

Lampiran

Lampiran Etik Penelitian

Etik



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

KETERANGAN KELAIKAN ETIK
(Ethical Clearance)
No. Protokol: -

016/KET/II.3/AUJF/2022

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA TELAH MEMPELAJARI SECARA SEKSAMA RANCANGAN PENELITIAN YANG DIUSULKAN, MAKA DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA PENELITIAN DENGAN JUDUL:

"Hubungan Intensitas Aktivitas Fisik dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter FK UM Surabaya"

PENELITI UTAMA : Arif Rachman Aryantara
 PENELITI LAIN : -
 TEMPAT PENELITIAN : Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya

DINYATAKAN LAIK ETIK.

Berlaku sejak : 21/06/2022 sampai dengan 21/06/2023

Surabaya, 21 Juni 2022
 KETUA

 dr. H. M. Subhhan, Sp.P, MM, FAPSR
 NIK. 012.09.1.1974.16.203

Lampiran Surat Izin Penelitian



**Fakultas
Kedokteran**

Surabaya, 7 Juli 2022

Nomor : 477/II.3.AU/FK/A/2022
Lamp. : -
Hal : **Perizinan Permohonan Pengambilan Data dan Penelitian**

Yth.
Arif Rachman Aryantara
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT atas segala karunia-Nya kepada kita, sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah SAW.

Sehubungan dengan surat permohonan izin penelitian, maka dengan ini kami bermaksud untuk memberikan izin kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk dilakukannya penelitian dan pengambilan data di Fakultas Kedokteran UMSurabaya:

Nama : Arif Rachman Aryantara
NIM : 20191880056
Judul Penelitian : HUBUNGAN INTENSITAS AKTIVITAS FISIK DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER FK UMSURABAYA.
Subjek Penelitian : Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran UMSurabaya
Pembimbing I : dr. Yelvi Levani, M.Sc
Pembimbing II : dr. Kartika Prahazanti, M.Si

Demikian informasi dari kami, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

