

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Survey Pendahuluan



UNAIC
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP

FAKULTAS
ILMU KESEHATAN

Jl. Cerme No.24 Cilacap 53223
Telp. (0282) 532975
humas@universitasalirsyad.ac.id
www.universitasalirsyad.ac.id

Nomor : 968 / 234 / 03.3.1.6
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Survey Pendahuluan

Cilacap, 10 April 2025

Kepada Yth.
Kepala Sekolah SMK LPPM R1 02 Kedungreja
di -
Tempat

Assalaamu'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Kelas RPL Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap Tahun Akademik 2024/2025, yaitu :

Nama : Nurkhasanah
NIM : 31221241015
Judul : "Hubungan Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Siswi SMK LPPM R1 02 Kedungreja"

Maka dengan ini kami mohon izin agar mahasiswa tersebut dapat melaksanakan survey pendahuluan dan pengambilan data pra penelitian di SMK LPPM R1 02 Kedungreja.

Demikian permohonan kami sampaikan, atas perhatian serta kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalaamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan

Sohimah, S.ST., Bdn., M.Keb.
NP.10310 03 469

Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian dari Sekolah

 LEMBAGA PENDIDIKAN DAN PENGETAHUAN MASYARAKAT REPUBLIK INDONESIA
AKTA No. 10 TANGGAL 09 JUNI 2005
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) LPPM RI 2 KEDUNGREJA
TERAKREDITASI "B"
TEKNIK JARINGAN KOMPUTER DAN TELEKOMUNIKASI - MANAJEMEN PERKANTORAN DAN LAYANAN BISNIS - AKUNTANSI DAN KEUANGAN LEMBAGA
Alamat : Jl. Raya Tambaksari No. 44 Kedungreja - Cilacap 53263
website: www.smklppmri2kedungreja.sch.id e-mail : smklppmri2kdr@gmail.com

Nomor : 422/1802/MK.2/VI/2025
Lampiran : -
Perihal : Konfirmasi Izin Penelitian

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UNAIC
Di
Tempat

Assalaamu'alaikum Wr.Wb

Menanggapi surat Saudara dengan nomor : 1669 / 234 / 03.3.1.6 tanggal 4 Juni 2025,
mengenai permohonan izin penelitian kepada Saudari :

Nama : NURKHASANAH
NIM : 31221241015
Judul : "Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Siswi Kelas X
SMK LPPM RI 02 Kedungreja Tahun 2025"

Dengan ini kami mengizinkan yang bersangkutan untuk melakukan penelitian di SMK
LPPM RI 2 Kedungreja pada tanggal 17 juni 2025.

Demikian surat balasan ini kami sampaikan. Untuk informasi lebih lanjut dapat
menghubungi Ibu Marlyawati, S. Pd. selaku Waka Kesiswaan.

Wassalaamu'alaikum Wr.Wb

Kedungreja, 16 Juni 2025
Kepala Sekolah,

SARJONO, S. Pd., S. Kom.

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Universitas Al Irsyad Cilacap, maka yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nurkhasanah
NIM : 31221241015
Alamat : Ciglagah Rt 06/Rw 05, Kertajaya, kecamatan
Gandrungmangu, Kabupaten Cilacap
No. HP : 082138162225
Judul Penelitian : Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi
Kelas X SMK LPPM RI 02 Kedungreja Tahun 2025.

Bermaksud akan melakukan kegiatan penelitian sebagai rangkain study saya program S1 Kebidanan di Universitas Al Irsyad Cilacap. Dalam penelitian ini, peneliti tidak bekerja sendiri melainkan dibantu oleh asisten peneliti. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) LPPM RI 02 Kedungreja Tahun 2025.

Peneliti mohon kesediaan Sdri untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan memberikan jawaban sejujur-jujurnya atas pertanyaan yang kami berikan . Tindakan ini semata-mata hanya untuk kepentingan ilmu pengetahuan saja tanpa maksud lain dan akan menjaga kerahasiaan peneliti.

