

Lampiran 1

Surat izin studi pendahuluan



**Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana**

Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 768
🌐 bku.ac.id 📧 contact@bku.ac.id

Nomor : 416/03.FKP/UBK/2/2022
Lampiran :
Perihal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Yth. Kepala UPTD Puskesmas Cikalapa Subang
Tempat

Assalamu'alaikum wr.wb

Dengan Hormat.

Sehubunganakan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa program studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana dalam rangka penyusunan Laporan Tugas Akhir maka dengan ini kami bermaksud memohon agar kiranya bapak/ibu pimpinan dapat memberikan izin kepada mahasiwa kami :

Nama : **M. Bobby Renaldhi**
Nim : **AK118095**
Pembimbing : **Inggrid Dirgahayu S.Kep.,Ners.,M.Kep**
Judul : **Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause**
Skripsi : **Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikalapa Subang**

Untuk mengadakan studi pendahuluan dengan pengambilan data atau informasi yang diperlukan pada wilayah kerja di instansi yang bapak/ibu pimpin.
Demikian, surat permohonan izin ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami haturkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Bandung, 24 Februari 2022

Hormat Kami,
Fakultas Keperawatan
Dekan


R. Siti Jundiah, M.Kep
NIK. 02007020132



Lampiran 2

SURAT PERMOHONAN JADI RESPONDEN

Kepada Yth :

Responden

Di tempat

Dengan Hormat,

Saya mahasiswa S1 Program Studi Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung :

Nama : M. Bobby Renaldhi

NIM : AK.1.18.095

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti M. Bobby Renaldhi yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause Di Rw 10 Kelurahan Soklat Kecamatan Subang Kabupaten Subang”. Keikutsertaan dalam penelitian ini dilakukan secara benar, sukarela dan tidak merugikan saudara/i.

Demikianlah surat persetujuan ketersediaan ikut serta dalam penelitian ini saya buat untuk digunakan seperlunya.

Bandung, Juli 2022

Hormat Saya,



(M. Bobby Renaldhi)

SURAT PERSETUJUAN RESPONDEN (INFORMED CONSENT)

Dengan menandatangani lembar ini, saya:

Nama :

Usia :

Alamat :

Memberikan persetujuan untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause Di Rw 10 Kelurahan Soklat Kecamatan Subang Kabupaten Subang” yang akan dilakukan oleh M. Bobby Renaldi mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

Saya telah dijelaskan bahwa jawaban kuesioner ini hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan saya secara sukarela bersedia menjadi responden penelitian ini.

Bandung, Juli 2022

Responden

(.....)

Lampiran 3

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

Nama :

Usia :

Pekerjaan :

Alamat :

Pernyataan di bawah ini adalah pertanyaan seputar aktivitas fisik yang Anda lakukan selama 7 hari terakhir. Jawablah setiap pertanyaan di bawah ini meskipun Anda merasa bahwa Anda bukanlah orang yang aktif. Berpikirlah tentang aktivitas fisik yang anda lakukan di tempat kerja, di rumah dan halaman, untuk bergerak dari suatu tempat ke tempat lain, dan dalam waktu luang untuk rekreasi atau berolahraga.

Berpikirlah tentang semua aktivitas fisik berat yang telah anda lakukan selama 7 hari terakhir. Aktivitas fisik berat adalah aktivitas yang menggunakan daya tenaga yang kuat dan menyebabkan Anda bernafas jauh lebih kuat dari pada biasanya. Berpikirlah pada aktivitas fisik yang telah Anda lakukan selama sekurang-kurangnya 10 menit pada suatu waktu.

1. Selama 7 Hari terakhir, berapa harikah anda melakukan aktivitas fisik berat seperti mengangkat beban berat, mencangkul, senam aerobik, atau bersepeda cepat?
_____ hari per minggu

☐ Tidak ada aktivitas fisik berat → Lompat ke pertanyaan no 3

2. Berapa lama waktu yang biasa Anda gunakan untuk melakukan aktivitas fisik berat di salah satu hari?

_____ jam per hari

Jumlah MET

_____ menit per hari

☐ Tidak tahu / tidak pasti

Berpikirlah tentang semua aktivitas fisik sedang yang telah Anda lakukan selama 7 hari terakhir. Aktivitas fisik sedang adalah aktivitas fisik yang menggunakan daya tenaga yang moderat dan menyebabkan anda bernafas agak lebih kuat daripada biasanya. Berpikirlah pada aktivitas fisik yang telah anda lakukan selama sekurang – kurangnya 10 menit pada suatu waktu.

3. Selama 7 hari terakhir, berapa harikah Anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti mengangkat beban ringan, bersepeda dengan kecepatan biasa, atau bermain tenis beregu? Ini tidak termasuk berjalan kaki.

