

DAFTAR PUSTAKA

- Afridoni, A., Syaifuddin, M., & Andriani, T. (2023). Manajemen Strategik Tenaga Pendidik di SD Cendana Batam. *Journal on Education*, 5(2), 2742–2750.
<https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.918>
- Aisya, M. C., Firdaus, J., Raharjo, A. M., Prasetyo, A., Fajar, I., & Astuti, I. S. W. (2024). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Buruh Tani Wanita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mumbulsari Jember*. 5(2).
- American Heart Association, Jones, D. W., Ferdinand, K. C., Taler, S. J., Johnson, H. M., Shimbo, D., Abdalla, M., Altieri, M. M., Bansal, N., Bello, N. A., Bress, A. P., Carter, J., Cohen, J. B., Collins, K. J., Commodore-Mensah, Y., Davis, L. L., Egan, B., Khan, S. S., Lloyd-Jones, D. M., ... Williamson, J. D. (2025). 2025 AHA/ACC/AANP/AAPA/ABC/ACCP/ACPM/AGS/AMA/ASPC/NMA/PCNA/SGIM Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation and Management of High Blood Pressure in Adults: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Joint Committee on Clinical Practice Guidelines. *Circulation*, 152(11).
<https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000001356>
- Angelina, C., Yulyani, V., & Efriyani, E. (2021). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Biha Pesisir Barat Tahun 2020*. 1(3).
- Anjos, J. R. C. D., Correia, I. M., De Moraes, C. A. L. C., Cordeiro, J. F. C., Trapé, A. A., Mota, J., Machado, D. R. L., & Santos, A. P. D. (2025). Sedentary Behavior, Physical Inactivity, and the Prevalence of Hypertension, Diabetes, and Obesity During COVID-19 in Brazil. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(9), 1367. <https://doi.org/10.3390/ijerph22091367>
- Aprida Manurung, Novita Anggraini, Margareta Haiti, Mustika Sari Hutabarat, Lidwina Septie Ch, & Agnes Felicia Lubis. (2023). Penyuluhan Edukasi Urgensi Penyakit

- Sistemik dan Pemeriksaan Kolesterol Pada Usia Produktif di Warga Lingkung
KM 14 Kota Palembang. *Compromise Journal : Community Proffesional Service Journal*, 1(4), 59–66. <https://doi.org/10.57213/compromisejournal.v1i4.84>
- Aryanti, K., & Pardede, L. (2023). Tingkat Aktivitas Fisik berhubungan dengan Derajat Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(3). <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v7i3.6334>
- Badr, H. E., Rao, S., & Manee, F. (2021). Gender differences in quality of life, physical activity, and risk of hypertension among sedentary occupation workers. *Quality of Life Research*, 30(5), 1365–1377.
- Bakris, G., Chen, C., Campbell, A. K., Ashton, V., Haskell, L., & Singhal, M. (2024). Real-World Impact of Blood Pressure Control in Patients With Apparent Treatment-Resistant or Difficult-to-Control Hypertension and Stages 3 and 4 Chronic Kidney Disease. *American Journal of Hypertension*, 37(6), 438–446. <https://doi.org/10.1093/ajh/hpae020>
- Bernal, J. V. M., Sánchez-Delgado, J. C., Jácome-Hortúa, A. M., Veiga, A. C., Andrade, G. V., Rodrigues, M. R., & Souza, H. C. D. D. (2025). Effects of physical exercise on the lipid profile of perimenopausal and postmenopausal women: A systematic review and meta-analysis. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, 58, e14194. <https://doi.org/10.1590/1414-431x2025e14194>
- Bull, F. C., Maslin, T. S., & Armstrong, T. (2009). Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ): Nine Country Reliability and Validity Study. *Journal of Physical Activity and Health*, 6(6), 790–804. <https://doi.org/10.1123/jpah.6.6.790>
- Cahyani, E. M., Setiawan, & Nursiswati. (2024). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Komunitas Pencinta Anggrek Kabupaten Kapuas Di Kalimantan Tengah. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 10(1), 34–41. <https://doi.org/10.32539/jks.v10i1.176>