Demikian penjelasan saya sampaikan atas bantuan, dukungan dan kesediaan Sdri, peneliti ucapkan terima kasih.

Peneliti

(Nurkhasanah)

Lampiran 4 Persetujuan Menjadi Responden

INFORMED CONSENT (PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Kelas :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Nurkhasanah

NIM : 31221241015

Untuk mengisi daftar pertanyaan penelitian yang diajukan oleh mahasiswa program studi S1 kebidanan Universitas Al- Irsyad Cilacap tanpa prasangka dan paksaan. Jawaban yang diberikan hanya untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini kami buat.

Cilacap,
2025

Responden

(.....)

Lampiran 5 Kuesioner Demografi

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA
SISWI KELAS X SMK LPPM RI 02 KEDUNGREJA
TAHUN 2025

Tanggal :

Petunjuk Pengisian :

1. Untuk data umum, isilah sesuai dengan kondisi anda.
2. Jawablah dengan sejujur-jujurnya.
3. Jawaban anda dijamin kerahasiaannya.

A. KUESIONER DEMOGRAFI

1. Nama :
2. Tempat/Tanggal Lahir :
3. Kelas :
4. Jurusan :
5. Alamat :
6. Tinggi Badan Sekarang :Cm
7. Berat Badan Sekarang :Kg
8. Usia pertama kali menstruasi :.....Tahun

Lampiran 6 Kuesioner Stres

A. KUESIONER TINGKAT STRES

Petunjuk Pengisian :

Jawablah pertanyaan berikut sesuai dengan kondisi yang Anda rasakan. Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi Anda dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia.

Keterangan pilihan jawaban :

Tidak Pernah : 1 (Tidak sama sekali)

Kadang-kadang : 2 (1-2 kali seminggu)

Sering : 3 (3-5 kali seminggu)

Sangat Sering : 4 (Hampir setiap hari)

No	Pertanyaan	Jawaban			
		TP	KK	SR	SS
1	Anda menjadi marah karena hal-hal sepele				
2	Anda cenderung bereaksi berlebihan pada situasi				
3	Anda kesulitan untuk relaksasi/ bersantai				
4	Anda mudah merasa kesal				
5	Anda merasa banyak menghabiskan energi karena cemas				
6	Anda tidak sabaran				
7	Anda mudah tersinggung				
8	Anda sulit untuk beristirahat				
9	Anda mudah marah				
10	Anda kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu				
11	Anda sulit mentoleransi gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan				
12	Anda berada dalam keadaan tenang				
13	Anda tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang anda lakukan				
14	Anda mudah gelisah				

Sumber : Syahrani (2024)

Lampiran 7 Kuesioner siklus Menstruasi

A. KUESIONER SIKLUS MENSTRUASI

Petunjuk pengisian :

Jawablah pertanyaan berikut sesuai dengan kondisi yang Anda rasakan **dalam 3 bulan terakhir**. Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi Anda dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah setiap bulan anda mengalami menstruasi?		
2.	Apakah siklus menstruasi anda setiap bulan di antara 21-35 hari?		
3.	Apakah siklus menstruasi anda setiap bulan kurang dari 21 hari?		
4.	Apakah siklus menstruasi anda setiap bulan lebih dari 35 hari?		
5.	Apakah anda mengalami tidak menstruasi selama 3 bulan?		

Sumber : Aldiba (2022), modifikasi.

Keterangan Istilah :

- Siklus Menstruasi = Adalah hari pertama menstruasi bulan ini sampai hari pertama menstruasi pada bulan berikutnya.

Lampiran 8 DASS 42

Depression Anxiety Stress Scales (DASS)

The DASS is a 42-item self report instrument designed to measure the three related negative emotional states of depression, anxiety and tension/stress.

How do I get permission to use the DASS?

