenai “HUBUNGAN STATUS GIZI, USIA MENARCHE, AKTIVITAS FISIK DAN PREMENSTRUASI SINDROM REMAJA PUTRI DI SMPN 249 JAKARTA”. Penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Gizi Universitas Esa Unggul.

Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi, usia menarche, aktivitas fisik dan premenstruasi sindrom remaja putri di SMPN 249 Jakarta.

Perlakuan yang diterapkan pada subjek

Remaja putri yang menjadi responden pada penelitian ini diminta untuk mengisi koesioner perihal alamat, umur, berat badan, tinggi badan, usia menarche, gejala premenstruasi sindrom serta aktivitas fisik. Pengisian kuesioner membutuhkan waktu kurang lebih 10 menit.

Manfaat untuk subjek

Responden yang terlibat dalam penelitian ini akan memperoleh informasi mengenai premenstruasi sindrom

Kerahasiaan

Data yang diambil akan dipublikasikan secara terbatas tanpa menyebutkan nama, alamat, nomer telepon atau identitas penting lainnya yang dianggap rahasia. Oleh karena itu kerahasiaan responden akan sangat dijaga dalam penelitian ini.

Bahaya potensial

Tidak ada bahaya potensial yang diakibatkan oleh keterlibatan responden sebagai subjek dalam penelitian ini, oleh karena dalam penelitian ini tidak dilakukan intervensi apapun melainkan hanya mengisi kuesioner

Hak untuk undur diri

Keikutsertaan sebagai responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan berhak untuk mengundurkan diri kapanpun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan.

*) Bila terdapat hal-hal yang membutuhkan penjelasan, anda dapat menghubungi peneliti : Nurciptawati (HP 089522032139)

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama :

Alamat :

Nomer HP :

Telah mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul “HUBUNGAN STATUS GIZI, USIA MENARCHE, AKTIVITAS FISIK DAN PREMENSTRUASI SINDROM REMAJA PUTRI DI SMPN 249 JAKARTA”
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subjek
3. Menfaat ikut sebagai subjek penelitian
4. Kerahasiaan data
5. Bahaya potensial
6. Hak untuk undur diri
7. Insentif untuk subjek

Dan responden penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu saya (bersedia/tidak bersedia*) secara sukarela untuk menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

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

*) **Coret salah satu**

Jakarta ,.....2022

Enumerator

Responden,

Nurciptawati

**KUESIONER HUBUNGAN STATUS GIZI, USIA MENARCHE, AKTIVITAS FISIK
DAN PREMENSTRUASI SINDROM REMAJA PUTRI DI SMPN 249 JAKARTA**

A. Identitas responden

Nama lengkap :
Kelas :
Tanggal lahir :
Alamat :
No hp :

B. Pengukuran status gizi

Berat badan :
Tinggi badan :

C. Kuisisioner kejadian usia menarache dini

1. Apakah anda sudah mengalami menstruasi ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Usia saat mengalami menstruasi/ haid pertama kali ?
Jawaban :.....
3. Apakah siklus menstruasi kamu teratur?
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Apakah anda memiliki masalah reproduksi ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
5. Pada tanggal berapa hari pertama anda haid pada bulan ini ?
6. Pada tanggal berapa hari terakhir anda haid pada bulan ini ?

D. Kuesioner penelitian kejadian sindrom premenstruasi dengan SPAF (shortened premenstrual assessment form)

Gejala-gejala di bawah ini, merupakan gejala yang akan terjadi selama fase premenstruasi siklus menstruasi Anda. Fase ini dimulai sekitar 7-10 hari sebelum menstruasi dan akan berhenti saat dimulainya siklus menstruasi.

Petunjuk : Untuk setiap gejala di bawah ini, lingkari pada angka yang paling sesuai menggambarkan intensitas gejala premenstruasi yang Anda alami selama siklus terakhir menstruasi.