- Coca, A. (Ed.). (2024). *Hypertension and Brain Damage* (2nd ed. 2024). Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-64928-8>
- Corbin, C. B., Castelli, D. M., Sibley, B. A., & Le Masurier, G. C. (2021). *Fitness for life* (Seventh edition). Human Kinetics.
- Craig, C. L., Marshall, A. L., Sj??Str??M, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., Sallis, J. F., & Oja, P. (2003). International Physical Activity Questionnaire: 12-Country Reliability and Validity: *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 35(8), 1381–1395. <https://doi.org/10.1249/01.MSS.0000078924.61453.FB>
- Cristanto, M., Saptiningsih, M., & Indriarini, M. Y. (2021). Hubungan aktivitas fisik dengan pencegahan hipertensi pada usia dewasa muda: Literature review. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 3(01), 53–65.
- Cushman, W. C. (2023). The Burden of Uncontrolled Hypertension: Morbidity and Mortality Associated With Disease Progression. *The Journal of Clinical Hypertension*, 5(3), 14–22. <https://doi.org/10.1111/j.1524-6175.2003.02464.x>
- D’Amore, C., Saunders, S., Bhatnagar, N., Griffith, L. E., Richardson, J., & Beauchamp, M. K. (2023). Determinants of physical activity in community-dwelling older adults: An umbrella review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 20(1), 135. <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01528-9>
- Dayfi, B. A., & Nurmansyah, N. (2025). PENGARUH AKTIVITAS FISIK TERHADAP PENGENDALIAN HIPERTENSI DI DESA KAKIANG. *Jurnal Kesehatan Samawa*, 10(1), 17–20.
- De Oliveira, H. S., Pinto, R. A., Souto, E. J. P., & Giusti, R. (2024). Estimation of Systolic and Diastolic Blood Pressure for Hypertension Identification from Photoplethysmography Signals. *Applied Sciences*, 14(6), 2470. <https://doi.org/10.3390/app14062470>

- Dempsey, P. C., Larsen, R. N., Dunstan, D. W., Owen, N., & Kingwell, B. A. (2018). Sitting Less and Moving More: Implications for Hypertension. *Hypertension*, 72(5), 1037–1046. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.118.11190>
- Dharmansyah, D., & Budiana, D. (2021). Indonesian Adaptation of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): Psychometric Properties. *JURNAL PENDIDIKAN KEPERAWATAN INDONESIA*, 7(2), 159–163. <https://doi.org/10.17509/jpki.v7i2.39351>
- Dinas Kesehatan DIY. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Dinas Kesehatan DIY
- Evenson, K. R., Goto, M. M., & Furberg, R. D. (2015). Systematic review of the validity and reliability of consumer-wearable activity trackers. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 159. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0314-1>
- Fajrin, A. (2023). *Hubungan Beban Kerja Fisik Dan Stres Kerja Dengan Tekanan Darah Pada Pekerja Proyek Pembangunan Elevated Railway JGSS 2 Surakarta*.
- Fasero, M., & Coronado, P. J. (2025). Cardiovascular Disease Risk in Women with Menopause. *Journal of Clinical Medicine*, 14(11), 3663. <https://doi.org/10.3390/jcm14113663>
- Frisca Frisca, Alexander Halim Santoso, William Gilbert Satyanagara, Giovanni Sebastian Yogie, Valentino Gilbert Lumintang, & Steve Vallery Ranonto. (2023). Gambaran Tekanan Darah serta Korelasinya Terhadap Usia di Rukun Warga 008 Kelurahan Cipondoh Makmur. *JURNAL FISIOTERAPI DAN ILMU KESEHATAN SISTHANA*, 5(2), 53–63. <https://doi.org/10.55606/jufdikes.v5i2.473>
- Gribble, A. K., Hershey, M. S., López-Gil, J. F., Lan, F.-Y., Kales, S. N., Martínez-González, M. Á., Bes-Rastrollo, M., & Fernandez-Montero, A. (2024). *Intensity of habitual physical activity and maintenance of normal blood pressure –*

findings from the SUN longitudinal cohort study. Epidemiology.