The DASS questionnaire is public domain, and so permission is not needed to use it. The DASS questionnaires and scoring key may be downloaded from the DASS website and copied without restriction (go to <http://www2.psy.unsw.edu.au/Groups/Dass/down.htm>).

The DASS questionnaires and scoring key may also be distributed, published or made available electronically, with the restrictions that:

- a) the scales are not modified,
- b) the scales are not sold for profit,
- c) the intended audience is researchers or health professionals rather than end users, and
- d) reference is included to the DASS website: www.psy.unsw.edu.au/dass/

DASS

Name:

Date:

Please read each statement and circle a number 0, 1, 2 or 3 which indicates how much the statement applied to you over the past week. There are no right or wrong answers. Do not spend too much time on any statement.

The rating scale is as follows:

- 0 Did not apply to me at all
- 1 Applied to me to some degree, or some of the time
- 2 Applied to me to a considerable degree, or a good part of time
- 3 Applied to me very much, or most of the time

1	I found myself getting upset by quite trivial things	0	1	2	3
2	I was aware of dryness of my mouth	0	1	2	3
3	I couldn't seem to experience any positive feeling at all	0	1	2	3
4	I experienced breathing difficulty (eg, excessively rapid breathing, breathlessness in the absence of physical exertion)	0	1	2	3
5	I just couldn't seem to get going	0	1	2	3
6	I tended to over-react to situations	0	1	2	3
7	I had a feeling of shakiness (eg, legs going to give way)	0	1	2	3
8	I found it difficult to relax	0	1	2	3
9	I found myself in situations that made me so anxious I was most relieved when they ended	0	1	2	3
10	I felt that I had nothing to look forward to	0	1	2	3
11	I found myself getting upset rather easily	0	1	2	3
12	I felt that I was using a lot of nervous energy	0	1	2	3
13	I felt sad and depressed	0	1	2	3
14	I found myself getting impatient when I was delayed in any way (eg, lifts, traffic lights, being kept waiting)	0	1	2	3
15	I had a feeling of faintness	0	1	2	3
16	I felt that I had lost interest in just about everything	0	1	2	3
17	I felt I wasn't worth much as a person	0	1	2	3
18	I felt that I was rather touchy	0	1	2	3
19	I perspired noticeably (eg, hands sweaty) in the absence of high temperatures or physical exertion	0	1	2	3
20	I felt scared without any good reason	0	1	2	3
21	I felt that life wasn't worthwhile	0	1	2	3

Please turn the page

Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd. Ed.). Sydney: Psychology Foundation.

Reminder of rating scale:

- 0 Did not apply to me at all
- 1 Applied to me to some degree, or some of the time
- 2 Applied to me to a considerable degree, or a good part of time
- 3 Applied to me very much, or most of the time

22	I found it hard to wind down	0	1	2	3
23	I had difficulty in swallowing	0	1	2	3
24	I couldn't seem to get any enjoyment out of the things I did	0	1	2	3
25	I was aware of the action of my heart in the absence of physical exertion (eg, sense of heart rate increase, heart missing a beat)	0	1	2	3
26	I felt down-hearted and blue	0	1	2	3
27	I found that I was very irritable	0	1	2	3
28	I felt I was close to panic	0	1	2	3
29	I found it hard to calm down after something upset me	0	1	2	3
30	I feared that I would be "thrown" by some trivial but unfamiliar task	0	1	2	3
31	I was unable to become enthusiastic about anything	0	1	2	3
32	I found it difficult to tolerate interruptions to what I was doing	0	1	2	3
33	I was in a state of nervous tension	0	1	2	3
34	I felt I was pretty worthless	0	1	2	3
35	I was intolerant of anything that kept me from getting on with what I was doing	0	1	2	3
36	I felt terrified	0	1	2	3
37	I could see nothing in the future to be hopeful about	0	1	2	3
38	I felt that life was meaningless	0	1	2	3
39	I found myself getting agitated	0	1	2	3
40	I was worried about situations in which I might panic and make a fool of myself	0	1	2	3
41	I experienced trembling (eg, in the hands)	0	1	2	3
42	I found it difficult to work up the initiative to do things	0	1	2	3

