

# **LAMPIRAN**

## Lampiran 1

### Surat Keterangan izin penelitian (Dinas Kesehatan Kota Bandung)

**PEMERINTAH KOTA BANDUNG  
DINAS KESEHATAN**  
Jalan Supratman Nomor 73 Telp. 022-87244572 Bandung

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor: PP.06.02/-46.05/Dinkes/II/2022

1. Yang bertanda tangan dibawah ini:

a. Nama	: <b>ANHAR HADIAN, SKM</b>
b. Jabatan	: Sekretaris Dinas Kesehatan Kota Bandung

Dengan ini menerangkan bahwa:

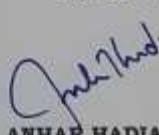
a. Nama	: <b>ROSLIANA</b>
b. Alamat	: Dusun Kliwon, Rt 002/002, Desa Mekarsari, Kec. Jatiwangi, Kab. Majalengka
c. Maksud	: Permohonan Penelitian "Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi di UPT Puskesmas Caringin Kota Bandung"
d. Waktu Pelaksanaan	: Terhitung Mulai tanggal 15 Februari 2022 s.d 14 Agustus 2022

2. Surat Keterangan ini dibuat atas dasar:

- Surat pengantar dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (BKBP) Nomor: PP.09.01/166-kesbangpol/II/2022 tanggal 14 Februari 2022
- Surat permohonan dari Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Nomor: 202/03.FKP/UBK/I/2022 tanggal 24 Januari 2022

3. Berhubung dengan maksud bersangkutan, diminta agar unit kerja yang terkait memberikan bantuan serta fasilitas seperlunya sepanjang tidak mengganggu kelancaran dan menyangkut rahasia jabatan.

Bandung, 15 Februari 2022  
**a.n KEPALA DINAS KESEHATAN  
KOTA BANDUNG  
Sekretaris**

  
**ANHAR HADIAN, SKM**  
NIP. 19720611 199503 1 003

**CATATAN**

- Agar membuat laporan hasil kegiatan melalui Kepala Sub Bagian Umum dan Kepegawaian Dinas Kesehatan Kota Bandung.

Tembusan, disampaikan kepada Yth :

- Kepala Dinas Kesehatan Kota Bandung (Sebagai Laporan)
- Kepala Bidang Pelayanan Kesehatan
- Kepala Bidang P2P
- Kepala Bidang Kesmas
- Kepala Bidang SDK
- Kepala UPTD Puskesmas Caringin.

## Lampiran 2

### Surat izin penelitian dan pengambilan data



Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung  
022 7830 760, 022 7830 768  
bhku.ac.id contact@bhku.ac.id

Nomor : 1353/03.FKP/UBK/VII/2022  
Lampiran :  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data

Yth. UPT Puskesmas Caringin Kota Bandung

Di

Tempat:

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat

Berkennen dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir sebagai prasyarat wajib bagi mahasiswa Program Studi : S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami bermaksud memohon izin untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan sampel data dari mulai 04 Juli sd 04 Agustus 2022, di wilayah kerja yang bapak/ibu pimpin. Adapun data mahasiswa yang akan melakukan penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

Nama : Rosiana  
NIM : AK118157  
Semester : VIII  
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Di UPT Puskesmas Caringin Kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami haturkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Bandung, 13 Juli 2022

Hormat Kami  
Fakultas Keperawatan  
Dekan

A circular signature featuring the university's name around the perimeter and the name "R. Siti Jundiah, M.Kep" in the center, with a stylized line drawing of a person walking to the right.

R. Siti Jundiah, M.Kep

NIK.02007020132

REBEDI

## Lampiran 3

### Surat izin etik penelitian

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
*HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE*  
INSTITUT KESEHATAN IMMANUEL BANDUNG  
*IMMANUEL INSTITUTE OF HEALTH BANDUNG*

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL*  
**"ETHICAL APPROVAL"**

No.146/KEPK/IKI-B/VII/2022

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

Peneliti utama : Roslana  
*Principal Investigator*

Nama Institusi : Universitas Bhakti Kencana Bandung  
*Name of the institution*

Dengan judul:  
*Title*  
**"Hubungan aktivitas fisik dengan derajat hipertensi di UPT Puskesmas Caringin Kota Bandung"**  
*"The relationship between physical activity and the degree of hypertension in the UPT Puskesmas Caringin, Bandung City"*

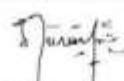
Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bajakan/Eksplorasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan 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 Assesment 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 Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 26 Juli 2022 sampai dengan tanggal 26 Juli 2023.

*This declaration of ethics applies during the period July 26, 2022 until July 26, 2023.*

*July 26, 2022*  
*Professor and Chairperson,*



Dr. Gurdani Yogisantosa, S.KM., M.Sc.