_____ hari per minggu

☐ Tidak ada aktivitas fisik sedang → Lompat ke pertanyaan no 5

4. Berapa lama waktu yang biasa anda gunakan untuk aktivitas fisik sedang di salah satu hari?

_____ jam per hari

Jumlah MET

_____ menit per hari

☐ Tidak tahu / tidak pasti

Berpikirlah tentang waktu yang Anda gunakan untuk berjalan kaki selama 7 hari terakhir. Waktu yang digunakan ini termasuk berjalan kaki di tempat kerja, di rumah, berjalan kaki dari satu tempat ke tempat lain, dan berjalan kaki sematamata untuk rekreasi, olahraga, atau waktu luang.

5. Selama 7 hari terakhir, berapa harikah Anda telah berjalan kaki selama sekurang-kurangnya 10 menit pada suatu waktu

_____ hari per minggu

☐

Tidak berjalan kaki → Lompat ke pertanyaan no 7

6. Berapa lama waktu yang biasa anda gunakan untuk berjalan kaki pada salah satu hari?

_____ jam per hari

Jumlah MET

_____ menit per hari

☐

Tidak tahu / tidak pasti

Pertanyaan terakhir adalah mengenai waktu yang Anda gunakan untuk duduk pada hari-hari kerja selama 7 hari terakhir. Termasuk waktu yang digunakan duduk di tempat kerja, di rumah, saat belajar, dan selama waktu luang. Waktu ini juga termasuk waktu yang digunakan duduk di meja, mengunjungi teman-teman, membaca, atau duduk atau berbaring sambil menonton televisi.

7. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang Anda gunakan untuk duduk pada suatu hari kerja?

_____ jam per hari

Jumlah MET

_____ menit per hari

☐

Tidak tahu/tidak pasti

KUESIONER KUALITAS HIDUP

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom jawaban yang tersedia dengan memperhatikan kriteria di bawah ini :

No.	Pernyataan	Jawaban				
		Sangat Buruk	Buruk	Biasa Biasa Saja	Baik	Sangat Baik
Kualitas Hidup Secara Umum						
1	Bagaimana menurut anda kualitas hidup anda?					
	Kesehatan Umum	Sangat Tidak Memuaskan	Tidak Memuaskan	Biasa Biasa Saja	Memuaskan	Sangat memuaskan
2	Seberapa puas anda terhadap Kesehatan anda?					
		Tidak sama sekali	Sedikit	Dalam jumlah sedang	Sangat sering	Dalam jumlah berlebihan
3	Seberapa jauh rasa sakit fisik anda mencegah anda dalam beraktivitas sesuai kebutuhan anda?	0	18	32	3	0
4	Seberapa sering anda membutuhkan terapi medis untuk dapat berfungsi dalam kehidupan sehari-hari anda?	1	18	19	12	3
5	Seberapa jauh anda menikmati hidup anda?	0	10	37	6	0

6	Seberapa jauh anda merasa hidup anda berarti?	0	10	21	29	3
7	Seberapa jauh anda mampu berkonsentrasi?	0	14	21	18	0
8	Secara umum, seberapa aman anda rasakan dalam kehidupan sehari-hari?	0	4	30	19	0
9	Seberapa sehat lingkungan dimana anda tinggal (berkaitan dengan sarana dan prasarana)	0	9	25	18	0
		Tidak sama sekali	Sedikit	Sedang	Seringkali	Sepenuhnya dialami
10	Apakah anda memiliki vitalitas yang cukup untuk beraktivitas sehari-hari?	0	24	22	6	1
11	Apakah anda dapat menerima penampilan tubuh anda?	0	6	38	9	0
12	Apakah anda memiliki cukup uang untuk memenuhi kebutuhan anda?	19	22	12	0	0
13	Seberapa jauh ketersediaan informasi bagi kehidupan anda dari hari ke hari?	0	10	22	21	0
14	Seberapa sering anda memiliki kesempatan untuk bersenang-senang /rekreasi?	2	16	31	4	0
		Sangat buruk	Buruk	Biasa-biasasaja	Baik	Sangat baik
15	Seberapa baik kemampuan anda dalam bergaul?	0	5	15	18	5

		Sangat tidak memuaskan	Tidak memuaskan	Biasa-biasasaja	Memuaskan	Sangat memuaskan
16	Seberapa puaskan anda dengan tidur anda?	0	29	13	10	1
17	Seberapa puaskah anda dengan kemampuan anda untuk menampilkan aktivitas kehidupan anda sehari-hari?	0	11	23	29	0
18	Seberapa puaskah anda dengan kemampuan anda untuk bekerja?	0	10	24	19	0
19	Seberapa puaskah anda terhadap diri anda?	0	7	20	26	0
20	Seberapa puaskah anda dengan hubungan personal/sosial anda?	0	2	31	20	0
21	Seberapa puaskah anda dengan kehidupan seksual anda?	0	13	17	13	0
22	Seberapa puaskah anda dengan dukungan yang anda peroleh dari teman anda?	0	0	31	22	0
23	Seberapa puaskah anda dengan kondisi tempat anda tinggal saat ini?	0	8	22	22	1
24	Seberapa puaskah anda dengan akses anda pada layanan kesehatan?	0	2	27	24	0
25	Seberapa puaskah anda dengan transportasi yang harus anda jalani?	0	5	25	18	5
		Tidak pernah	Pernah	Cukup sering	Sangat sering	Selalu