From: Lovibond, SH and Lovibond PF, (1995) Manual for the Depression Anxiety Stress Scales (2nd Ed.). Sydney: Psychology Foundation

DASS 42 SCORE SHEET

Enter each score from the questionnaire into the first two columns.
 Add up each row and enter the score into the available box (D, A or S)
 Add up the each of the D, A and S columns.
 The total for each column is the score for that trait:
 D = Depression
 A = Anxiety
 S = Stress
 Use the ratings table below to assess the meaning of each score.

Score Calculation:

Q	Score	Q	Score	All D scores	All A scores	All S scores
1		22				
2		23				
3		24				
4		25				
5		26				
6		27				
7		28				
8		29				
9		30				
10		31				
11		32				
12		33				
13		34				
14		35				
15		36				
16		37				
17		38				
18		39				
19		40				
20		41				
21		42				
				Total for D	Total for A	Total for S

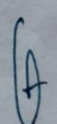
Score Interpretation:

	Depression (D)	Anxiety (A)	Stress (S)
Normal	0 - 9	0 - 7	0 - 14
Mild	10 - 13	8 - 9	15 - 18
Moderate	14 - 20	10 - 14	19 - 25
Severe	21 - 27	15 - 19	26 - 33
Extremely Severe	28+	20+	34 +
Recommendation	5-Hydroxytryptophan Complex	Herbal Support for Hyper HPA	Ginkgo/Bacopa Complex

Lowland, S.H. & Lowland, P.F. (1995). Manual for the Depression Anxiety Stress Scales (2nd. Ed.). Sydney: Psychology Foundation.

Lampiran 9 Lembar Bimbingan Pembimbing I

LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL/SKRIPSI

TANGGAL	KEGIATAN BIMBINGAN	PARAF
20/3/25	Konsul judul	
23/3/25	Acc judul dan lanjut BAB 1	
16/4/25	Konsul BAB 1 dan Daftar pustaka	
21/4/25	Revisi BAB 1 dan Daftar pustaka	
24/4/25	Konsul revisi cover, BAB 1 dan Daftar pustaka, Lanjut BAB 2	
26/4/25	Konsul revisi cover, BAB 1, Daftar pustaka dan BAB 2	
4/5/25	Revisi BAB 1, BAB 2 dan Lanjut BAB 3 ACC BAB 1	
22/5/25	ACC BAB 2 dan 3	

Pembimbing I


Sujiyanti, S.ST., M. KES

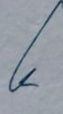
LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL/SKRIPSI

TANGGAL	KEGIATAN BIMBINGAN	PARAF
07/juli '25	Konsul BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	
09/juli '25	Revisi BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	
15/juli '25	Konsul Revisi BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	
18/juli 2025	Ace ujian final	

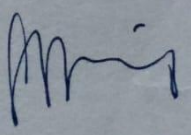
Pembimbing I


 Sujianti, S.SiT., M. Kes

Lampiran 10 Lembar Bimbingan Pembimbing II

LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL/SKRIPSI		
TANGGAL	KEGIATAN BIMBINGAN	PARAF
23 / 3 / 25	Konsul judul ACC judul	
17 / 4 / 25	Konsul BAB 1 dan Daftar pustaka	
23 / 4 / 25	Revisi BAB 1 dan Daftar pustaka, Lanjut BAB 2 dan 3	
6 / 5 / 25	Konsul revisi BAB 1, BAB 2 dan BAB 3 ACC BAB 1	
23 / 5 / 25	Konsul revisi BAB 2 dan 3 ACC BAB 2 dan BAB 3	