<https://doi.org/10.1101/2024.04.29.24306595>

Hajingo, M. S., Mautang, T., & Bawiling, N. (2024). HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA MUDA DI DESA LOLAK, KECAMATAN LOLAK, KABUPATEN BOLAANG MONGONDOW. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MANADO*, 3(2).

Handayani, W. (2025). Faktor-Faktor Risiko Penyakit Kardiovaskular: Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 4(3), 139–158.

Hasyim, M. (2024). Tantangan dan Peluang Pendidikan Kesehatan di Era Digital: Membangun Kesadaran Kesehatan Online. *Oshada*, 1(2), 16–24.

Heinonen, I. (2024). Clinical and physiological advances in sedentary behavior research. *Frontiers in Physiology*, 15, 1348122.

<https://doi.org/10.3389/fphys.2024.1348122>

Istiana, D., Purqoti, D. N. S., Musmuliadin, M., Rispawati, B. H., Romadhonika, F., & Dingle, K. (2022). The Relationship between Physical Activity and the Incidence of Hypertension at the Work Area of the Ampenan Health Center. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 45–50. <https://doi.org/10.30994/sjik.v11i1.884>

JDIH Kota Yogyakarta. (2020). *Laporan Kesehatan Kota Yogyakarta Tahun 2020*. <https://jdih.jogjakota.go.id>

Jufri, M. H., Mutmainnah, B., Santalia, I., & Pujirana, A. I. (2025). PERKEMBANGAN MASA DEWASA MENENGAH (USIA 41–60 TAHUN) KONTEKS AL QURAN DAN HADITS. *Studia Sosia Religia*, 8(2), 59–74.

Kemenkes. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 tentang Pedoman Gizi Seimbang*.

<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/115420/permenkes-no-75-tahun-2013>

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

- Lääti, A., Somerpalo, O., Teppo, K., Vire, J., Viitanen, M., & Langén, V. (2025). Association between educational attainment and blood pressure in older adults: A study of two Finnish generational cohorts born 20 years apart. *International Journal of Cardiology Cardiovascular Risk and Prevention*, 200412.
- Leeyio, T. R., Katto, N. P., Juma, F. M., Mkassy, F. I., Liwa, A. C., Matuja, S. S., Byamungu, D., Ayieko, P., Bintabara, D., & Konje, E. T. (2025). Aerobic activity significantly reduces blood pressure among hypertensive adults in Africa: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 13, 1548584.
- Li, H., & Zeng, W. (2024). Leisure sedentary time and elevated blood pressure: Evidence from the statutory retirement policy. *Frontiers in Public Health*, 12, 1468221. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1468221>
- Li, Z., Zhong, W., Gao, J., Zhang, X., Lin, G., Qi, C., Mao, C., & Zhou, H. (2024). Association between leisure sedentary behaviors and hypertension risk: A prospective cohort study and two-sample Mendelian randomization analysis in Europeans. *Preventive Medicine*, 181, 107915. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2024.107915>
- Ling, Q., Song, Q., Bai, J., Wu, S., Zhang, W., Chen, M., & Cai, J. (2022). Temporal Relationship Between Arterial Stiffness and Systolic Blood Pressure Under Intensive or Standard Control: A Post Hoc Analysis of the STEP Trial. *Hypertension*, 79(12), 2755–2763. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.122.20022>
- Long, Y., Jia, C., Luo, X., Sun, Y., Zuo, W., Wu, Yibo, Wu, Yunchou, Kaierdebekie, A., & Lin, Z. (2022). The Impact of Higher Education on Health Literacy: A Comparative Study between Urban and Rural China. *Sustainability*, 14(19), 12142. <https://doi.org/10.3390/su141912142>