26	Seberapa sering anda memiliki perasaan negative seperti kesepian, putus asa, cemas dan depresi?	7	22	17	7	0
----	---	---	----	----	---	---

Lampiran 4 kisi-kisi Kuesioner

WHOQOL-BREF	Item Favourable	Item Unfavourable
Dimensi Fisik	10,15,16,17,18	3,4
Dimensi Psikologis	5,6,7,11,19	26
Dimensi Sosial	20,21,22	
Dimensi Lingkungan	8,9,12,13,14,23,24,25	
Skoring Item Favourable	Jawaban	Skoring Item Unfavourable
1	Sangat buruk, tidak sama sekali	5
2	Buruk, sedikit	4
3	Biasa saja, sedang	3
4	Sangat sering	2
5	Sangat baik, sangat memuaskan	1

Lampiran 5

SPSS Uji Univariat

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-50	9	17,0	17,0	17,0
	51-60	44	83,0	83,0	100,0
	Total	53	100,0	100,0	

Pekerjan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	47	88,7	88,7	88,7
	Pedagang	3	5,7	5,7	94,3
	Guru	2	3,8	3,8	98,1
	PNS	1	1,9	1,9	100,0
	Total	53	100,0	100,0	

Aktivitas_Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	17	32,1	32,1	32,1
	Sedang	22	41,5	41,5	73,6
	Berat	14	26,4	26,4	100,0
	Total	53	100,0	100,0	

Kualitas_Hidup

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	29	54,7	54,7	54,7
	Buruk	24	45,3	45,3	100,0
	Total	53	100,0	100,0	

SPSS Uji Bivariat

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktivitas_Fisik * Kualitas_Hidup	53	100,0%	0	0,0%	53	100,0%

Aktivitas_Fisik * Kualitas_Hidup Crosstabulation

			Kualitas_Hidup		Total
			Baik	Buruk	
Aktivitas_Fisik	Ringan	Count	6	11	17
		% within Aktivitas_Fisik	35,3%	64,7%	100,0%
	Sedang	Count	12	10	22
		% within Aktivitas_Fisik	54,5%	45,5%	100,0%
	Berat	Count	11	3	14
		% within Aktivitas_Fisik	78,6%	21,4%	100,0%
Total	Count	29	24	53	
	% within Aktivitas_Fisik	54,7%	45,3%	100,0%	

Correlations

			Aktivitas_Fisik	Kualitas_Hidup
Spearman's rho	Aktivitas_Fisik	Correlation Coefficient	1,000	-,329*
		Sig. (2-tailed)	.	,016
		N	53	53
	Kualitas_Hidup	Correlation Coefficient	-,329*	1,000
		Sig. (2-tailed)	,016	.
		N	53	53