Pembimbing II

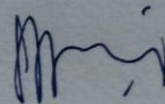


Sohimah, S.ST., M.Keb

LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL/SKRIPSI

TANGGAL	KEGIATAN BIMBINGAN	PARAF
06/juli'25	-Konsul BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	
07/juli'25	-Revisi BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	
09/juli'25	-Konsul Revisi BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	
11/juli'25	-Revisi BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	
15/juli'25	-Konsul BAB 4, BAB 5 dan BAB 6 ACC BAB 4, BAB 5 dan BAB 6	

Pembimbing II



Sohimah, S.ST., M. Keb

TANGGAL	KEGIATAN BIMBINGAN	PARAF

Pembimbing II

Sohimah, S.ST., M. Keb

Lampiran 11 Hasil Rekap Kuesioner Stres

No.	Nama Responden	Kelas	Kuesioner														Total Skor	Kategori	Kode
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
1	N	X TKJ 2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	32	Parah	3
2	A	X TKJ 2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	3	2	1	3	34	Sangat Parah	4
3	M	X AKL 2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	33	Parah	3
4	B	X AKL 2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	29	Parah	3
5	P	X AKL 2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	23	Sedang	2
6	N	X AKL 1	2	1	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	32	Parah	3
7	R	X AKL 1	2	2	2	3	4	3	2	3	4	4	2	3	2	4	40	Sangat parah	4
8	E	X AKL 1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	32	Parah	3
9	K	X AKL 1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	18	Ringan	1
10	A	X AKL 1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	18	Ringan	1
11	S	X OTKP	2	1	1	2	2	2	2	1	3	2	1	2	1	2	24	Sedang	2
12	Z	X TKJ 1	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	1	2	3	1	32	Parah	3
13	M	X TKJ 1	2	1	1	3	2	2	4	1	4	2	1	1	2	2	28	Parah	3
14	A	X OTKP	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	1	2	27	Parah	3
15	N	X TKJ 2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	22	Sedang	2
16	K	X OTKP	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	30	Parah	3
17	N	X TKJ 2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Normal	0
18	N	X TKJ 3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	17	Ringan	1
19	M	X OTKP	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	18	Ringan	1
20	A	X TKJ 3	2	1	1	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	2	21	Sedang	2
21	W	X TKJ 2	2	2	2	3	3	3	1	2	3	3	2	1	2	3	32	Parah	3
22	S	X TKJ 3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	32	Parah	3
23	N	X TKJ 1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	25	Parah	3
24	K	X TKJ 1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Normal	0
25	A	X TKJ 1	2	2	1	2	3	2	1	1	2	4	3	3	3	3	32	Parah	3
26	M	X TKJ 1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	16	Ringan	1
27	N	X AKL 2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	33	Parah	3
28	N	X OTKP	2	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	1	1	26	Parah	3

[illegible]

Lampiran 12 Hasil Rekap Kuesioner Siklus Menstruasi

Nomer Responden	Nama Responden						Jumlah skor	Siklus menstruasi	Nama gangguan	Kategori	Kode
		1	2	3	4	5					
1	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
2	A	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
3	M	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
4	B	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
5	P	0	0	1	1	0	2	Tdk menstruasi (3 bulan)	Amenore	Tidak teratur	2
6	N	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
7	R	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
8	E	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
9	K	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
10	A	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
11	S	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
12	Z	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
13	M	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
14	A	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
15	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
16	K	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
17	N	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
18	N	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
19	M	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
20	A	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
21	W	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
22	S	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
23	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
24	K	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
25	A	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
26	M	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1

27	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
28	N	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
29	D	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
30	I	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
31	O	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
32	D	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
33	F	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
34	M	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
35	A	1	1	1	1	1	5	21 – 35 hari	Normal	Teratur	1
36	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
37	M	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
38	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
39	E	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
40	I	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
41	A	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
42	S	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
43	I	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
44	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
45	J	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
46	N	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
47	Y	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
48	Z	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
49	P	1	0	0	1	1	3	<21 hari	Polimenore	Tidak teratur	2
50	R	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
51	W	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2
52	S	1	0	1	0	1	3	>35 hari	Oligomenore	Tidak teratur	2