Bacalah sebelum mengisi table tersebut :

Skor menunjukkan tingkat keparahan yang dialami:

1=tidak ada keluhan

2=sangan ringan (gejala yang dialami hanya sedikit terasa)

3= ringan (gejala terasa, namun tidak mengganggu aktivitas sehari-hari)

4= sedang (gejala terasa dan mempengaruhi aktivitas sehari-hari)

5= berat (gejala terasa sekali dan terjadi penurunan fungsi, beberapa aktivitas sehari-hari tidak bisa dilakukan)

5 = berat sekali (gejala sangat terasa sekali ,tetapi terjadi penurunan fungsi fisik dan psikis sehingga tidak mampu melakukan aktivitas seharihari).

Tabel 1
Kuesioner SPAF

no	Gejala	jawaban					
1.	Payudara terasa nyeri, terjadi pembengkakan pada payudara	1	2	3	4	5	6
2.	Merasa tidak mampu atau tidak sanggup mengatasi	1	2	3	4	5	6

	masalah						
3.	Merasa di bawah tekanan atau merasa tertekan (cemas/stress)	1	2	3	4	5	6
4.	Mudah tersinggung, lekas marah yang meledak ledak atau berlebihan	1	2	3	4	5	6
5.	Merasa sedih, galau, dan murung	1	2	3	4	5	6
6.	Nyeri punggung, nyeri sendi dan otot, atau kaku sendi	1	2	3	4	5	6
7.	Berat badan meningkat	1	2	3	4	5	6
8.	Nyeri pada bagian perut	1	2	3	4	5	6
9.	Bengkak pada bagian kaki atau pergelangan kaki	1	2	3	4	5	6
10.	Perut terasa kembung	1	2	3	4	5	6

E. Kuesioner penelitian aktivitas fisik menggunakan PAQ-A (The Physical Activity Questionnaire for Adolescents)

Peneliti ingin mengetahui tentang tingkat aktivitas fisik anda dalam 7 hari(seminggu) terakhir, termasuk olahraga atau latihan menari yang membuat anda berkeringat dan/atau membuat tungkai anda lelah, atau juga permainan yang membuat anda bernapas lebih berat, seperti lompat tali, berlari, olahraga memanjat, dan lainnya.

Perhatian!

- a. Kuisisioner ini tidak mengandung jawaban benar ataupun salah – bukan suatu bentuk ujian (tes)
- b. Poin penting dari kuisisioner ini adalah jawaban yang diisi sesuai keadaan anda yang sebenar-benarnya

1. Apakah anda ada melakukan aktivitas berikut saat waktu luang dalam 7 hari terakhir? Jika ada, berapa kali? (Beri tanda \surd pada salah satu kotak opsi jawaban per kegiatan)

Tabel 2
Kuisisioner PAQ-A

Aktivitas	Tidak Pernah	Kadang-kadang (1-2 kali)	Cukup Sering (3-4 kali)	Sering (5-6 kali)	Sangat Sering (7 kali/lebih)
Lompat tali					
Berdayung/bersampan					
Bermain sepatu roda					
Bermain kucing-kucingan					
Olahraga berjalan					
Bersepeda					
Berlari					

Senam					
Berenang					
Baseball, softball, kasti					
Menari					
Futsal					
Bermain skateboard					
Bermain hoki					
Sepakbola					
Badminton					
Tenis lapangan					
Tenis meja					
Bola voli					
Bola basket					
Silat/karate/taekwondo					
Lain-lain (sebutkan):					

2. Dalam 7 hari terakhir, selama pelajaran olahraga, seberapa sering anda aktif dalam kegiatan seperti berlari, melompat, melempar? (beri tanda \surd hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)