- Losu, A. L., Punuh, M. I., & Musa, E. C. (2022). *Gambaran Aktivitas Fisik Siswa Kelas XI Jurusan Kecantikan Sekolah Menengah Kejuruan Negeri SMKN 3 Manado Saat Pembelajaran Jarak Jauh*. 11(4).
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117.
<https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>
- Nierman, M. C. (2022). Working towards personalized anticoagulation management. *International Journal of Cardiology*, 364, 102.
<https://doi.org/10.1016/j.ijcard.2022.06.007>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. (Original work published 2018)
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 363–369.
- Nursakinah, Y., & Handayani, A. (2021). Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Diastolik Pada Usia Dewasa Muda. *JURNAL PANDU HUSADA*, 2(1), 21.
<https://doi.org/10.30596/jph.v2i1.5426>
- Pacholko, A., & Iadecola, C. (2024). Hypertension, Neurodegeneration, and Cognitive Decline. *Hypertension*, 81(5), 991–1007.
<https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.123.21356>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Hall, A. M., & Stockert, P. A. (Eds.). (2017). *Fundamentals of nursing: Envolve resources free with textbook purchase envolve.elsevier.com* (Ninth edition). Elsevier.
- Profile STIKes Panti Rapih Yogyakarta—STIKes Panti Rapih Yogyakarta*. (2023, May 8).
<https://stikespantirapih.ac.id/profile-stikes-panti-rapih/>

- Puspita, A. C., & Rahmawati, S. T. Y. (2024). *Aktivitas Fisik Rutin dalam Produktivitas Harian pada Dewasa Akhir*. (2).
- Rahmawati, R. (2021). *Pengaruh Health Literacy Dengan Pendampingan Keluarga Terhadap Perilaku Pencegahan Primer Stroke Pada Penderita Hipertensi (Studi Menggunakan Aplikasi Primary Stroke Prevention Awareness= Effect of Health Literacy with Family Assistance to Primary Stroke Prevention, behaviour in Hypertension patients (Study Using Primary Stroke Prevention Awareness App)*. Universitas Hasanuddin.
- Riskesdas. (2018). *Riskesdas; riset; kesehatan; riset nasional; penelitian*.
- Riza, S., Syarif, M., Mardatillah, F., Salam, A. J., Khafidah, W., & Yusuf, M. (2024). Improving Lecturer Competence to Encourage Innovation and Creativity in Learning. *Jurnal Ilmiah Peuradeun*, 12(1), 249–272.
<https://doi.org/10.26811/peuradeun.v12i1.1078>
- Rizaldi, M. (2024). *Pengaruh intensitas kebisingan dan karakteristik pekerja terhadap tekanan darah tenaga kerja di bagian produksi PT. X*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.
- Rosenberg, D. E., Zhu, W., Greenwood-Hickman, M. A., Cook, A. J., Florez Acevedo, S., McClure, J. B., Arterburn, D. E., Cooper, J., Owen, N., Dunstan, D., Perry, S. R., Yarborough, L., Mettert, K. D., & Green, B. B. (2024). Sitting Time Reduction and Blood Pressure in Older Adults: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*, 7(3), e243234.
<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2024.3234>
- Salsabila Irwanto, F., Hasni, D., Anggraini, D., & Yulhasfi Febrianto, B. (2023). Hubungan Pola Konsumsi Lemak Dan Sodium Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Perempuan Etnis Minangkabau. *Scientific Journal*, 2(2), 63–74. <https://doi.org/10.56260/sciena.v2i2.82>

- Santrino, S. N., Marisa, D., Kaidah, S., Muttaqien, F., & Illiandri, O. (2023a). *Pengaruh Derajat Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Tekanan Darah Pada Pegawai Disdikbud Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2023*. 7(3).
- Santrino, S. N., Marisa, D., Kaidah, S., Muttaqien, F., & Illiandri, O. (2023b). *Pengaruh Derajat Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Tekanan Darah Pada Pegawai Disdikbud Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2023*. 7(3).
- sarah rizqiya & Asra Al Fauzi. (2024). Hypertension as a risk factor in stroke: An overview. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 21(1), 2370–2372. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.21.1.0204>
- Scholastica Fina Ayu, P. (2025). *Pemeriksaan Tanda Vital: Knsep, prosedur, interpretasi dalam tatanan klinis*. CV. Green Publisher Indonesia.
- SKI. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia (SKI)*. Kemenkes.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif,kualitatif, dan R&D*. alfabeta.
- Sujarwati, annisa, agustina, emelia, & rosadi, dian. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Aktivitas Fisik Pada Remaja di Kota Banjarbaru Tahun 2021. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 3(3). <https://doi.org/10.7454/bikfokes.v3i3.1048>
- Sulistiadi, W., Wasir, R., Astriana, Al Aufa, B., Rahayu, S., Thalib, W., & Rahma, F. A. (2024). Investigating the association between physical fitness and blood pressure among healthcare workers in Indonesia. *Discover Social Science and Health*, 4(1), 70. <https://doi.org/10.1007/s44155-024-00129-6>
- Triana, M. A., Alfarisi, R., Anggraeni, S., & Teddy, T. (2024). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Karyawan Di Universitas Malahayati Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(6), 1252–1260. <https://doi.org/10.33024/jikk.v11i6.14996>