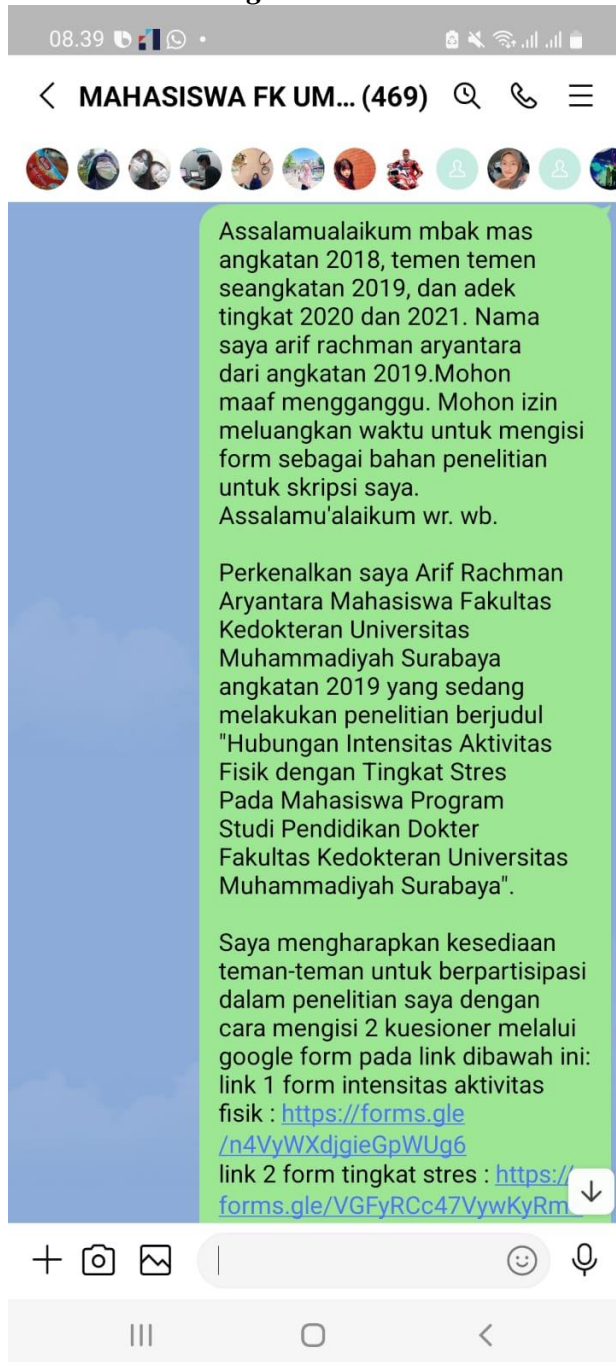
Dekan,
Fakultas Kedokteran UMSurabaya



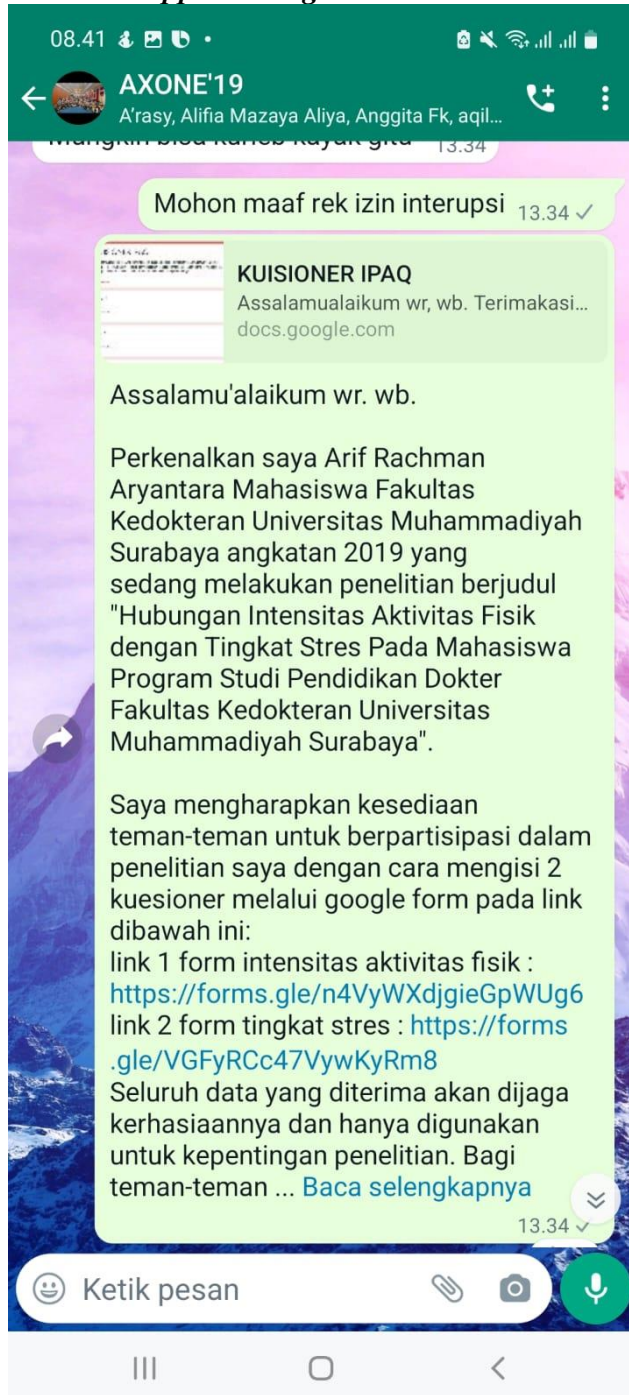
dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp. P (K), FCCP, FIRS

Tembusan :
1. Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran Dokumentasi Penelitian
DOKUMENTASI PENELITIAN
Via *LINE Messenger*



Via Whatsapp Messenger



Lampiran Instrumen Penelitian

INSTRUMEN PENELITIAN

Kuisisioner IPAQ

Kuisisioner International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)

1. Dalam waktu 7 hari terakhir, berapa hari anda telah melakukan aktivitas fisik berat. Contohnya mengangkat barang berat, mencangkul, senam, atau bersepeda cepat?