- B. Tidak pernah
- C. Jarang
- D. Kadang-kadang
- E. Sering
- F. Selalu

2. Dalam 7 hari terakhir, apa yang biasanya anda lakukan saat jam makan siang (selain makan)? (beri tanda \surd hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)
 - A. Duduk (Mengobrol, Membaca, Mengerjakan tugas)
 - B. Jalan berkeliling
 - C. Sedikit berlari dan bermain
 - D. Sedikit berlari dan bermain berkeliling
 - E. Berlari dan bermain sepanjang waktu
3. Dalam 7 hari terakhir, setelah pulang sekolah, berapa kali anda melakukan kegiatan olahraga, menari, atau bermain secara aktif? (beri tanda \surd hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)
 - A. Tidak pernah
 - B. 1 kali
 - C. 2-3 kali
 - D. 4 kali
 - E. 5 kali
4. Dalam 7 hari terakhir, pada malam hari, berapa kali anda melakukan kegiatan olahraga, menari, atau bermain secara aktif? (beri tanda \surd hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)
 - A. Tidak pernah
 - B. 1 kali
 - C. 2-3 kali
 - D. 4-5 kali
 - E. 6-7 kali
5. Dalam seminggu kemarin, berapa kali anda berolahraga, menari dan bermain secara aktif? (beri tanda \surd hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)
 - A. Tidak pernah
 - B. 1 kali
 - C. 2-3 kali
 - D. 4-5 kali
 - E. 6 kali atau lebih

6. Setelah membaca 5 pertanyaan berikut, pernyataan mana yang menggambarkan diri anda paling baik dalam 7 hari terakhir? (beri tanda X pada satu huruf/ pernyataan yang sesuai)
- A. Hampir seluruh waktu luang yang saya miliki saya isi dengan aktivitas yang membutuhkan sedikit usaha
 - B. Terkadang (1-2 kali dalam seminggu kemarin) saya melakukan aktivitas fisik saat waktu luang (seperti olahraga, berlari, berenang, bersepeda, aerobic)
 - C. Saya sering (3-4 kali dalam seminggu kemarin) melakukan aktivitas fisik saat waktu luang
 - D. Saya sering (5-6 kali dalam seminggu kemarin) melakukan aktivitas fisik saat waktu luang
 - E. Saya sangat sering (7 kali atau lebih dalam seminggu kemarin melakukan aktivitas fisik saat waktu luang)
7. Tandai (√) seberapa sering anda melakukan aktivitas fisik (berolahraga menari, atau aktivitas latihan fisik lainnya) dalam 1 hari selama seminggu kemarin?

Hari	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat sering
Senin					
Selasa					
Rabu					
Kamis					
Jum'at					
Sabtu					
Minggu					

8. Apakah anda pernah menderita sakit atau apakah ada yang menghaami anda untuk mealakukan aktivitas fisik secara normal selama seminggu kemarin? (tandai satu opsi saja)

A. Tidak

B. Ya, yang menghalangi saya untuk beraktivitas/latihan fisik secara normal yaitu.....

Lampiran 2

Keterangan lolos kaji etik



**DEWAN PENEGAKAN KODE ETIK UNIVERSITAS ESA
UNGGUL KOMISI ETIK PENELITIAN**
Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk Jakarta Barat 11510
Telp. 021-5674223 email: dpke@esaunggul.ac.id

Nomor : 0922-09.050 /DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/IX/2022

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK **ETHICAL APPROVAL**

Komisi Etik Penelitian Universitas Esa Unggul dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul:

HUBUNGAN STATUS GIZI, USIA MENARCHE, AKTIVITAS FISIK DAN PREMENSTRUASI SINDROME REMAJA PUTRI DI SMPN 249 JAKARTA

Peneliti Utama : Nurciptawati
Pembimbing : Idrus Jus'at, M,Sc., Ph.D
Nama Institusi : Universitas Esa Unggul

dan telah menyetujui protokol tersebut di atas.