Lampiran 4

## Matriks evaluasi UP skripsi

Fakultas Keperawatan  
Universitas  
Bhakti Kencana

No. Dok: 10.21.00/FRM-03/SIKEP-SPMI

MATRIKS EVALUASI UJU SKRIPSI  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
TAHUN AKADEMIK 2022/2023

Nama Mahasiswa

IZU LINTA

NIM

AK. 118.127

Pembimbing

Pengaji: Radang J.M. S.Kep. Nca, M.Kep

No	Perbaikan / Masukan (diberi pada saat ujian oleh Pengaji)	Hasil Revisi (dituliskan oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan Pengaji)
1.	Bab 1 justify teoromene → Data grand theory → Principe metodik Complexity Novelty	
2.	Bab 2 - 4 Keterkaitan penelitian DO termin pilar	

Mengetahui,

Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1. Mahasiswa :	1. Mahasiswa :
2. Pembimbing :	2. Pembimbing :
3. Pengaji : 	3. Pengaji : 

## Lampiran 5

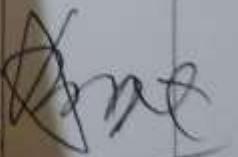
Bukti menjadi oponen

<u>BUKTI MENJADI OPONEN</u>					
No	Hari/Tanggal	Penyaji	Judul Proposal Penelitian	Tanda Tangan Moderator	Ket
1.	Rabu 8 Juni 2022	Araida Amantha	Hubungan manfaat manfaat dengan prestasi akademik dan keterlibatan dalam kegiatan / program sosial bersama sekeluarga dan masyarakat Kesadaran		
2.	Rabu 29 Juni 2022	Dwi Aprilia Ak. K. 8092	Efektivitas foot Exercise, Antik fibrinolytic anti resistance dengan Osteoctic foot Glu-fortifikasi resistensi kaliyan keler gelas dan paha paha diabetes melitus di perkembang ciptanya versi oton kota Bangung tahun 2022		

BUKTI MENJADI OPOENEN

Nama : Restiana

NIM : AK 118157

No	Hari/Tanggal	Penyaji	Judul Proposal Penelitian	Tanda Tangan Moderator	Ket
1	Kamis 02 Juni 2022	Somantri Ak. 118.178	Pengaruh tempi bacaan satu titik terhadap telanjang darah tinggi pada Penderita hiper teksi di puskes mas Cempaka Baru.		
2	Jumat 10 juni 2022	Ibu Ainaya	Hubungan kecemasan ibu hamil dengan kondisi anak 1. Ibu hamil tri mutter 1 sampai 3 selama pandemi covid-19 Di antara dari kerja puskes mas lingkup	Audien	
3	Senin 13.06.22	Salma Saprina	Hubungan mana jeden waktu terhadap prestasi belajar pada anak 2. Efek pandemik IBK		

## Lampiran 6

### **Lembar *Inform Consent***

Dengan hormat, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rosliana

NIM : AK118157

Prodi : S1 Keperawatan Universitas Bahkti Kencana Bandung

Bermaksud akan melaksanakan penelitian untuk memenuhi tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi di UPT Puskesmas Caringin Kota Bandung”. Maka kiranya Bapak/Ibu/Saudara dapat membantu sepenuhnya dalam pengumpulan data dan informasi pada penelitian ini secara sukarela. Semua data dan hasil penelitian ini akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk kebutuhan penelitian dengan seizin Bapak/Ibu/Saudara. Semua hasil yang diperoleh merupakan bahan atau data yang akan bermanfaat bag pengembangan ilmu keperawatan serta meningkatkan mutu kualitas asuhan keperawatan.

Sehubungan dengan hal tersebut, apabila Bapak/Ibu/Saudara setuju untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimohon untuk menandatangani kolom yang telah disediakan. Atas kesediaan dan kerjasamanya saya sampaikan terimakasih.

Responden

Penulis

(

)

(Rosliana)

## Lampiran 7

### Kuisisioner Data Karakteristik Responden

Isilah dengan tepat dan benar biodata berikut ini dan tanda centang (✓) pada pilihan yang telah disediakan

- Kode Responden : \_\_\_\_\_
- Nama/Inisial : \_\_\_\_\_
- Jenis kelamin :  Laki-laki  Perempuan
- Usia : \_\_\_\_\_
- Agama :  Islam  Protestan  Konghucu  
 Katholik  Budha  Hindu
- Suku : \_\_\_\_\_
- Pendidikan :  Tidak sekolah  SMA/Sederajat  
 SD/Sederajat  S1  
 SMP/Sederajat  S2
- Pekerjaan :  Wiraswasta  Pegawai Negeri  
 Pegawai Swasta  Ibu Rumah Tangga  
 Pelajar/Mahasiswa  Tidak Bekerja
- Status Perkawinan :  Menikah  Belum menikah  Cerai
- Alamat : \_\_\_\_\_
- Penyakit komplikasi : \_\_\_\_\_
- Hasil ukur tekanan darah : \_\_\_\_\_