_____ hari seminggu

Tidak ada aktivitas fisik berat → lanjut ke nomor 3

2. Berapa lama waktu yang anda gunakan untuk melakukan aktivitas fisik berat pada salah satu hari tersebut?

_____ jam _____ menit sehari

Tidak tahu/ Tidak pasti

3. Dalam waktu 7 hari terakhir, berapa hari anda telah melakukan aktivitas fisik sedang, contohnya mengangkat barang ringan, menyapu, bersepeda santai? Ini tidak termasuk jalan kaki.

Tidak ada aktivitas fisik sederhana → lanjut ke nomor 5

4. Berapa lama waktu yang anda gunakan untuk melakukan aktivitas fisik sedang pada salah satu hari tersebut?

_____jam_____menit sehari

Tidak tahu/ Tidak pasti

5. Dalam waktu 7 hari terakhir, berapa hari anda telah berjalan kaki selama minimal 10 menit.

_____hari seminggu

Tidak berjalan kaki → lanjut ke nomor 7

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

_____jam_____menit sehari

Tidak tahu/ Tidak pasti

7. Dalam waktu 7 hari terakhir, berapa lama waktu yang anda gunakan untuk duduk pada saat hari kerja?

_____jam_____menit sehari

Tidak tahu/ Tidak pasti

Kuisiner DASS- 21

NO	PERTANYAAN	0	1	2	3			
						D	A	S
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.							
2	Saya merasa mulut saya sering kering.							
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.							

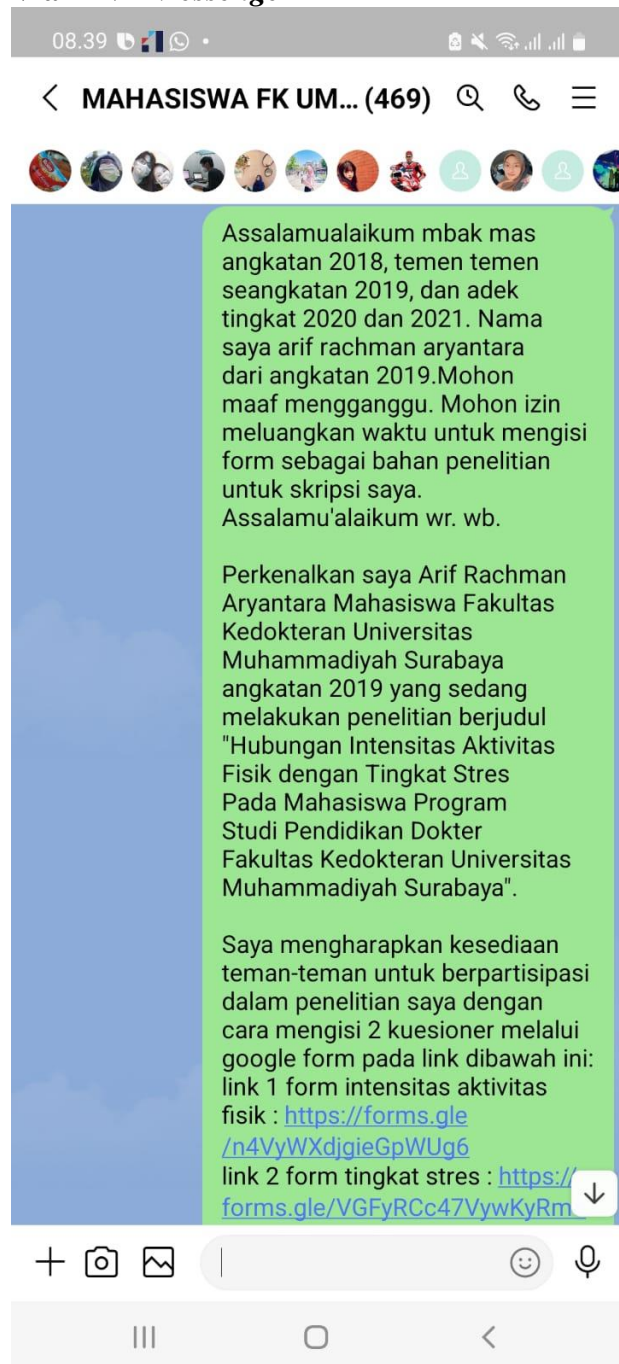
NO	PERTANYAAN	0	1	2	3			
						D	A	S
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: sering kali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).							
5	Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan.							