Rekap dan Input Hasil Penelitian

Rekap Hasil Penelitian Kategori					Input Hasil Penelitian		
No	Usia	Pekerjaan	Aktivitas Fisik	Kualitas Hidup	Usia	Pekerjaan	Jumlah MET
R1	2	1	Berat	Baik	60	IRT	3549
R2	2	1	Berat	Buruk	51	IRT	495
R3	2	1	Sedang	Buruk	60	IRT	2133
R4	2	1	Sedang	Baik	53	IRT	1707
R5	2	1	Berat	Baik	54	IRT	1089
R6	2	1	Berat	Baik	53	IRT	5931
R7	2	1	Sedang	Baik	53	IRT	545
R8	2	1	Sedang	Buruk	58	IRT	1620
R9	2	1	Sedang	Baik	55	IRT	594
R10	2	1	Sedang	Buruk	55	IRT	1311
R11	2	1	Berat	Baik	53	IRT	6129
R12	1	1	Ringan	Buruk	48	IRT	545
R13	2	1	Sedang	Baik	53	IRT	1446
R14	2	1	Sedang	Buruk	58	IRT	1683
R15	2	2	Sedang	Baik	60	Pedagang	396
R16	2	1	Ringan	Buruk	56	IRT	3264
R17	2	1	Ringan	Buruk	51	IRT	480
R18	2	1	Berat	Baik	53	IRT	1089
R19	2	1	Ringan	Baik	56	IRT	429
R20	2	3	Sedang	Baik	54	Guru	3024
R21	1	1	Sedang	Buruk	49	IRT	2331
R22	2	1	Sedang	Buruk	51	IRT	1920
R23	2	1	Ringan	Buruk	55	IRT	1089
R24	2	1	Ringan	Baik	53	IRT	513
R25	1	1	Ringan	Baik	48	IRT	4275
R26	2	3	Sedang	Baik	55	Guru	1342
R27	2	1	Berat	Baik	60	IRT	4449
R28	2	1	Berat	Buruk	60	IRT	516
R29	1	1	Sedang	Baik	49	IRT	3810
R30	2	1	Sedang	Buruk	54	IRT	1668
R31	2	1	Berat	Buruk	54	IRT	4449
R32	2	1	Ringan	Baik	51	IRT	816
R33	1	1	Ringan	Buruk	48	IRT	438
R34	1	1	Berat	Baik	50	IRT	858
R35	2	1	Berat	Baik	55	IRT	6129
R36	1	1	Sedang	Buruk	48	IRT	594
R37	2	1	Ringan	Buruk	57	IRT	3264
R38	2	1	Ringan	Baik	56	IRT	513
R39	1	1	Sedang	Baik	47	IRT	3759
R40	2	1	Ringan	Buruk	60	IRT	528
R41	2	4	Sedang	Baik	59	PNS	1286
R42	2	2	Sedang	Baik	60	Pedagang	2407
R43	2	1	Berat	Baik	52	IRT	7363
R44	2	1	Sedang	Buruk	58	IRT	1089
R45	2	1	Ringan	Buruk	59	IRT	519
R46	2	1	Berat	Baik	52	IRT	3267
R47	2	1	Sedang	Buruk	50	IRT	743
R48	1	2	Berat	Baik	47	Pedagang	4251
R49	2	1	Sedang	Baik	56	IRT	1620
R50	2	1	Sedang	Buruk	50	IRT	918
R51	2	1	Sedang	Buruk	53	IRT	480
R52	2	1	Sedang	Buruk	59	IRT	975
R53	2	1	Berat	Baik	52	IRT	4546

Lampiran 6 Tabulasi

No	Kualitas Hidup																									Total	Kode
	Domain Fisik							Domain Psikologis						Domain Sosial			Domain Lingkungan										
	X.3	X.4	X.10	X.15	X.16	X.17	X.18	X.5	X.6	X.7	X.11	X.19	X.26	X.20	X.21	X.22	X.8	X.9	X.12	X.13	X.14	X.23	X.24	X.25			
R1	3	4	2	5	4	4	2	4	5	3	3	4	4	4	2	4	4	4	1	4	2	4	4	3	83	1	
R2	3	4	3	4	2	3	3	2	2	2	4	2	4	3	3	3	2	1	1	4	2	2	3	2	64	2	
R3	3	5	2	4	2	4	2	3	2	2	4	4	3	4	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	68	2	
R4	3	2	2	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	83	1	
R5	3	2	2	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	84	1	
R6	3	4	2	4	2	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	83	1	
R7	3	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	88	1	
R8	4	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	67	2	
R9	4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	5	4	2	3	4	2	2	3	3	3	4	4	79	1	
R10	4	2	3	4	2	2	3	3	4	2	2	4	2	4	2	3	3	2	1	3	2	2	4	3	66	2	
R11	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	88	1	
R12	3	3	2	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	1	3	2	3	4	3	70	2	
R13	3	4	3	4	3	3	3	2	5	4	3	4	4	3	3	3	4	1	2	4	3	4	4	3	79	1	
R14	3	1	2	5	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	63	2	
R15	4	4	2	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	5	80	1	
R16	3	2	2	2	2	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	68	2	
R17	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	77	2	
R18	3	2	3	5	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	79	1	
R19	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	5	3	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	78	1	
R20	3	3	4	3	5	4	4	3	3	2	4	3	4	4	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	80	1	
R21	4	2	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	1	3	4	4	3	3	67	2	
R22	3	3	2	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	1	4	3	3	3	4	76	2	
R23	3	4	3	2	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	4	4	2	3	2	2	3	3	4	3	70	2	
R24	3	2	5	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	4	4	80	1	
R25	4	3	3	3	2	4	3	2	3	4	4	3	5	4	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4	80	1	
R26	4	4	3	3	3	2	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	5	80	1	
R27	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	5	4	2	4	3	4	3	3	2	3	3	4	80	1	
R28	3	2	2	2	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	1	3	3	3	68	2	
R29	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	5	3	5	81	1	
R30	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	1	1	3	2	4	4	2	67	2	
R31	3	1	2	5	2	3	2	2	2	4	3	4	2	3	2	3	3	3	1	2	3	3	4	3	65	2	
R32	3	4	3	4	2	3	3	2	2	2	4	2	4	3	3	3	2	1	1	4	2	2	3	2	64	1	
R33	2	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	1	2	3	3	4	3	66	2	
R34	5	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	5	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	4	80	1	
R35	3	3	4	5	4	3	3	3	2	4	3	3	5	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	79	1	
R36	2	3	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	69	2	
R37	3	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	5	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	77	2	
R38	3	4	2	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	4	3	4	3	4	82	1	
R39	4	3	2	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	2	4	4	3	79	1	
R40	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	1	3	3	2	3	70	2	
R41	4	3	4	3	2	4	4	4	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	79	1	
R42	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	5	81	1	
R43	3	3	2	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	1	4	3	3	3	4	78	1	
R44	3	4	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	71	2	
R45	3	1	2	4	2	4	2	3	2	2	4	4	3	4	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	64	2	
R46	3	2	2	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	83	1	
R47	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	2	2	1	4	3	2	69	2	
R48	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	5	79	1	
R49	3	4	2	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	2	3	4	80	1	
R50	4	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	67	2	
R51	2	3	3	3	2	2	4	3	4	2	2	4	4	3	2	3	4	3	1	3	2	3	2	3	67	2	
R52	4	2	3	4	2	2	3	3	4	2	2	4	2	4	2	3	3	2	1	3	2	2	4	3	66	2	
R53	4	3	3	4	2	3	2	4	5	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	78	1	
Total	176	160	143	192	142	162	168	155	174	163	161	177	187	177	169	181	173	160	99	170	143	175	180	182			
	1143							1017							527				1282								