## Lampiran 8

### Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)

Jenis Aktivitas	Jenis Kegiatan	Contoh Aktivitas
Aktivitas ringan	75% dari waktu yang digunakan adalah untuk duduk atau berdiri dan 25% untuk kegiatan berdiri dan berpindah.	Duduk, berdiri, mencuci piring, memasak, menyetrika, bermain musik, atau berdiri dan menonton tv, mengemudi kendaraan, berjalan perlahan.
Aktivitas sedang	40% dari waktu yang digunakan adalah untuk duduk atau berdiri dan 60% adalah untuk kegiatan kerja khusus dalam bidang Pekerjaannya.	Menggosok lantai, mencuci mobil, menanam tanaman, bersepeda pulang beraktivitas, berjalan sedang dan cepat, badminton, basket, bermain tenis meja, berenang, voli.
Aktivitas berat	25% dari waktu yang digunakan adalah untuk duduk atau berdiri dan 75% adalah untuk kegiatan kerja khusus dalam bidang pekerjaannya.	Membawa barang berat, berkebun, bersepeda (16- 22km/jam), bermain sepak bola, bermain basket, <i>fitness</i> , berlari.

## Lampiran 9

### Lembar jawaban responden penelitian

Silakan membaca contoh pada lembar sebelumnya dan jangan lupa diisi dengan teliti, jujur, dan benar. Diisi dengan tanda centang (✓) pada setiap pertanyaan. Terima kasih.

Kuisisioner Tingkat Aktivitas fisik GPAQ Score			
Kode	Pertanyaan	Jawaban	Rumus MET
<b>Aktivitas saat belajar / bekerja</b>			
(Aktivitas termasuk kegiatan belajar, latihan, aktivitas rumah tangga, dll)			
P1	Apakah aktivitas sehari-hari Anda, termasuk <b>aktivitas berat</b> (seperti membawa tas dengan isi buku yang berat, menggali atau pekerjaan konstruksi lain)?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ya</li> <li>• Tidak (langsung ke P4)</li> </ul>	$8.0 \times \text{menit aktivitas berat} \times \text{jumlah hari}$
P2	Berapa hari dalam seminggu anda melakukan <b>aktivitas berat</b> ?	Hari	
P3	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan <b>aktivitas berat</b> ?	Jam Menit	
P4	Apakah aktivitas sehari-hari anda termasuk <b>aktivitas sedang</b> yang menyebabkan peningkatan nafas dan denyut nadi, seperti mengangkat beban ringan dan jalan sedang ( <b>minimal 10 menit secara kontinyu</b> ) ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ya</li> <li>• Tidak (langsung ke P7)</li> </ul>	$4.0 \times \text{menit aktivitas sedang} \times \text{jumlah hari}$
P5	Berapahari dalam seminggu anda melakukan <b>aktivitas sedang</b> ?	Hari	
P6	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan <b>aktivitas sedang</b> ?	Jam Menit	

Kode	Pertanyaan	Jawaban	Rumus MET
<b>Perjalanan ke dan dari tempat aktivitas</b>			
(Perjalanan ke tempat aktivitas, berbelanja, beribadah diluar, dll)			
P7	Apakah anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi kesuatu tempat minimal 10 menit kontinyu ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ya</li> <li>• Tidak (langsung ke P10)</li> </ul>	$3.3 \times \text{menit aktivitas berjalan atau bersepeda} \times \text{jumlah hari}$
P8	Berapa hari dalam seminggu anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat?	Hari	

P9	Berapa lama dalam sehari biasanya anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat?	Jam menit	
----	--	-----------	--

Kode	Pertanyaan	Jawaban	Rumus MET
<b>Aktivitas rekreasi</b> (Olahraga, fitnes, dan rekreasi lainnya)			
P10	Apakah anda melakukan olahraga, fitnes, atau rekreasi yang berat seperti lari, sepak bola atau rekreasi lainnya yang mengakibatkan peningkatan nafas dan denyut nadi secara besar (minimal dalam 10 menit secara kontinyu)?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ya</li> <li>• Tidak (langsung ke P13)</li> </ul>	$8.0 \times \text{menit aktivitas berjalan atau bersepeda} \times \text{jumlah hari}$