6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.							
7	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).							
8	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi disaat merasa cemas.							
9	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.							
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.							
11	Saya sedang merasa gelisah.							
12	Saya merasa sulit untuk bersantai							
13	Saya merasa sedih dan tertekan.							
14	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.							
15	Saya merasa saya hampir panik.							
16	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.							
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.							
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.							
NO	PERTANYAAN	0	1	2	3	D	A	S
19	Saya menyadari perubahan detak jantung, walaupun tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).							
20	Saya merasa takut tanpa alasan							

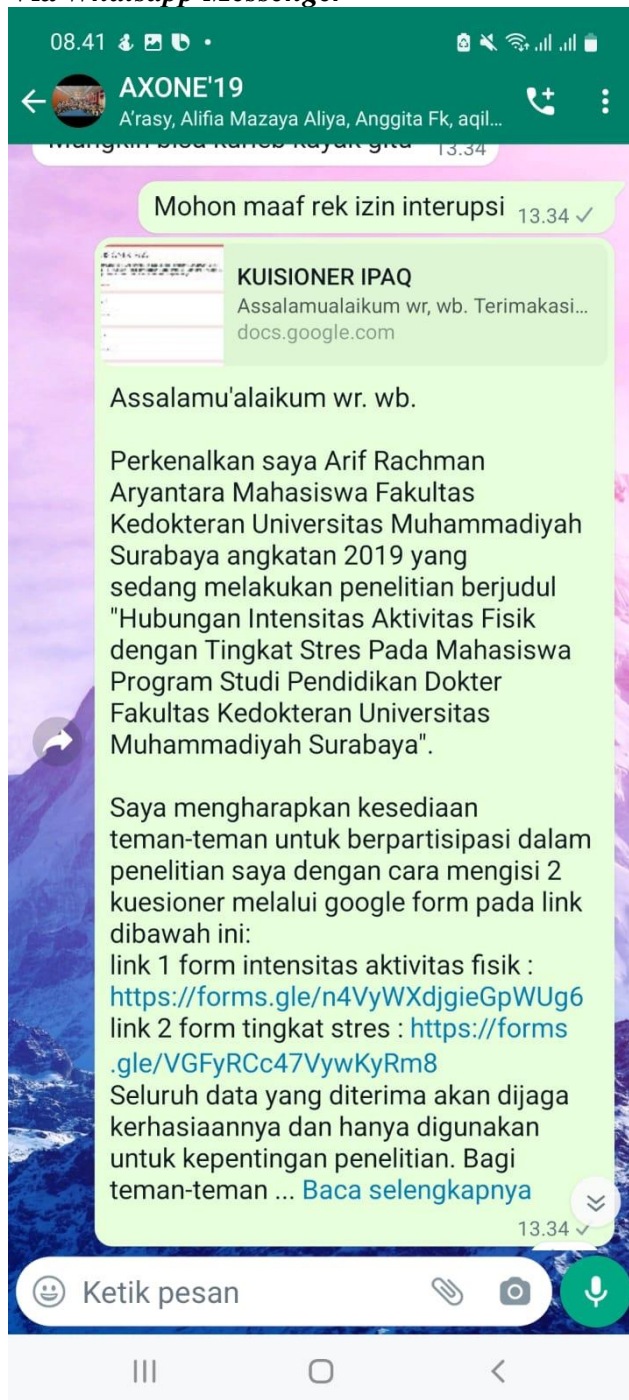
	yang jelas.							
21	Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.							
		TOTAL						
		L						