- Tudor-Locke, C., & Bassett, D. R. (2004). How Many Steps/Day Are Enough?: Preliminary Pedometer Indices for Public Health. *Sports Medicine*, 34(1), 1–8.
<https://doi.org/10.2165/00007256-200434010-00001>
- Tummers, S. C. M. W., Hommersom, A., Lechner, L., Bemelmans, R., & Bolman, C. A. W. (2022). Determinants of physical activity behaviour change in (online) interventions, and gender-specific differences: A Bayesian network model. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(1), 155.
<https://doi.org/10.1186/s12966-022-01381-2>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Veles, N., Graham, C., & Ovaska, C. (2023). University professional staff roles, identities, and spaces of interaction: Systematic review of literature published in 2000–2020. *Policy Reviews in Higher Education*, 7(2), 127–168.
<https://doi.org/10.1080/23322969.2023.2193826>
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-Sectional Studies. *Chest*, 158(1), S65–S71.
<https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012>
- Wang, Z., Feng, L., Wu, M., Ding, F., Liu, C., Xie, G., & Ma, B. (2024). Hypertensive retinopathy can predict stroke: A systematic review and meta-analysis based on observational studies. *Journal of Stroke and Cerebrovascular Diseases*, 33(11), 107953. <https://doi.org/10.1016/j.jstrokecerebrovasdis.2024.107953>
- Wedri, N. M., Windayanti, K. A., & Ari Rasdini, I. (2021). Tingkat Aktivitas Fisik Berhubungan dengan Tekanan Darah Pekerja di Rumah Selama Masa Pandemi COVID-19. *JURNAL GEMA KEPERAWATAN*, 14(1), 16–26.
<https://doi.org/10.33992/jgk.v14i1.1571>

WHO. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>

Wieling, W., Kaufmann, H., Claydon, V. E., Van Wijnen, V. K., Harms, M. P. M., Juraschek, S. P., & Thijs, R. D. (2022). Diagnosis and treatment of orthostatic hypotension. *The Lancet Neurology*, 21(8), 735–746. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(22\)00169-7](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(22)00169-7)

Wijaya, H., & Agatha, S. D. (2022). Faktor—Faktor Yang Mempengaruhi Financial Distress Dengan Firm Size Sebagai Variabel Pemoderasi. *Jurnal Paradigma Akuntansi*, 4(1), 218. <https://doi.org/10.24912/jpa.v4i1.17285>

Williams, B., Mancia, G., Spiering, W., Agabiti Rosei, E., Azizi, M., Burnier, M., Clement, D. L., Coca, A., De Simone, G., Dominiczak, A., Kahan, T., Mahfoud, F., Redon, J., Ruilope, L., Zanchetti, A., Kerins, M., Kjeldsen, S. E., Kreutz, R., Laurent, S., ... Brady, A. (2018). 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension. *European Heart Journal*, 39(33), 3021–3104. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehy339>

Wirakhmi, I. N. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 7(1), 61–67. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v7i1.2385>

Zhou, X., Zhang, M., Chen, L., Li, B., & Xu, J. (2025). The effect of peer relationships on college students' behavioral intentions to be physically active: The chain-mediated role of social support and exercise self-efficacy. *PLOS One*, 20(5), e0320845. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0320845>

Zhu, Z., Yan, W., Yu, Q., Wu, P., Bigambo, F. M., & Chen, J. (2022). Association between Exercise and Blood Pressure in Hypertensive Residents: A Meta-Analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2022, 1–13. <https://doi.org/10.1155/2022/2453805>

LAMPIRAN

SURAT IZIN PENDAHULUAN

30 September 2025

Nomor : 053/Sarjana Keperawatan-PR/A/IX/2025

Hal : Permohonan izin studi pendahuluan

Yth. Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Jalan Tantular No.401, Pringwulung, Condongcatur, Depok,

D.I. Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan studi pendahuluan di STIKes Panti Rapih Yogyakarta.