No	Aktivitas Fisik											Jumlah MET	
	X.1	X.2		X.3	X.4		.5	x.6			x.7		
	Hari	jam	menit	hari	jam	menit	hari	jam	menit	jam	menit		
R1	7	1	0	0	0	0	1	1	30	1	0	3549	
R2	0	0	0	2	0	0	2	0	15	2	0	495	
R3	0	0	0	3	2	0	3	0	30	2	0	2133	
R4	0	0	0	7	0	15	7	0	30	3	0	1707	
R5	0	0	0	0	0	0	7	0	30	2	0	1089	
R6	0	0	0	7	3	0	7	0	30	2	0	5931	
R7	0	0	0	0	0	0	3	0	15	2	0	545	
R8	0	0	0	2	2	0	7	0	20	1	0	1620	
R9	0	0	0	0	0	0	1	2	0	1	0	594	
R10	0	0	0	7	15	7	0	0	30	1	0	1311	
R11	0	0	0	7	3	0	7	0	30	2	0	6129	
R12	0	0	0	0	0	0	7	0	15	1	0	545	
R13	0	0	0	3	0	30	7	0	15	2	0	1446	
R14	2	1	0	1	1	0	3	0	30	0	20	1683	
R15	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	396	
R16	0	0	0	7	1	0	7	1	0	1	0	3264	
R17	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	480	
R18	0	0	0	0	0	0	5	1	0	0	30	1089	
R19	0	0	0	0	0	0	7	0	10	1	0	429	
R20	0	0	0	3	2	0	7	1	0	1	0	3024	
R21	0	0	0	2	3	0	7	0	30	2	0	2331	
R22	3	1	0	0	0	0	3	1	0	0	20	1920	
R23	0	0	0	0	0	0	7	0	30	2	0	1089	
R24	3	0	15	0	0	0	0	0	0	1	0	513	
R25	0	1	0	7	2	0	1	1	30	1	0	4275	
R26	0	0	0	0	0	0	7	0	15	2	0	1342	
R27	0	0	0	7	2	0	7	0	30	2	0	4449	
R28	0	0	0	0	0	0	7	0	20	0	30	516	
R29	1	1	0	7	0	15	7	2	0	1	0	3810	
R30	1	1	0	1	0	15	2	1	60	1	60	1668	
R31	0	0	0	7	0	2	7	0	30	2	0	4449	
R32	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	816	
R33	0	0	0	0	0	0	3	0	20	1	0	438	
R34	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	858	
R35	2	0	0	7	3	0	7	0	30	2	0	6129	
R36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	594	
R37	0	0	0	7	1	0	7	1	0	1	0	3264	
R38	3	0	15	0	0	0	0	0	0	1	0	513	
R39	0	0	0	7	1	0	7	1	30	0	0	3759	
R40	0	0	0	0	0	0	7	0	10	1	30	528	
R41	0	0	0	7	0	30	7	0	15	0	30	1286	
R42	0	0	0	0	0	0	7	0	20	0	30	2407	
R43	0	0	0	7	4	0	7	0	15	1	30	7363	
R44	0	0	0	0	0	0	7	0	30	2	0	1089	
R45	0	0	0	7	0	15	0	0	0	0	30	519	
R46	0	0	0	7	0	2	7	0	30	2	0	3267	
R47	0	0	0	0	0	0	7	0	15	2	0	743	
R48	0	0	0	7	2	0	1	4	0	2	0	4251	
R49	0	0	0	2	2	0	7	0	20	1	0	1620	
R50	0	0	0	2	1	30	1	1	0	0	0	918	
R51	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	480	
R52	1	1	0	0	0	0	1	0	30	1	0	975	
R53	0	0	0	7	3	0	7	0	30	2	0	4546	