Lampiran Dokumentasi Penelitian

Via *LINE Messenger*

Via Whatsapp Messenger



Lampiran Uji Statistik

UJI STATISTIK

Frequency Table

usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 18	3	3.1	3.1	3.1
19	17	17.7	17.7	20.8
20	27	28.1	28.1	49.0
21	23	24.0	24.0	72.9
22	21	21.9	21.9	94.8
23	3	3.1	3.1	97.9
24	1	1.0	1.0	99.0
25	1	1.0	1.0	100.0
Total	96	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
usia	96	18	25	20.62	1.324
Valid N (listwise)	96				

jk

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid laki-laki	32	33.3	33.3	33.3
Perempuan	64	66.7	66.7	100.0
Total	96	100.0	100.0	

MET Aktifitas Berat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak melakukan	52	54.2	54.2	54.2
ringan	16	16.7	16.7	70.8
sedang	25	26.0	26.0	96.9
berat	3	3.1	3.1	100.0
Total	96	100.0	100.0	

MET aktifitas sedang

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak melakukan	12	12.5	12.5	12.5
ringan	36	37.5	37.5	50.0
sedang	37	38.5	38.5	88.5
berat	11	11.5	11.5	100.0
Total	96	100.0	100.0	

MET aktifitas ringan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak melakukan	24	25.0	25.0	25.0
ringan	51	53.1	53.1	78.1
sedang	17	17.7	17.7	95.8
berat	4	4.2	4.2	100.0
Total	96	100.0	100.0	

IPAQ

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ringan	54	56.2	56.2	56.2
sedang	38	39.6	39.6	95.8
berat	4	4.2	4.2	100.0
Total	96	100.0	100.0	

DASS

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid normal	33	34.4	34.4	34.4
stres ringan	23	24.0	24.0	58.3
stres sedang	17	17.7	17.7	76.0
stres berat	10	10.4	10.4	86.5
stres sangat berat	13	13.5	13.5	100.0
Total	96	100.0	100.0	

Crosstabs

IPAQ * jk Crosstabulation

			jk		Total
			Perempuan	laki-laki	
IPAQ	ringan	Count	34	20	54
		% of Total	35.4%	20.8%	56.2%
	sedang	Count	27	11	38
		% of Total	28.1%	11.5%	39.6%
	berat	Count	3	1	4
		% of Total	3.1%	1.0%	4.2%
Total	Count	64	32	96	
	% of Total	66.7%	33.3%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	.787 ^a	2	.675
Likelihood Ratio	.796	2	.672
N of Valid Cases	96		

a. 2 cells (33,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,33.

Nonparametric Correlations

Correlations

			IPAQ	usia
Spearman's rho	IPAQ	Correlation Coefficient	1.000	-.005
		Sig. (2-tailed)	.	.959
		N	96	96
	usia	Correlation Coefficient	-.005	1.000
		Sig. (2-tailed)	.959	.
		N	96	96

Crosstabs

DASS * jk Crosstabulation

			jk		Total
			perempuan	laki-laki	
DASS	normal	Count	21	12	33
		% of Total	21.9%	12.5%	34.4%
	stres ringan	Count	15	8	23
		% of Total	15.6%	8.3%	24.0%
	stres sedang	Count	11	6	17
		% of Total	11.5%	6.2%	17.7%
	stres berat	Count	7	3	10
		% of Total	7.3%	3.1%	10.4%
	stres sangat berat	Count	10	3	13
		% of Total	10.4%	3.1%	13.5%
Total		Count	64	32	96
		% of Total	66.7%	33.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	.853 ^a	4	.931
Likelihood Ratio	.892	4	.926
Linear-by-Linear Association	.675	1	.411
N of Valid Cases	96		

a. 2 cells (20,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,33.