Adapun mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Elisabeth Leuni Bernawati

NPM : 202223014

Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

*Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



A.I Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN

SURAT BALASAN IZIN PENDAHULUAN



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
 Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
 Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



07 Oktober 2025

Nomor : 2235/STIKes-PR/B/X/2025

Hal : Balasan Izin Studi Pendahuluan

Yth. Kaprodi Keperawatan Program Sarjana

STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Jalan Tantular No. 401, Pringwulung, Condongcatur,

Depok, Sleman, D.I. Yogyakarta

Menanggapi surat Saudara Nomor: 053/Sarjana Keperawatan-PR/A/IX/2025 pada tanggal 30 September 2025 tentang permohonan izin studi pendahuluan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta dengan ini sampaikan bahwa mahasiswa dibawah ini:

NPM	NAMA	JUDUL
202223014	Elisabeth Leuni Bernawati	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta

kami izinkan untuk melakukan studi pendahuluan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Mengumpulkan pas foto terbaru ukuran 3 x 4 sebanyak 1 lembar.
2. Mengambil papan identitas di Bagian PPM sebelum melakukan studi pendahuluan.
3. Menggunakan papan identitas selama studi pendahuluan.

Atas kerja sama dan perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Ketua

 Yulia Wardani, MAN

SURAT IZIN PENELITIAN

05 Januari 2026

Nomor : 001/Sarjana Keperawatan-PR/A//2026

Hal : Permohonan izin Pengambilan Data

**Yth. Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Jalan Tantular No.401, Pringwulung, Condongcatur,
Depok, Daerah Istimewa Yogyakarta**

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada mata kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan pengambilan data di STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Elisabeth Leuni Bernawati

NPM : 202223014

Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Pegawai STIKes
Panti Rapih Yogyakarta

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

📌 Kaprodi Keperawatan Program Sarjana



Dr. Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep.

SURAT BALASAN IZIN PENELITIAN



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



08 Januari 2026

Nomor : 033/STIKes-PR/B/I/2026

Hal : Balasan Izin Pengambilan Data Penelitian

Yth. Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana dan
Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Jalan Tantular No. 401, Pringwulung, Yogyakarta

Dengan hormat,

Menanggapi surat Saudara No: 001/Sarjana Keperawatan-PR/A/I/2026 pada tanggal 05 Januari 2026 tentang permohonan izin Pengambilan Data Penelitian di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta dengan ini sampaikan bahwa nama mahasiswa beserta Judul Skripsi berikut ini:

Nama : Elisabeth Leuni Bernawati
NPM : 202223014
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Kami izinkan untuk melakukan izin Pengambilan Data Penelitian di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Mengumpulkan proposal skripsi yang sudah direvisi dan di ACC oleh dosen pembimbing dalam bentuk soft file pada Ka Bidang PPM.
2. Mengambil papan identitas di Bagian PPM sebelum melakukan Pengambilan Data.
3. Menggunakan papan identitas selama Pengambilan Data.

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas kerja sama dan perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.



SURAT PENGAJUAN UJI ETIK



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



05 Desember 2025

Nomor : 2681/STIKes-PR/B/XII/2025
Hal : Permohonan izin uji etik
Lampiran : 1 lembar

Yth. Direktur Utama Rumah Sakit Panti Rapih
Jalan Cik Di Tiro No. 30
Yogyakarta

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada mata kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa yang namanya tercantum dalam lampiran surat ini diperkenankan melakukan uji etik di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Wakil Ketua I,

Theresia Fatik Pujiastuti, Ns., M.Kep, Ph.D.