P11	Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong berat?	Hari	
P12	Berapa lama dalam biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong berat?	Jam menit	
P13	Apakah anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang seperti berjalan cepat, bersepeda, berenang, voli yang mengakibatkan peningkatan nafas dan denyut nadi (minimal dalam 10 menit secara kontinyu)?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ya</li> <li>• Tidak (langsung ke P16)</li> </ul>	$4.0 \times \text{menit aktivitas berjalan atau bersepeda} \times \text{jumlah hari}$
P14	Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi lainnya yang tergolong sedang?	Hari	
P15	Berapa lama dalam biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang?	Jam menit	

#### **Aktivitas menetap (*Sedentary behavior*)**

Aktivitas yang tidak memerlukan banyak gerak seperti duduk saat bekerja, duduksaat di kendaraan, menonton televisi, atau berbaring, **KECUALI tidur**

P16	Berapa lama anda duduk atau berbaring	Jam menit	
-----	---------------------------------------	-----------	--

Lampiran 10

**SOP Mengukur Tekanan Darah/Tensi**

Pengertian	Suatu kegiatan yang dilakukan untuk mengetahui tekanan darah/tensi
Indikasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Semua pasien baru</li> <li>2. Pasien yang memiliki penyakit hipertensi, jantung dan penyakit kronis lainnya.</li> </ol>
Tujuan	Mengetahui tekanan darah
Persiapan tempat dan alat	<p>Baki berisi :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sphignomanometer air raksa/jarum yang siap pakai</li> <li>2. Stetoskop</li> <li>3. Buku catatan</li> <li>4. Alat tulis</li> </ol>
Persiapan pasien	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pasien diberi penjelasan tentang tindakan yang akan dilakukan</li> <li>2. Atur posisi pasien dalam keadaan rileks berbaring atau duduk</li> </ol>
Persiapan lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengatur pencahayaan</li> <li>2. Tutup pintu dan jendela</li> <li>3. Mengatur suasana yang nyaman (tenang/tidak berisik)</li> </ol>
Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mencuci tangan</li> <li>2. Memberi tahu pasien bahwa tindakan segera dilaksanakan</li> <li>3. Letakan tensi meter disamping atas lengan yang akan dipasang manset pada titik parallax</li> <li>4. Meminta/membantu pasien untuk membuka/menggulung lengan baju sebatas bahu</li> <li>5. Pasang manset pada lengan bagian atas sekitar 3 cm diatas fossa cubiti dengan pipa karet di lengan atas</li> <li>6. Memakai stetoskop pada telinga</li> <li>7. Meraba arteri brakhialis dengan jari tengah dan telunjuk</li> <li>8. Meletakan stetoskop bagian bell diatas arteri brakhialis</li> <li>9. Mengunci skrup balon karet</li> <li>10. Pengunci air raksa</li> <li>11. Balon dipompa lagi sehingga terlihat air raksa didalam pipa naik (30 mmHg) sampai denyut arteri tidak terdengar</li> <li>12. Membuka skrup balon dan menurunkan tekanan perlahan kira-kira 2 mmHg/detik</li> <li>13. Mendengar dengan teliti dan membaca skala air</li> </ol>

	<p>raksa sejajar dengan mata, pada skala berapa mulai terdengar bunyi denyut pertama sampai suara denyut berakhir terdengar lambat dan menghilang</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>14. Mencatat denyut pertama sebagai tekanan sistolik dan denyut terakhir sebagai tekanan diastolic</li> <li>15. Pengunci air raksa ditutup kembali</li> <li>16. Melepas stetoskop dari telinga</li> <li>17. Melepas manset dan digulung dengan rapi dan digulung dengan rapid dan dimasukan dalam kotak kemudian ditutup</li> <li>18. Merapikan pasien dan mengatur kembali posisi seperti pemula</li> <li>19. Memberi tahu pasien bahwa tindakan telah selesai dilaksanakan</li> <li>20. Alat-alat dirapikan dan disimpan pada tempatnya</li> <li>21. Mencuci tangan</li> </ol>
Sikap	<p>Sikap selama pelaksanaan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menunjukkan sikap sopan dan ramah</li> <li>2. Menjamin privacy pasien</li> <li>3. Bekerja dengan teliti</li> <li>4. Memperhatikan body mechanism</li> </ol>

Sumber : (Kemenkes, 2016)