Lampiran 13 Hasil Rekap umur, Usia Menarch, Berat Badan, Tinggi Badan, IMT dan Kategori

No.	Nama Responden	Kelas	Umur (TH)	Usia Menarch (TH)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	IMT	Kategori
1.	N	X TKJ 2	17	13	54	156	22,18	Normal
2.	A	X TKJ 2	16	13	41	154	17,29	Kurus
3.	M	X AKL 2	16	14	36	151	15,78	Kurus
4.	B	X AKL 2	16	12	42	155	17,5	Kurus
5.	P	X AKL 2	18	13	40	150	17,8	Kurus
6.	N	X AKL 1	16	11	40	148	18,3	Kurus
7.	R	X AKL 1	16	12	40	154	16,9	Kurus
8.	E	X AKL 1	16	12	34	148	15,5	Kurus
9.	K	X AKL 1	15	13	37	155	15,4	Kurus
10.	A	X AKL 1	15	11	49	156	20	Normal
11.	S	X OTKP	15	11	48	145	22,8	Normal
12.	Z	X TKJ 1	17	13	37	156	15,2	Kurus
13.	M	X TKJ 1	16	14	42	156	17,3	Kurus
14.	A	X OTKP	16	13	40	158	16	Kurus
15.	N	X TKJ 2	15	12	56	155	23,3	Gemuk
16.	K	X OTKP	15	14	41	151	17,98	Kurus
17.	N	X TKJ 2	16	14	44	157	17,8	Kurus
18.	N	X TKJ 3	15	13	53	165	19,5	Normal
19.	M	X OTKP	16	12	51	154	21,5	Normal
20.	A	X TKJ 3	16	12	42	156	17,3	Kurus
21.	W	X TKJ 2	16	13	48	160	18,75	Normal
22.	S	X TKJ 3	16	14	50	148	22,8	Normal
23.	N	X TKJ 1	15	12	36	143	17,6	Kurus
24.	K	X TKJ 1	15	11	54	158	21,6	Normal
25.	A	X TKJ 1	15	11	48	160	18,75	Normal
26.	M	X TKJ 1	16	13	38	150	16,89	Kurus

27.	N	X AKL 2	16	11	48	158	19,2	Normal
28.	N	X OTKP	16	13	41	156	16,8	Kurus
29.	D	X AKL 1	15	12	54	155	22,47	Normal
30.	I	X AKL 1	15	12	49	158	19,63	Normal
31.	O	X OTKP	15	13	39	155	16,23	Kurus
32.	D	X TKJ 3	15	11	51	155	21,23	Normal
33.	F	X TKJ 3	16	12	40	155	16,6	Kurus
34.	M	X OTKP	16	12	45	155	18,7	Normal
35.	A	X OTKP	16	13	56	155	23,3	Normal
36.	N	X AKL 2	16	11	48	153	20,5	Normal
37.	M	X AKL 2	16	12	43	155	21,23	Normal
38.	N	X AKL 2	16	12	51	156	20,96	Normal
39.	E	X AKL 1	16	12	36	147	16,7	Kurus
40.	I	X AKL 1	17	13	50	159	19,78	Normal
41.	A	X AKL 1	16	11	50	148	22,8	Normal
42.	S	X OTKP	16	14	52	166	18,87	Normal
43.	I	X OTKP	16	12	39	160	16	Kurus
44.	N	X OTKP	16	12	39	157	16	Kurus
45.	J	X OTKP	16	12	55	160	21,5	Normal
46.	N	X OTKP	16	12	43	161	16,8	Kurus
47.	Y	X OTKP	16	13	44	152	19	Normal
48.	Z	X OTKP	16	12	49	163	18,45	Kurus
49.	P	X AKL2	16	13	50	155	22,2	Normal
50.	R	X AKL2	16	12	48	152	20,8	Normal
51.	W	X AKL2	16	12	48	150	21,3	Normal
52.	S	X TKJ 2	16	13	50	155	20,8	Normal