Nonparametric Correlations

Correlations

			usia	DASS
Spearman's rho	usia	Correlation Coefficient	1.000	-.088
		Sig. (2-tailed)	.	.392
		N	96	96
	DASS	Correlation Coefficient	-.088	1.000
		Sig. (2-tailed)	.392	.
		N	96	96

Crosstabs

DASS * IPAQ Crosstabulation

			IPAQ			Total
			ringan	sedang	berat	
DASS	normal	Count	6	23	4	33
		% of Total	6.2%	24.0%	4.2%	34.4%
	stres ringan	Count	16	7	0	23
		% of Total	16.7%	7.3%	.0%	24.0%
	stres sedang	Count	14	3	0	17
		% of Total	14.6%	3.1%	.0%	17.7%
	stres berat	Count	8	2	0	10
		% of Total	8.3%	2.1%	.0%	10.4%
	stres sangat berat	Count	10	3	0	13
		% of Total	10.4%	3.1%	.0%	13.5%
Total		Count	54	38	4	96
		% of Total	56.2%	39.6%	4.2%	100.0%

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		DASS	IPAQ
N		96	96
Normal Parameters ^a	Mean	2.45	1.48
	Std. Deviation	1.406	.580
Most Extreme Differences	Absolute	.208	.358
	Positive	.208	.358
	Negative	-.152	-.253
Kolmogorov-Smirnov Z		2.041	3.509
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000	.000

a. Test distribution is Normal.

Nonparametric Correlations

Correlations

			DASS	IPAQ
Spearman's rho	DASS	Correlation Coefficient	1.000	-.517**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	96	96
	IPAQ	Correlation Coefficient	-.517**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	96	96

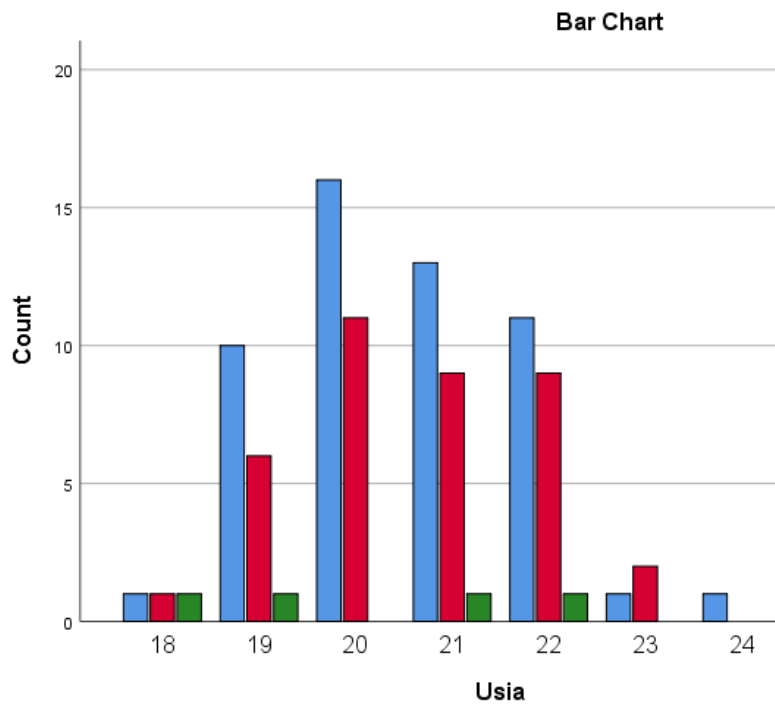
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Crosstabs

Usia * Aktivitas Fisik Crosstabulation

		Aktivitas Fisik			Total
		Aktivitas Ringan	Aktivitas Sedang	Aktivitas Berat	
Usia 18	Count	1	1	1	3
	% within Usia	33.3%	33.3%	33.3%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	1.9%	2.6%	25.0%	3.1%
	% of Total	1.0%	1.0%	1.0%	3.1%
19	Count	10	6	1	17
	% within Usia	58.8%	35.3%	5.9%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	18.5%	15.8%	25.0%	17.7%
	% of Total	10.4%	6.3%	1.0%	17.7%
20	Count	16	11	0	27
	% within Usia	59.3%	40.7%	0.0%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	29.6%	28.9%	0.0%	28.1%
	% of Total	16.7%	11.5%	0.0%	28.1%
21	Count	13	9	1	23
	% within Usia	56.5%	39.1%	4.3%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	24.1%	23.7%	25.0%	24.0%
	% of Total	13.5%	9.4%	1.0%	24.0%
22	Count	11	9	1	21
	% within Usia	52.4%	42.9%	4.8%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	20.4%	23.7%	25.0%	21.9%
	% of Total	11.5%	9.4%	1.0%	21.9%
23	Count	1	2	0	3
	% within Usia	33.3%	66.7%	0.0%	100.0%