Lampiran 11

Kartu Bimbingan

No	Hari, Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	20 Januari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pengarahan bimbingan</li> <li>- Mencari fenomena</li> </ul>	
2	24 Januari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pengajuan judul</li> <li>- Berapa banyak oil lavender digunakan</li> <li>- Berapa hari treatmennya?</li> <li>- Pilih sasarannya mau ke lansia dipanti jompo atau ibu rumah tangga yang kualitas tidur nya buruk</li> </ul>	
3	27 Januari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lebih spesifik terkait sasaran</li> <li>- Bagaimana prosedur oil lavender</li> <li>- Lebih efektif yang pake air dalam wadah atau pake difusser</li> </ul>	
4	10 Februari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cari fenomena di puskesmas</li> <li>- Cari fenomena pada pasien prolansis</li> <li>- Ganti judul</li> </ul>	
5	14 Februari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Studi pendahuluan</li> <li>- Lanjut BAB I</li> </ul>	
6	21 Februari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penulisan diperbaiki</li> <li>- Prevalensi hipertensi harus mengerucut (Riskeidas, Jawa Barat, Bandung, Puskesmas)</li> </ul>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Upaya pemerintah, program prolanis dan manfaat</li> <li>- Alasan kenapa mengambil tentang hipertensi</li> <li>- Kondisi pandemic pengaruhnya pada pasien hipertensi</li> <li>- Jelaskan jika aktivitas terbatas apa yang akan terjadi pada pasien hipertensi</li> <li>- Jelaskan pentingnya aktivitas fisik untuk pasien hipertensi</li> <li>- Wawancara ke pasien hipertensi di puskesmas (bagaimana aktivitas fisiknya, Tanya ke petugas selama pandemic covid, banyaknya derajat hipertensi berapa)</li> </ul>	
7	4 Maret 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sumbernya sebutkan</li> <li>- Manfaat teoritis perbaiki</li> <li>- Hapus bagian data dunia cukup mulai dari Indonesia</li> <li>- Sebutkan angka peningkatan tahun 2013 sampai 2018 menurut Riskesdas</li> </ul>	
8	27 April 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hapus klasifikasi derajat hipertensi di BAB I</li> <li>- Cari sumber</li> <li>- Jelaskan pengaruhnya masa transisi pandemic ke endemic</li> </ul>	

		<p>pada pasien hipertensi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jelaskan bagaimana hubungan antara aktivitas fisik dengan derajat hipertensi</li> <li>- Jelaskan paradigma penelitian setiap variabelnya</li> <li>- Jelaskan definisi operasional setiap variable</li> <li>- Sebutkan banyaknya populasi</li> <li>- Hitung berapa sampel yang akan digunakan</li> <li>- Perbaiki kriteria inklusi dan ekslusi</li> <li>- Jelaskan uji konstruk</li> <li>- Jelaskan teknik pengumpulan data</li> <li>- Tuliskan daftar pustaka</li> <li>- Lengkapi proposal</li> </ul>	
9	31 Mei 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penjelasan patofisiologi di BAB I di persingkat</li> <li>- Prevalensi hipertensi dijadikan satu paragraph</li> <li>- Hasil penelitian dijadikan dalam satu paragraph</li> <li>- Sebutkan berapa kali kegiatan prolans dilakukan dalam satu bulan</li> <li>- Jelaskan pemeriksaan rutin apa yang dilakukan dalam kegiatan prolans</li> <li>- Cek huruf setiap kalimat</li> </ul>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dibagian manfaat teoritis cukup untuk dijadikan referensi saja</li> <li>- Perbaiki ruang lingkup penelitian</li> <li>- Dalam kajian pustakan tidak perlu menyebutkan judul jurnal</li> <li>- Perbaiki pembuatan tabel</li> <li>- Penatalaksanaan bukan penanganan</li> <li>- SOP pengukuran tekanan darah diganti menurut PPNI</li> <li>- Jelaskan bagaimana pengukuran aktivitas dilakukan</li> <li>- Perbaiki kerangka konseptual</li> <li>- Perbaiki kerangka penelitian</li> <li>- Sebutkan sumber</li> <li>- Perbaiki definisi operasional</li> <li>- Ganti teknik sampling</li> <li>- Jumlah sampel dibulatkan jadi 53</li> <li>- Perbaiki kriteria inklusi dan eksklusi</li> <li>- Perbaiki teknik pengumpulan data</li> <li>- Perbaiki langkah penelitian</li> <li>- Tuliskan rumus chi square</li> </ul>	