Lampiran 14 Hasil Olah Data

UMUR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15 Tahun	13	25.0	25.0	25.0
	16 Tahun	35	67.3	67.3	92.3
	17 Tahun	3	5.8	5.8	98.1
	18 Tahun	1	1.9	1.9	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

MENARCHE

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11 Tahun	9	17.3	17.3	17.3
	12 Tahun	21	40.4	40.4	57.7
	13 Tahun	16	30.8	30.8	88.5
	14 Tahun	6	11.5	11.5	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

INDEK MASSA TUBUH

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurus	23	44.2	44.2	44.2
	Normal	29	55.8	55.8	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

TINGKAT STRESS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	NORMAL	2	3.8	3.8	3.8
	RINGAN	8	15.4	15.4	19.2
	SEDANG	16	30.8	30.8	50.0
	BERAT	23	44.2	44.2	94.2
	SANGAT BERAT	3	5.8	5.8	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

SIKLUS MENSTRUASI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TERATUR	11	21.2	21.2	21.2
	TIDAK TERATUR	41	78.8	78.8	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

Correlations

			TINGKAT STRESS	SIKLUS MENSTRUASI
Spearman's rho	TINGKAT STRESS	Correlation Coefficient	1.000	.729**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	52	52
	SIKLUS MENSTRUASI	Correlation Coefficient	.729**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	52	52

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

tingkat stress * siklus menstuasi Crosstabulation

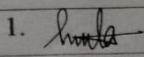
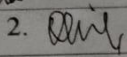
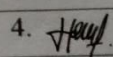
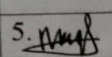
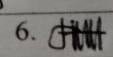
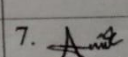
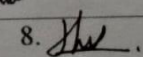
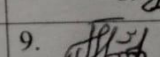
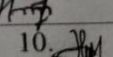
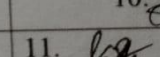
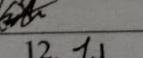
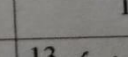
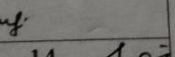
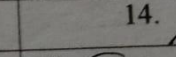
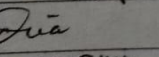
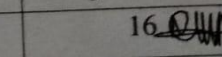
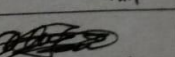
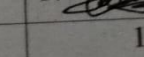
			siklus menstuasi		
			teratur	tidak teratur	Total
tingkat stress	normal	Count	2	0	2
		% within tingkat stress	100,0%	0,0%	100,0%
		% within siklus menstuasi	18,2%	0,0%	3,8%
		% of Total	3,8%	0,0%	3,8%
	ringan	Count	8	0	8
		% within tingkat stress	100,0%	0,0%	100,0%
		% within siklus menstuasi	72,7%	0,0%	15,4%
		% of Total	15,4%	0,0%	15,4%
	sedang	Count	1	15	16
		% within tingkat stress	6,3%	93,8%	100,0%
		% within siklus menstuasi	9,1%	36,6%	30,8%
		% of Total	1,9%	28,8%	30,8%
	parah	Count	0	23	23
		% within tingkat stress	0,0%	100,0%	100,0%
		% within siklus menstuasi	0,0%	56,1%	44,2%
		% of Total	0,0%	44,2%	44,2%
	sangat parah	Count	0	3	3
		% within tingkat stress	0,0%	100,0%	100,0%
		% within siklus menstuasi	0,0%	7,3%	5,8%
		% of Total	0,0%	5,8%	5,8%
Total	Count	11	41	52	
	% within tingkat stress	21,2%	78,8%	100,0%	
	% within siklus menstuasi	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	21,2%	78,8%	100,0%	