Lampiran 7 Catatan Bimbingan



**Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana**

10.17.00/FRM-03/S1KEP-SPMI

Jl. Soekarno Hatta No 154 Bandung
☎ 022 78 10 760, 022 78 10 763
✉ info@bk.ac.id • www.bhaktikencana.ac.id

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : M. Bobby Renaldhi
 NIM : AK.118.095
 Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikalapa Kelurahan Soklat Kecamatan Subang Kabupaten Subang
 Pembimbing I : Ingrid Dirgahayu S.Kp.,M.KM
 Pembimbing II : Raden Nety Rustikayanti S.Kp.,M.Kep

No	Hari & Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	Juma'at 21 Januari 2022	1. Konsul judul 2. Tambahkan konsep kesiapan menarche 3. Telaah jurnal	
2	Jum'at 4 Februari 2022	1. Ganti judul 2. Cari data fenomena dan studi pendahuluan	
3	14 Maret 2022	1. Gali fenomena lain di puskesmas, yang masih jadi permasalahan 2. Cari permasalahan di puskesmas lain	
4	18 Maret 2022	1. Mengajukan Judul 2. Judul di ACC	
5	14 April 2022	1. Bimbingan BAB 1 (edit-edit lagi) 2. Susun BAB 2	
6	23 Mei 2022	1. Bimbingan BAB 1-2 2. Lanjut bab 3 dan 4	
7	08 Juni 2022	1. Bimbingan bab 3 dan 4 (teknik pengumpulan data cukup 1 paragraf, definisi operasional ganti menggunakan tabel terbuka dan diperjelas, analisa bivariat ganti menggunakan rank spearmen, lampirkan kuesioner)	
8	23 Juni 2022	1. Revisi bab 3 (munculkan rancangan penelitian kuantitatif korelasional, paradigma sesuaikan dengan kerangka konsep) 2. Revisi bab 4 (tahapan pelaksanaan uraikan secara rinci instrumen apa saja yang akan diberikan) Lengkapi draft 3. Lengkapi draft	
9.	28 Juni 2022	Acc sup	



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : M. Bobby Renaldi
NIM : AK.118.095
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause
Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikalapa Kelurahan Soklat Kecamatan
Subang
Pembimbing I : Ingrid Dirgahayu S.Kp.,M.KM
Pembimbing II : Raden Nety Rustikayanti S.Kp.,M.Kep

No	Hari & Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	Jum'at, 7 Januari 2022	1. Menjelaskan teknis bimbingan, buat timeline skripsi	
2	4 Februari 2022	1. Konsul Judul 2. Cari tau siapa saja target sasarannya, hasil evaluasinya bagaimana, berapa banyak mengkonsumsi nya, kenapa tidak mengkonsumsi 3. Minta surat perijinan ke kesbangpol dan dinas kesehatan	
3	31 Maret 2022	1. Cari Data Menopause Menurut WHO dan kemenkes	
4	20 April 2022	1. Bimbingan bab I (spasi rapihkan) 2. Jangan terlalu banyak teori 3. Cari jumlah usia menopause di wilayah kerja puskesmas 4. Lebih spesifikasikan lagi di bagian manfaat penelitian	
5	23 Mei 2022	1. Revisi bab I 2. Bimbingan bab 2 3. Sumber masukan 4. Lanjut bab 3-4	

6	09 juni 2022	1. Revisi bab 1 (uraikan masing-masing domain, munculkan data dasar aktivitas fisik) 2. Revisi bab 2 (pengukuran dan hasil pengukuran cantumkan, kerangka konsep) 3. Bimbingan bab 3 dan 4 (teknik sample ganti menjadi consecutive sampling paradigma sesuaikan, definisi oprasional sesuaikan, poin uji validitas hapus)	prof
	21 Juni 2022	1. Revisi Bab 2 (faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lebih ke menopause, Kerangka konsep rubah) 2. Bab 4 (pahami kuesioner dan cara mengukurnya)	prof
	4 juli 2022	ACC SUP	prof



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : M. Bobby Renaldi
NIM : AK.118.095
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause Di Rw10 Kelurahan Soklat Kecamatan Subang Kabupaten Subang
Pembimbing I : Ingrid Dirgahayu S.Kp.,M.KM
Pembimbing II : Raden Nety Rustikayanti S.Kp.,M.Kep