Jakarta, 22 September 2022

Pt. Ketua

Dr. CSP Wekadigunawan, DVM, MPH, PhD

- * *Ethical approval* berlaku satu tahun dari tanggal persetujuan.
- ** Peneliti berkewajiban
 1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
 2. Memberitahukan status penelitian apabila:
 - a. Setelah masa berlakunya keterangan lolos kaji etik, penelitian masih belum selesai, dalam hal ini *ethical approval* harus diperpanjang
 - b. Penelitian berhenti di tengah jalan
 3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan (*serious adverse events*).
 4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada subyek sebelum penelitian lolos kaji etik dan *informed consent*.

Lampiran 3

Perserujuan turun lapang

HALAMAN PERSETUJUAN TURUN LAPANG

Proposal skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Nurciptawati

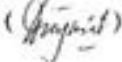
NIM : 20180302063

Program Studi : Ilmu Gizi


Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi, Usia Menarche, Aktivitas Fisik dan Premenstruasi Sindrome Remaja Putri di SMPN 249 Jakarta


Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk melakukan penelitian skripsi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Idrus Jus'at, M.Sc., Ph.D ()

Pembimbing II : Dessy Aryanti Utami, S.Gz., M.Sc ()

Penguji I : Yulia Wahyuni, S.Kep, M.Gizi ()

Penguji II : Dudung Agkasa, S.Gz, M.Gizi, RD ()

Ditetapkan di : Universitas Esa Unggul

Tanggal : 8 Agustus 2022

Lampiran 4



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 249 JAKARTA
Jl. Jaya 25 No. 41 Cengkareng Barat, Jakarta Barat Telp. 021-5550245
Email : smpn249jakbar@gmail.com, Kode Pos 11730



SURAT KETERANGAN Nomor : 179/185.155

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMP Negeri 249 Jakarta menerangkan bahwa :

Nama : **Nurciptawati**
NIM : 20180302063
Program Studi : Ilmu Gizi
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan
No. Telp/HP : 089522032139

Telah melaksanakan penelitian untuk memperoleh data sebagai bahan dalam penyusunan Skripsi tentang **“Hubungan Status Gizi, Usia Menarche, Aktivitas Fisik dan Premenstruasi Sindrome Remaja Putri di SMPN 249 Jakarta ”** yang dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2022 di SMP Negeri 249 Jakarta.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 18 Agustus 2022
Kepala Sekolah,



Fatkhuri Makrus, M.Pd.
NIP. 196603251993031006

Lampiran 5

Output spss

Statistics

		premenstruasi sindrome	status gizi	usia menarche	aktivitas fisik
N	Valid	147	147	147	147
	Missing	0	0	0	0
Mean		18.48	.0120	11.64	2.0213
Median		17.00	-.1800	12.00	2.0000
Std. Deviation		6.641	1.47436	.899	.44433
Range		29	10.20	5	2.50
Minimum		10	-3.40	9	1.12
Maximum		39	6.80	14	3.62

Analisis Bivariat

Correlations

			premenstruasi sindrome	status gizi
Spearman's rho	premenstruasi sindrome	Correlation Coefficient	1.000	.106
		Sig. (2-tailed)	.	.202
		N	147	147
	status gizi	Correlation Coefficient	.106	1.000
		Sig. (2-tailed)	.202	.
		N	147	147

Correlations

			premenstruasi sindrome	usia menarche
Spearman's rho	premenstruasi sindrome	Correlation Coefficient	1.000	.009
		Sig. (2-tailed)	.	.918
		N	147	147
	usia menarche	Correlation Coefficient	.009	1.000
		Sig. (2-tailed)	.918	.
		N	147	147