10	07 Juni 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tambahkan factor yang mempengaruhi hipertensi di BAB 1</li> <li>- Ganti teknik sampling</li> </ul>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tidak pake kriteria inklusi dan ekslusi</li> <li>- Jelaskan teknik pengumpulan data</li> <li>- Perbaiki langkah penelitian</li> </ul>	
11	08 Juni 2022	Acc sidang UP	
12	07 Juli 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi hasil SUP</li> <li>- Lanjut uji etik</li> </ul>	
13	02 Agustus 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hasil penelitian</li> <li>- Pembahasan</li> <li>- Perbaiki saran dan kesimpulan</li> <li>- Masukin data karakteristik ke dalam pembahasan</li> </ul>	
14	05 Agustus 2022	ACC sidang akhir	
No	Hari, Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	21 Januari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menentukan fenomena</li> <li>- Studi pendahuluan</li> </ul>	
2	14 Februari 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menentukan judul</li> <li>- Lanjut BAB I</li> </ul>	
3	02 Maret 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki penulisan</li> <li>- Jelaskan kenapa lebih memilih aktivitas fisik</li> <li>- Data dari Provinsi Jawa Barat</li> <li>- Data dari Kota</li> </ul>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bandung</li> <li>- Penjelasan tentang derajat hipertensi</li> <li>- Di urutan ke berapa Puskesmas Caringin di Kota Bandung</li> <li>- Hipertensi apa yang diteliti (primer/sekunder)</li> <li>- Lebih spesifik diumur berapa</li> <li>- Data hipertensi di Puskesmas Caringin</li> <li>- Cukup data hipertensi di Indonesia saja</li> <li>- Lanjut bikin proposal</li> </ul>	
4	18 Mei 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki margin</li> <li>- Huruf asing dimiringkan/italic</li> <li>- Spasi dan penomoran</li> <li>- Hasil stupen dibawah data</li> <li>- Di BAB I tambahkan faktor risiko/menangani hipertensi</li> <li>- Di BAB I tambahkan patofisiologi</li> <li>- Di BAB I tambahkan jenis aktivitas fisik</li> <li>- Hasil penelitian sebelumnya tambahkan jumlah</li> <li>- Di bab 2 tambahkan kajian pustaka</li> <li>- Di bab 2 tambahkan faktor risiko</li> <li>- Pencegahan hipertensi dihapus diganti penatalaksanaan farmakologi dan nonfarmakologi</li> </ul>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ganti kerangka konseptual</li> <li>- Tuliskan sumber</li> <li>- Jelaskan pengertian korelasi</li> <li>- Di bab 3 tambahkan kerangka penelitian</li> <li>- Lengkapi proposal</li> </ul>	
5	31 Mei 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penulisan di perbaiki</li> <li>- Tambahkan daftar table dan bagan</li> <li>- Di daftar isi setiap BAB di bold</li> <li>- Tambahkan jenis aktivitas fisik untuk penderita hipertensi</li> <li>- Tambahkan mekanisme/fatofisiologi aktivitas fisik</li> </ul>	
6	5 Juni 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spasi perbaiki</li> <li>- Tambahkan factor yang mempengaruhi hipertensi di BAB I</li> <li>- Spasi table 1,5</li> <li>- Perbaiki definisi konseptual</li> <li>- Perbaiki definisi operasional</li> <li>- Pada populasi tambahkan bulan dan tahun</li> <li>- Paragraph di lokasi dan penelitian di Tab</li> </ul>	
7	7 Juli 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi hasil UP</li> <li>- Lanjut etika penelitian</li> </ul>	