No	Hari & Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	29 Agus '22	Bab III hipotesis ada hub. Bab IV, pembahasan dipertama- kan sistim dgn dasar teori dan temuan data.	[Signature]
2.	31-8-2022	Pembahasan pendataan analisa.	[Signature]
3.	Kamis 1-9-2022	Lengkapi Draft Abstrak & Abstrach. lihat pulvis	[Signature]
4	Tamat 2-9-2022	Acc Sidang Akhir.	[Signature]



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : M. Bobby Renaldhi
NIM : AK.118.095
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause Di Rw10 Kelurahan Soklat Kecamatan Subang Kabupaten Subang
Pembimbing I : Ingrid Dirgahayu S.Kp.,M.KM
Pembimbing II : Raden Nety Rustikayanti S.Kp.,M.Kep

No	Hari & Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	22 agustus 2022	1. Bimbingan bab 5-6 sesuai tabulasi dgn perdomain dan pertanyaan 2. buat rekap dan input hasil 3. buat total hasil perdomain	
	30. agustus 2022	1. dalam pembahasan tambahkan Faktor lain yg dapat berpengaruh	
	02 - september 2022	1. Perbaiki tahapan pelaksanaan 2. Lengkapi draft	
	06 - september 2022	Acc sedang akhir	

Lampiran 8

Uji Etik Keperawatan

**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
FAKULTAS ILMU DAN TEKNOLOGI KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI CIMAH**
Jl. Terusan Jenderal Sudirman- Cimahi 40533, Telp (022)-6631622 Fax (022) 6631624

PERSETUJUAN ETIK
ETHICAL CLEARANCE
Nomor: 133/ KEPK/FITKES-UNJANI/VII/2022

Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan (Fitkes) Universitas Jenderal Achmad Yani Cimahi, dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subjek penelitian kesehatan dan menjamin bahwa penelitian berjalan dengan memperhatikan implikasi etik, hukum, sosial, dan non klinis lainnya yang berlaku, telah mengkaji dengan teliti Proposal penelitian berjudul:

"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PEREMPUAN MENOPAUSE"

Nama Peneliti Utama : M. Bobby Renaldhi
Peneliti Lain : Inggrid Dirgahayu S.Kp., M.KM
Raden Nety Rustikayanti S.Kp., M.Kep
Program Studi : Keperawatan
Nama Institusi : Universitas Bhakti Kencana Bandung

Penelitian ini telah memenuhi prinsip-prinsip *Good Clinical Practice* dan dapat disetujui pelaksanaannya.

Ditetapkan di : Cimahi
Tanggal : 29 Juli 2022

Ketua,


Teduh Akbar Budiana, SKM., M.Gizi

Keterangan:
Persetujuan etik ini berlaku selama satu tahun sejak tanggal ditetapkan.
Pada akhir penelitian, laporan pelaksanaan penelitian harus diserahkan ke Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fitkes-Unjani Cimahi.
Jika ada perubahan/penyimpangan protokol dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian.
Jika ada kejadian serius yang tidak diinginkan harus segera dilaporkan ke Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fitkes-Unjani Cimahi.

Tembusan :

1. Yth. Dekan Fakultas Keperawatan
2. Arsip

Balasan penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SUBANG KECAMATAN SUBANG **KELURAHAN SOKLAT**

Jalan Mayjen D.I Panjaitan No.7 Telp. (0260) 421 640 Subang-41215

SURAT KETERANGAN

Nomor : 470/254/Pem

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **ADANG SOMANTRI RACHMAT, S.IP**
NIP : 19720329 200701 1 005
Jabatan : LURAH SOKLAT

Atas dasar permintaan dari :

Nama : **M. BOBBY RENALDHI**
TTL : Subang, 18-09-2000
Alamat : Jln RA Kartini Sukajadi RT 041 RW 012 Kel. Soklat
Kec. Subang Kab. Subang

Untuk Melakukan Penelitian di lingkungan RW 10 Kel. Soklat Kec. Subang Kab. Subang.

Berdasarkan hasil pertimbangan dari ketua RW 10 Kelurahan Soklat, Pada dasarnya kami tidak berkeberatan untuk menerima Saudara tersebut diatas.

