

LAMPIRAN

Lampira Kuesioner



KUESIONER PENELITIAN

GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA SISWA REMAJA SMP DI SMP NEGERI 1 BANDUNGAN KABUPATEN

SEMARANG

Oleh: Raras Sidoasih

Nomor Responden :

Tanggal Wawancara :

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

Kelas :

Tekanan :

Darah

Jawablah daftar pertanyaan berikut dengan jujur dan benar. Berilah tanda centeng pada kolom. Jawaban yang sesuai dengan Anda.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah Anda melakukan cek kesehatan (minimal 1 bulan sekali) meliputi Cek tekanan darah?		
2	Apakah Anda merokok?		
3	Apakah Anda menggunakan masker atau penutup hidung dan mulut saat bertemu dengan orang yang merokok?		
4	Apakah anda berpindah tempat saat ada orang yang merokok?		
5	Apakah anda menghindari asap rokok?		
6	Apakah anda berolahraga minimal 30menit setiap hari?		
7	Apakah anda melakukan pekerjaan rumah seperti menyapu, mengepel rumah, mencuci pakaian?		
8	Apakah anda berjalan kaki atau bersepeda untuk menuju sekolah?		
9	Apakah anda bermain permainan yang membutuhkan kekuatan fisik setiap harinya?		
10	Apakah Anda makan sayur setiap hari?		
11	Apakah Anda makan dan buah buahan setiap hari?		
12	Apakah anda mengkonsumsi air putih minimal 2 liter per hari?		
13	Apakah anda tidur selama 7-8 jam per hari?		
14	Apakah anda tidur tepat waktu sesuai dengan jadwal tidur anda?		

15	Apakah anda mematikan semua elektronik dan lampu saat tidur?		
16	Apakah anda memberikan keluhan yang anda rasakan kepada orang lain?		
17	Apakah anda rutin melakukan kegiatan yang menjadi hobi anda?		
18	Apakah anda beribadah tepat waktu dan mendekatkan diri kepada tuhan?		
19	Apakah anda selalu berpikiran positif?		

Lampiran Hasil Olah Data

Umur responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	16	10,2	10,2	10,2
	13	60	38,2	38,2	48,4
	14	49	31,2	31,2	79,6
	15	32	20,4	20,4	100,0
	Total	157	100,0	100,0	

Jenis kelamin responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	82	52,2	52,2	52,2
	Perempuan	75	47,8	47,8	100,0
	Total	157	100,0	100,0	

tekanan darah responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hipertensi	53	33,8	33,8	33,8
	Normal	104	66,2	66,2	100,0
	Total	157	100,0	100,0	

Apakah Anda melakukan cek kesehatan (minimal 1 bulan sekali) meliputi Cek tekanan

darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak rutin	59	37,6	37,6	37,6
	Rutin	98	62,4	62,4	100,0
	Total	157	100,0	100,0	

Perilaku Menghindari Asap Rokok

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak baik	43	27,4	27,4	27,4
Baik	114	72,6	72,6	100,0
Total	157	100,0	100,0	

Aktifitas Fisik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak cukup	83	52,9	52,9	52,9
Cukup	74	47,1	47,1	100,0
Total	157	100,0	100,0	

Pola Konsumsi Makanan Bergizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak baik	44	28,0	28,0	28,0
Baik	113	72,0	72,0	100,0
Total	157	100,0	100,0	

Pola tidur Istirahat yang cukup

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak cukup	69	43,9	43,9	43,9
	Cukup	88	56,1	56,1	100,0
	Total	157	100,0	100,0	

Perilaku Pengelolaan Stress

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak baik	1	,6	,6	,6
	Baik	156	99,4	99,4	100,0
	Total	157	100,0	100,0	

Dokumentasi Penelitian



Lembaran Konsultasi



PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
 Jl. Gedongsongo, Mijen, Ungaran, Kab. Semarang, Prov. Jawa Tengah
 Telp.(024) 6925407 Fax. (024) 6925407

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Raras Sidonih
 NIM : 020118A047
 Pembimbing : Iru Puji Lestari, S. KM., M. Kes

No	Hari/Tanggal	Materi Pembimbing	Masukan/Catatan	Tanda tangan Pembimbing
1	14/9	topik	Cari fenomena yang terjadi di Indonesia	[Signature]
2	21/9	studi pendahuluan	ACC awal Gambaran RHB PD ORIS SMP / Rongga Gigi dan Parotid	[Signature]
3	25/9	topik awal	- Fenomena 4/11/20 di remaja SMP PH / HT / monon?	[Signature]
4	5/10	ACC awal	Seluruh bab 1, 2, 3	[Signature]
5	22/10	BAB I	- Perballi latar belakang - spesifikasi per var - mau diteliti	[Signature]
6	28/10	BAB I, II, III	- Ket - P.O - keas - Tim. Kistali -	[Signature]
7	18/11	BII, III	- Titik awal RHB di - D.O Superbus → Hasil - kuesioner kuesi hbl	[Signature]
8	2/12		Kuesioner & perbaiki	[Signature]

Surat Ijin Penelitian

	UNIVERSITAS NGUDI WALUYO FAKULTAS KESEHATAN Jalan Diponegoro 186 Ungaran, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah 50513 Telepon : (024) 6925408 Faksimile : (024) 6925408 Laman : www.unw.ac.id Surel : ngudiwaluyo@unw.ac.id	
Nomor	0342/SM/F Kes/UNW/III/2022	Ungaran, 07 Maret 2022
Lampiran	-	
Hal	Permohonan Penelitian Dan Mencari Data	
Kepada, Yth. Kepala SMP Negeri 1 Bandungan		
Di T e m p a t		
Dengan hormat,		
Sehubungan dengan Penyelesaian Tugas Akhir mahasiswa program studi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas nama:		
Nama	: Raras Sidoasih	
Nomor Induk Mahasiswa	: 020118A047	
Kami mohon untuk diberikan izin melaksanakan Penelitian Dan Mencari Data dalam rangka penyelesaian Skripsi dengan judul "Gambaran Perilaku Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Siswa Remaja SMP Di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang" .		
Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.		
		 Dekan Eko Satrio, S.Kep.Ns., M.Kep. NIK 1.1.270975.12.98.011
Tembusan: Pertinggal		

Surat Balasan Kepala Sekolah

SURAT KETERANGAN

Nomor : 423.4 / 450 / 2022

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP N 1 Bandungan Kabupaten Semarang menerangkan bahwa :

Nama : Raras Sidousth
NIM : 020118A047
Pekerjaan : Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo
Fakultas : Kesehatan
Jurusan : Kesehatan Masyarakat

Memberikan izin melaksanakan Penelitian dan mencari data dalam rangka penyelesaian skripsi di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang dengan judul " GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA SISWA REMAJA SMP "

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandungan, 9 Maret 2022
Kepala SMP Negeri 1 Bandungan

DISDIPUSDA
SUSATYO, S.Pd, M.Pd
NIP. 196711141994121002