					%
	% within Aktivitas Fisik	1.9%	5.3%	0.0%	3.1%
	% of Total	1.0%	2.1%	0.0%	3.1%
24	Count	1	0	0	1
	% within Usia	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	1.9%	0.0%	0.0%	1.0%
	% of Total	1.0%	0.0%	0.0%	1.0%
25	Count	1	0	0	1
	% within Usia	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	1.9%	0.0%	0.0%	1.0%
	% of Total	1.0%	0.0%	0.0%	1.0%
Total	Count	54	38	4	96
	% within Usia	56.3%	39.6%	4.2%	100.0%
	% within Aktivitas Fisik	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	56.3%	39.6%	4.2%	100.0%



```

NONPAR CORR
/VARIABLES=Umur DAAS
/PRINT=SPEARMAN TWOTAIL NOSIG
/MISSING=PAIRWISE.

```

Crosstabs

Usia * Tingkat Stress Crosstabulation

		Tingkat Stress					Total
		Nor mal	Stress Ringan	Stress Sedang	Stress Berat	Stress Sangat Berat	
Usia	Count	1	0	0	0	2	3
	% within Usia	33.3 %	0.0%	0.0%	0.0%	66.7%	100.0%
	% within Tingkat Stress	3.0 %	0.0%	0.0%	0.0%	15.4%	3.1%
	% of Total	1.0 %	0.0%	0.0%	0.0%	2.1%	3.1%

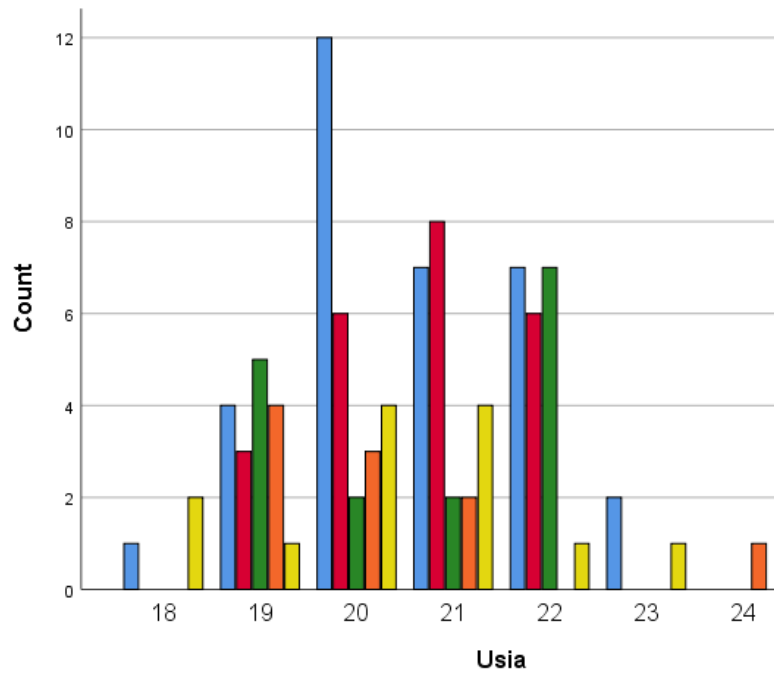
19	Count	4	3	5	4	1	17
	% within Usia	23.5%	17.6%	29.4%	23.5%	5.9%	100.0%
	% within Tingkat Stress	12.1%	13.0%	29.4%	40.0%	7.7%	17.7%
	% of Total	4.2%	3.1%	5.2%	4.2%	1.0%	17.7%
20	Count	12	6	2	3	4	27
	% within Usia	44.4%	22.2%	7.4%	11.1%	14.8%	100.0%
	% within Tingkat Stress	36.4%	26.1%	11.8%	30.0%	30.8%	28.1%
	% of Total	12.5%	6.3%	2.1%	3.1%	4.2%	28.1%
21	Count	7	8	2	2	4	23
	% within Usia	30.4%	34.8%	8.7%	8.7%	17.4%	100.0%
	% within Tingkat Stress	21.2%	34.8%	11.8%	20.0%	30.8%	24.0%
	% of Total	7.3%	8.3%	2.1%	2.1%	4.2%	24.0%
22	Count	7	6	7	0	1	21
	% within Usia	33.3%	28.6%	33.3%	0.0%	4.8%	100.0%
	% within Tingkat Stress	21.2%	26.1%	41.2%	0.0%	7.7%	21.9%
	% of Total	7.3%	6.3%	7.3%	0.0%	1.0%	21.9%
23	Count	2	0	0	0	1	3
	% within Usia	66.7%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	100.0%
	% within Tingkat Stress	6.1%	0.0%	0.0%	0.0%	7.7%	3.1%
	% of Total	2.1%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	3.1%