8	04 Agustus 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hapus data karakteristik responden</li> <li>- Jelaskan dampak dari aktivitas fisik</li> <li>- Jelaskan hasil analisa</li> <li>- Jelaskan dampak dari hipertensi</li> <li>- Jelaskan secara teori hubungan aktivitas fisik dengan derajat hipertensi</li> </ul>	
9	05 Agustus 2022	ACC sidang akhir	

Lampiran 12

Data excel dan statistic

Aktivitas Fisik							Derajat Hipertensi		
No responden	Jenis Kelamin	Usia	Pekerjaan	Kode	Total	Keterangan	Kode	Total	Keterangan
R1	1	5	1	1	600	Ringan	2	160/100	Derajat 2
R2	2	5	2	2	1680	Sedang	3	190/80	Derajat 3
R3	2	5	2	1	400	Ringan	1	190/90	Derajat 1
R4	2	2	2	2	1920	Sedang	3	180/100	Derajat 3
R5	1	2	1	2	1490	Sedang	1	150/90	Derajat 1
R6	2	2	3	2	1600	Sedang	2	160/100	Derajat 2
R7	1	2	1	3	3590	Berat	1	140/100	Derajat 1
R8	1	2	3	2	1500	Sedang	3	180/100	Derajat 3
R9	1	2	3	2	1560	Sedang	3	170/100	Derajat 2
R10	1	2	1	1	360	Ringan	2	190/100	Derajat 2
R11	1	2	3	3	4080	Berat	3	200/90	Derajat 3
R12	1	1	1	1	600	Ringan	2	170/100	Derajat 2
R13	1	2	1	3	3590	Berat	2	160/80	Derajat 2
R14	1	3	1	3	3420	Berat	3	190/110	Derajat 3
R15	1	2	1	1	550	Ringan	2	160/90	Derajat 2
R16	1	2	3	3	3070	Berat	3	190/90	Derajat 3
R17	1	3	3	1	480	Ringan	2	160/110	Derajat 2
R18	2	2	1	3	3560	Berat	3	170/90	Derajat 2
R19	2	2	2	3	3480	Berat	1	150/100	Derajat 1
R20	2	3	2	2	1920	Sedang	3	200/90	Derajat 3
R21	2	2	2	1	440	Ringan	2	160/100	Derajat 2
R22	2	2	2	3	3490	Berat	3	190/100	Derajat 3
R23	2	1	2	3	3760	Berat	3	180/70	Derajat 3
R24	1	2	1	1	570	Ringan	2	160/80	Derajat 2
R25	1	2	3	2	2320	Sedang	3	190/110	Derajat 3
R26	2	2	3	3	3560	Berat	2	160/80	Derajat 2
R27	2	2	1	1	450	Ringan	2	160/100	Derajat 2
R28	1	5	1	1	590	Ringan	3	200/100	Derajat 3
R29	2	2	2	3	3500	Berat	2	160/80	Derajat 2
R30	1	5	1	1	560	Ringan	1	140/80	Derajat 1
R31	2	5	2	1	470	Ringan	2	160/90	Derajat 2
R32	2	6	1	1	60	Ringan	1	180/80	Derajat 1
R33	2	5	2	1	580	Ringan	2	160/90	Derajat 2
R34	2	4	2	1	490	Ringan	1	190/90	Derajat 1

R35	2	5	2	2	2520	Sedang	2	170/90	Derajat 2
R36	2	6	2	1	450	Ringan	2	160/90	Derajat 2
R37	1	4	1	3	3020	Berat	3	190/90	Derajat 3
R38	2	3	2	2	1260	Sedang	2	170/90	Derajat 2
R39	1	6	1	1	400	Ringan	3	190/100	Derajat 3
R40	1	5	1	1	600	Ringan	3	180/90	Derajat 3
R41	1	5	1	1	380	Ringan	2	160/90	Derajat 2
R42	2	4	2	2	1860	Sedang	3	180/80	Derajat 3
R43	2	4	2	1	440	Ringan	2	160/100	Derajat 2
R44	1	4	1	2	1020	Sedang	3	180/130	Derajat 3
R45	2	5	2	1	490	Ringan	2	160/90	Derajat 2
R46	2	6	2	2	2040	Sedang	3	190/100	Derajat 3
R47	1	5	3	2	1680	Sedang	3	180/100	Derajat 3
R48	1	5	1	1	470	Ringan	2	170/100	Derajat 2
R49	2	6	2	2	1200	Sedang	3	180/90	Derajat 3
R50	2	6	2	1	500	Ringan	3	190/90	Derajat 3
R51	2	3	2	2	2700	Sedang	2	160/80	Derajat 2
R52	2	6	2	3	7789	Berat	3	200/90	Derajat 3
R53	1	5	3	3	6720	Berat	3	190/100	Derajat 3

**Statistics**

		Aktivitas_Fisik	Derajat_Hipertenzi
N	Valid	53	53
	Missing	0	0
Mean		1.83	2.32
Median		2.00	2.00
Mode		1	3
Sum		97	123

**Aktivitas\_Fisik**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	23	43.4	43.4	43.4
	Sedang	16	30.2	30.2	73.6
	Berat	14	26.4	26.4	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

**Derajat\_Hipertensi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Derajat 1	7	13.2	13.2	13.2
	Derajat 2	22	41.5	41.5	54.7
	Derajat 3	24	45.3	45.3	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

**Data karakteristik responden**

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
1. Laki-laki	25	47.2
2. Perempuan	28	52.8
Jumlah	53	100.0
Usia		
3. 18-25	2	3.8
4. 26-35	20	37.7
5. 36-45	5	9.4
6. 46-55	5	9.4
7. 56-65	14	26.4
8. >65	7	13.2
Jumlah	53	100.0
Pekerjaan		
1. Wiraswasta	20	37.7
2. Ibu Rumah Tangga	23	43.4
3. Pegawai Negeri	10	18.9
Jumlah	53	100.0
Agama		
1. Islam	53	100.0
Suku		
1. Sunda	53	100.0
Pendidikan		
1. SD	15	28.3
2. SMP	13	24.5
3. SMA	15	28.3
4. S1	10	28.9
Jumlah	53	100.0
Status Perkawinan		
1. Menikah	40	75.5
2. Belum Menikah	13	24.5
Jumlah	53	100.0

### Statistics

	Jenis_Kelamin	Usia	Pekerjaan
N	Valid	53	53
	Missing	0	0
Mean		1.53	3.57
Median		2.00	3.00
Mode		2	2
Sum		81	189
			96