Demikian mohon maklum dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Subang, 08 Juli 2022
LURAH SOKLAT



Lampiran

Surat Dinas Kesehatan



PEMERINTAH DAERAH KABUPATEN SUBANG
DINAS KESEHATAN

Jl. Letjen Suprpto No. 103 email : dinkesubang@gmail.com
Subang – 41211

Subang, 11 April 2022

Kepada

Nomor : Kp.11.ii/ 878 / Kepeg
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Ijin Studi Pendahuluan & Penelitian

Yth. Direktur Poltekkes TNI AU Ciumbuleuit
Di
Cimahi

Memperhatikan surat dari Kantor Kesatuan Bangsa dan Perlindungan Masyarakat Nomor : PP.05.02/463/SKP/III/WASNAS tanggal 05 April 2022 Perihal Ijin Studi Pendahuluan & Penelitian, bersama ini kami beritahukan bahwa pada prinsipnya kami tidak berkeberatan menerima Mahasiswa atas :

Nama : M. BOBBY RENALDHI
NPM : AK118095

Untuk melaksanakan Studi Pendahuluan & Penelitian pada proses Penyusunan Skripsi dengan judul **"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA WANITA MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIKALAPA"** selama yang bersangkutan dapat mengikuti peraturan yang berlaku di lingkungan kerja kami.

Demikian agar menjadi maklum.

An. Kepala Dinas Kesehatan
Kabupaten Subang
Sekretaris


dr. MEITY DAMAYANTI

Pembina Tk.I – IV/b

Nip. 19690520-200212 2 003

Tembusan :

1. Kepala Bidang SDK
2. Kepala Bidang Kesehatan Masyarakat
3. Kepala UPTD Puskesmas Cikalapa

Lampiran

Surat Kesatuan Bangsa Dan Politik



PEMERINTAH DAERAH KABUPATEN SUBANG BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Email : bakesbangpol@subang.go.id website : bakesbangpol.subang.go.id

Jl. Ade Irma Suryani No. 4 Telp./ Fax. (0260) 411109 SUBANG

Subang, 5 April 2022

Nomor : PP.05.02/ 463 /SKP/III/Wasnas
Sifat : Penting
Lampiran : -
Perihal : **Pemohonan Izin Studi Pendahuluan**

Kepada :
Yth. Kepala UPTD Puskesmas Cikalapa
di
Tempat

Dasar :

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 316), sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2011 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2011 Nomor 168);
- Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian

Menimbang :

Surat dari Dekan Fakultas Keperawatan Nomor : 416/03.FKP/UBK/2/2022 tanggal 24 Februari 2022 perihal Permohonan Izin Studi Pendahuluan, yang kami terima pada tanggal 5 April 2022

Sehubungan hal di atas, kami hadapkan :

Nama : **M. BOBBY RENALDHI**
Penanggungjawab : **INGGRID DIRGAHAYU S.Kep.,Ners.,M.Kep**

Peserta : 1 (satu) Orang
Lokasi : Puskesmas Cikalapa
Alamat : Kel. Soklat Rt.41 Rw.12 Kecamatan Subang Kabupaten Subang
Pekerjaan : Mahasiswa

Yang akan melakukan kegiatan Penelitian dalam rangka penyelesaian Skripsi di daerah/kantor yang Bapak/Ibu pimpin pada tanggal 5 April 2022 s/d 5 Mei 2022, dengan judul/masalah :

"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA WANITA MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIKALAPA"

kami lanjutkan kepada Bapak/Ibu, apabila situasi dan kondisi memungkinkan kami tidak berkeberatan dilaksanakan.

Setelah selesai melaksanakan kegiatan agar mengirimkan laporan kepada Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Subang secara tertulis, paling lambat 1 (satu) minggu setelah kegiatan selesai.



Tembusan disampaikan kepada Yth :

- Bupati Subang (Sebagai Laporan)
- Kepala BP4D Kabupaten Subang
- Kepala Dinas Kesehatan Kab. Subang
- Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Lampiran 9

Dokumentasi





Lampiran 10

Riwayat Hidup



Nama : M. Bobby Renaldhi
NPM : AK118095
Tempat/Tanggal Lahir : Subang, 18 September 2000
Alamat : Jl. RA.Kartini RT 41/12 No.79
Kelurahan Soklat, Kecamatan
Subang Kabupaten Subang.

Pendidikan :

1. SDN R.A Kartini : Tahun 2006-2012
2. SMPN 5 Subang : Tahun 2012-2015
3. SMK Bhakti Kencana Subang : Tahun 2015–2018
4. Universitas Bhakti Kencana
Jurusan S-I Keperawatan : Tahun 2018–2022

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PEREMPUAN MENOPAUSE DI RW 10 KELURAHAN SOKLAT KECAMATAN SUBANG KABUPATEN SUBANG

ORIGINALITY REPORT

22%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

14%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

www.researchgate.net

Internet Source

4%

2

eprints.undip.ac.id

Internet Source

4%

3

ejournal.umm.ac.id

Internet Source

3%

4

ejournal.stikesmajapahit.ac.id

Internet Source

2%

5

elibrary.almaata.ac.id

Internet Source

2%

6

repository.stikes-bhm.ac.id

Internet Source

2%

7

repository.unair.ac.id

Internet Source

2%

8

jurnal.stikesmus.ac.id

Internet Source

2%

9

repository.poltekkes-kdi.ac.id

Internet Source

2%