Correlations

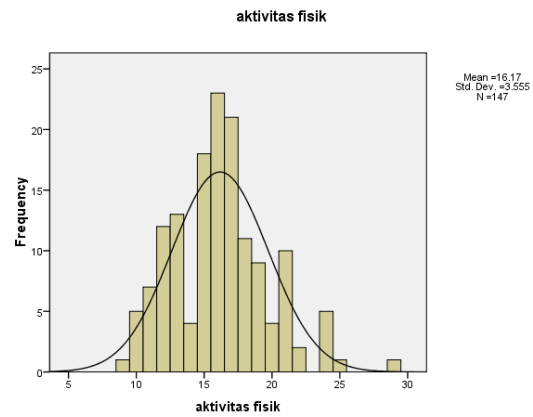
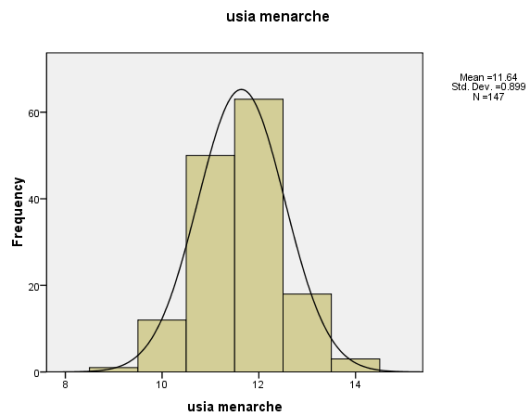
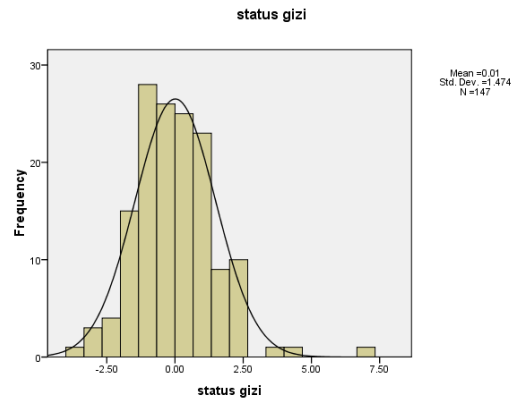
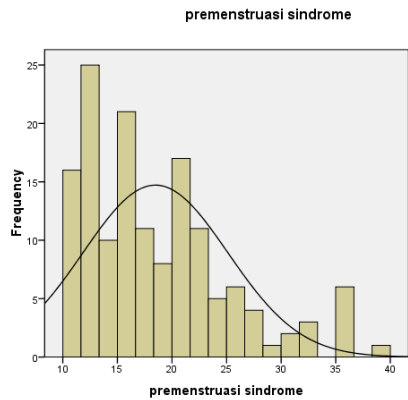
			premenstruasi sindrome	aktivitas fisik
Spearman's rho	premenstruasi sindrome	Correlation Coefficient	1.000	.175*
		Sig. (2-tailed)	.	.034
		N	147	147
	aktivitas fisik	Correlation Coefficient	.175*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.034	.
		N	147	147

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 6

Uji Normalitas

1. Histogram



2. Nilai Skewness

3. Tabel 4

Uji Normalitas Dengan Skewness

No	Variabel	Skewness	Std.Error	Nilai Skewness	Keterangan
1.	Status gizi	0,784	0,200	0,004	normal
2.	Menarce	0,033	0,200	0,165	normal

3.	Aktivitas fisik	0,521	0,200	2,605	tidak normal
4.	PMS	1,017	0,200	5,085	tidak normal

4. Nilai Kolmogorov-Smirnov

Tabel 4

Uji Normalitas Dengan Kolmogorov-Smirnov

No	Variabel	p-value	Keterangan
1.	Status gizi	0,094	normal
2.	Menarche	0,000	tidak normal
3.	Aktivitas fisik	0,000	tidak normal
4.	Premenstruasi sindrome	0,000	tidak normal

5. Kesimpulan

Tabel 5

Kesimpulan Uji Normalitas

No	Variabel	Histogram	Nilai Skewness	Nilai Kolmogorov- Smirnov	Keterangan
1.	Status gizi	normal	normal	normal	normal
2.	Menarche	normal	normal	tidak normal	normal
3.	Aktivitas fisik	normal	tidak	tidak normal	tidak normal

		normal		
4.	Premenstruasi sindrome	normal	tidak normal	tidak normal tidak normal

Lampiran 7

Dokumentasi