24	Count	0	0	0	1	0	1
	% within Usia	0.0 %	0.0%	0.0%	100.0 %	0.0%	100. 0%
	% within Tingkat Stress	0.0 %	0.0%	0.0%	10.0%	0.0%	1.0 %
	% of Total	0.0 %	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.0 %
25	Count	0	0	1	0	0	1
	% within Usia	0.0 %	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100. 0%
	% within Tingkat Stress	0.0 %	0.0%	5.9%	0.0%	0.0%	1.0 %
	% of Total	0.0 %	0.0%	1.0%	0.0%	0.0%	1.0 %
Total	Count	33	23	17	10	13	96
	% within Usia	34.4 %	24.0%	17.7%	10.4%	13.5%	100. 0%
	% within Tingkat Stress	100. 0%	100.0%	100.0%	100.0 %	100.0%	100. 0%
	% of Total	34.4 %	24.0%	17.7%	10.4%	13.5%	100. 0%

Correlations











			DASS	IPAQ
Spearman's rho	DASS	Correlation Coefficient	1.000	-.517**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	96	96
	IPAQ	Correlation Coefficient	-.517**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	96	96

Bar Chart



Lampiran Bukti Bimbingan Cyber

BUKTI BIMBINGAN CYBER

No.	Tanggal	Topik	Saran/Komentar	Pembimbing	
1	2022-01-31	penyusunan bab 4	menentukan rumus besar sampel	Yelvi Levani	
2	2022-03-30	bimbingan skripsi 1	penambahan alur penelitian yang jelas beserta kerangka konsep	Yelvi Levani	
3	2022-04-01	review bab 1,2,3	mengganti judul dengan penambahan kata intensitas, bab 1 memperbaiki kalimat kalimat yang kontradiktif dan menambahkan alasan penelitian, bab 2 menambahkan tingkat stres dan hubungan antara 2 variabel, bab 3 perbaikan kerangka konsep	Kartika Prahasanti	
4	2022-04-11	review revisi	menambahkan penjelasan lebih rinci bagaimana hormon penurun stres dapat di sekresikan	Kartika Prahasanti	
5	2022-04-21	review revisi 2	acc ujian sempro	Kartika Prahasanti	
6	2022-10-24	revisi bab 5 hasil penelitian	menambahkan beberapa analisis	Yelvi Levani	
7	2022-10-25	bab 6 pembahasan	menambahkan beberapa pembahasan per variabel	Yelvi Levani	
8	2022-10-26	ACC Skripsi	ACC Skripsi	Yelvi Levani	
9	2022-11-09	bab 6 pembahasan	menambahkan fisiologi yang mempengaruhi variabel	Kartika Prahasanti	
10	2022-11-13	bab 6 pembahasan	menginterpretasikan hasil penelitian dengan kata kata	Kartika Prahasanti	
11	2022-11-15	acc skripsi	ACC Skripsi	Kartika Prahasanti	