### Jenis\_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	25	47.2	47.2	47.2
	Perempuan	28	52.8	52.8	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

### Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18-25	2	3.8	3.8	3.8
	26-35	20	37.7	37.7	41.5
	36-45	5	9.4	9.4	50.9
	46-55	5	9.4	9.4	60.4
	56-65	14	26.4	26.4	86.8
	<65	7	13.2	13.2	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

### Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Wiraswasta	20	37.7	37.7	37.7
	Ibu Rumah Tangga	23	43.4	43.4	81.1
	Pegawai Negeri	10	18.9	18.9	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

Statistics					
	Agama	Suku	Pendidikan	Status_Perkawi	nan
N	Valid	53	53	53	53
	Missing	0	0	0	0
Mean		1.00	1.00	2.38	1.25
Median		1.00	1.00	2.00	1.00
Mode		1	1	1 <sup>a</sup>	1
Sum		53	53	126	66

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Agama					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid Islam	53	100.0	100.0	100.0	

Suku					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid Sunda	53	100.0	100.0	100.0	

Pendidikan					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid SD	15	28.3	28.3	28.3	
SMP	13	24.5	24.5	52.8	
SMA	15	28.3	28.3	81.1	
S1	10	18.9	18.9	100.0	
Total	53	100.0	100.0		

### Status Perkawinan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Menikah	40	75.5	75.5	75.5
	Belum Menikah	13	24.5	24.5	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

### Correlations

			Aktivitas_Fisik	Derajat_Hipertensi
Spearman's rho	Aktivitas_Fisik	Correlation Coefficient	1.000	.381**
		Sig. (2-tailed)	.	.005
		N	53	53
Derajat_Hipertensi		Correlation Coefficient	.381**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.005	.
		N	53	53

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktivitas_Fisik *	53	100.0%	0	0.0%	53	100.0%
Derajat_Hipertensi						

**Aktivitas\_Fisik \* Derajat\_Hipertensi Crosstabulation**

			Derajat_Hipertensi			Total
			Derajat 1	Derajat 2	Derajat 3	
Aktivitas_Fisik	Ringan	Count	4	15	4	23
		% within Aktivitas_Fisik	17.4%	65.2%	17.4%	100.0%
		% within Derajat_Hipertensi	57.1%	68.2%	16.7%	43.4%
		% of Total	7.5%	28.3%	7.5%	43.4%
	Sedang	Count	1	4	11	16
		% within Aktivitas_Fisik	6.3%	25.0%	68.8%	100.0%
		% within Derajat_Hipertensi	14.3%	18.2%	45.8%	30.2%
		% of Total	1.9%	7.5%	20.8%	30.2%
	Berat	Count	2	3	9	14
		% within Aktivitas_Fisik	14.3%	21.4%	64.3%	100.0%
		% within Derajat_Hipertensi	28.6%	13.6%	37.5%	26.4%
		% of Total	3.8%	5.7%	17.0%	26.4%
Total		Count	7	22	24	53
		% within Aktivitas_Fisik	13.2%	41.5%	45.3%	100.0%
		% within Derajat_Hipertensi	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	13.2%	41.5%	45.3%	100.0%

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		53
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	13.59574450
Most Extreme Differences	Absolute	.156
	Positive	.156
	Negative	-.076
Test Statistic		.156
Asymp. Sig. (2-tailed)		.007 <sup>c</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 13

Hasil Plagiarisme

---

ORIGINALITY REPORT

---

12%

SIMILARITY INDEX

12%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

---

PRIMARY SOURCES

---

1

etheses.uin-malang.ac.id

Internet Source

4%

2

repositori.usu.ac.id

Internet Source

3%

3

www.researchgate.net

Internet Source

2%

4

repository2.unw.ac.id

Internet Source

2%

5

www.scribd.com

Internet Source

2%

---

Lampiran 14

Timeline Skripsi

Note :

Minggu ke-1 juni : Ujian Proposal

Minggu ke-2 Juni s/d minggu ke-4 Juni : Penelitian dan bimbingan

Minggu ke-1 Juli : Ujian sidang akhir

Minggu ke-2 Juli : Perbaikan skripsi

Lampiran 15

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Rosliana  
NIM : AK118157  
Tempat, Tanggal Lahir : Majalengka, 13 April 2000  
Alamat : Blok kliwon rt/002 rw/002 Desa Mekarsari Kec. Jatiwangi Kab. Majalengka  
  
Pendidikan  
1. Kober Kasih Ibu : 2005-2006  
2. SDN 1 Mekarsari : 2006-2012  
3. SMPN 2 Jatiwangi : 2012-2015  
4. SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi : 2015-2018  
5. Universitas Bhakti Kencana Bandung : 2018-2022