Lampiran 15 Daftar Hadir Siswi

DAFTAR HADIR

SISWI KELAS X SMK LPPM RI 02 KEDUNGREJA TAHUN 2025

YANG MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

No	Nama	Kelas	Tanda Tangan
1.	Mafita Pepriani	X MPLB	1. 
2.	Oriza Khumalron N	X MPLB	2. 
3.	Aghni Nuri Maulida	X MPLB	3. 
4.	Najwa Isulistia Zahra	X MPLB	4. 
5.	Marselina	X MPLB	5. 
6.	Najwa Tii Hafsa	X TJKT2	6. 
7.	Maia Azizah	X TJKT 2	7. 
8.	Zurika Tri A.	X MPLB	8. 
9.	Nita Rohani	X MPLB	9. 
10.	Nur Aeni a.	X MPLB	10. 
11.	Kasih Nauri Ulizzari	X MPLB	11. 
12.	Ika widiyanti	X MPLB	12. 
13.	Atika fitri Rehanjaeni	X MPLB	13. 
14.	Naesi Nafisiah	X AKL 2	14. 
15.	MayDina Lulfa Hanafi	X AKL 2	15. 
16.	Novita Maharani	X AKL 2	16. 
17.	Astri wulandari putri	X AKL 1	17. 
18.	Eka putri Rofingah	X AKL 1	18. 
19.	Inestarahmawati	X AKL 1	19. 

20.	Sela Marisa Pihadini	X MPLB	20.
21.	Yuliana Listyawati	X MPLB	21.
22.	Juwita Indriyani	X MPLB	22.
23.	Nusrayah Adawiyah	X TJKT 2	23.
24.	Ami Faozi	X TJKT 2	24.
25.	Auliya Prasasti	X AKL 1	25.
26.	Keri Rahayu	X AKL 1	26.
27.	Saeji Rahayuningih	X MPLB	27.
28.	Zahra Maharani R.	X TJKT 1	28.
29.	Masna kumala stuti	X TJKT 1	29.
30.	Kirana Dita Lestari	X TJKT 1	30.
31.	Nairah ariana A.	X TJKT 1	31.
32.	Aura aprilia sultan p.	X TJKT 1	32.
33.	Meta Pebya N	X TJKT 1	33.
34.	Dinda Fatmawati	X AKL 1	34.
35.	Ilda atus saida	X AKL 1	35.
36.	Ratna elca saputri	X AKL 1	36.
37.	Nabila Anisa Putri	X AKL 1	37.
38.	ERNIA RYANINESIH	X AKL 1	38.
39.	Salwa sel viana ufa	X TSKT 3	39.
40.	Widya Putri	X TSKT 3	40.
41.	ANGGITA DWI LESTARI	X TSKT 3	41.
42.	Nur Hafimah	X TSKT 3	42.
43.	Farida Amelia Al Fatih	X TSKT 3	43.
44.	Maeda zahrotusifa A.	X AKL 2	44.
45.	Dial warfano dnt	X TSKT 3	45.

46.	Molihatur rotimah	x AKL 2	46. <i>Abd.</i>
47.	Bina Lestari	x AKL 2	47. <i>Abd.</i>
48.	Puspa dewi Julianti	x AKL 2	48. <i>Abd.</i>
49.	RENADA	"	49. <i>Ren</i>
50.	putri Andini	"	50. <i>MP</i>
51.	Wulan Nur Jaendh	"	51. <i>Will</i>
52.	Guci K. S	x AKL 2	52. <i>Guci</i>

Cilacap, 17 Juni 2025

Mengetahui,

Kepala sekolah

SMK LPPM RI 02 kedungreja



(Sartono, S.PD, S.KOM.)

Peneliti

fame

(Nurkhasanah)

Lampiran 16 Dokumentasi Kegiatan Penelitian