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



Lampiran surat nomor: 2681/STIKes-PR/B/XII/2025

DAFTAR MAHASISWA YANG MELAKUKAN UJI ETIK
DI RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA.

NO	NPM	NAMA MAHASISWA	JUDUL SKRIPSI
1	202223014	Elisabeth Leuni Bernawati	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta
2	202443044	Maria Elisabeth Novembi Dhiu Poso	Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi di <i>Cluster Cardio Tzu Chi Hospital Jakarta</i>

SURAT BALASAN UJI ETIK



RUMAH SAKIT PANTI RAPIH KOMITE ETIK DAN HUKUM RUMAH SAKIT (KEHRS)

Jln. Cik Di Tiro 30 - Yogyakarta 55223 Telp. 0274 – 562233, 562233, 563333

SUB KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN RUMAH SAKIT PANTI RAPIH

KETERANGAN KELAIKAN ETIK ("ETHICAL CLEARANCE") No. 243/SKEPK-KKE/XII/2025

Sub Komite Etik Penelitian Kesehatan Rumah Sakit Panti Rapih, setelah mempelajari dengan seksama rancangan penelitian yang diusulkan:
The Health Research Ethical Sub Committee of Panti Rapih Hospital, after studying the proposed research design carefully :

"Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta"

Peneliti Utama : Elisabeth Leuni Bernawati
Principal Investigator
Anggota Peneliti :
Investigator member
Lokasi penelitian : STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Location
Unit/Lembaga : STIKes Panti Rapih
Institution

Maka dengan ini menyatakan bahwa rencana penelitian tersebut telah memenuhi syarat atau dinyatakan laik etik untuk dilaksanakan.

Thus hereby declare that the research design has qualified and been approved for the implementation.

Demikian surat keterangan lolos kaji etik ini dibuat untuk diketahui dan dimaklumi oleh yang berkepentingan dan berlaku sejak tanggal 22 Desember 2025 sampai dengan 21 Desember 2026.

This ethical clearance is issued to be used appropriately and understood by all stakeholders and valid from 22 December 2025 until 21 December 2026.

Yogyakarta, 22 Desember 2025

Komite Etik dan Hukum Rumah Sakit



dr. Maria Silvia Merry, M.Sc., Sp.MK

Ketua

Sub Komite Etik Penelitian Kesehatan

(SKEPK)



dr. Emilia Theresia, Sp.PA

Ketua

Catatan (Notes):

Kewajiban peneliti (*The obligations of researcher*):

- Menjaga kerahasiaan identitas subjek penelitian.
Keeping the confidentiality of the research subject identity.
- Memberitahukan status penelitian apabila setelah masa berlakunya keterangan lolos kaji etik, penelitian masih belum selesai, atau ada perubahan protokol. Peneliti wajib mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian (amandemen protokol).
Informing about the research status if the research is not completed after passes the validity period of the ethical clearance, or there is a change in the protocol. The researchers must reappplies the application for a research ethical review (amendment protocol).
- Melaporkan status penelitian apabila penelitian berhenti di tengah jalan, ada kejadian serius yang tidak diinginkan dan melaporkan pelaksanaan penelitian secara berkala.
Reporting the research status if it stops before it is completed, there are serious adverse events, and reporting the research conduct periodically.
- Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apa pun pada subjek sebelum penelitian lolos kaji etik, ada surat izin penelitian dan memberikan informed consent kepada subjek penelitian.
Researchers should not take any action on the subject before the study passes an ethical review, having a research license, and provides informed consent to the research subjects.
- Setelah selesai penelitian, peneliti wajib memberikan laporan penelitian kepada Sub Komite Etik Penelitian Kesehatan RS Panti Rapih.
After completing the research, the researchers is obliged to provide a report to the Health Research Ethical Sub Committee of Panti Rapih Hospital.

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Peneliti : Elisabeth Leuni Bernawati
Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
Jabatan : Mahasiswa

1. Tujuan

1) Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis hubungan aktifitas fisik dengan tekanan darah pada pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta.

2) Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik demografi umur, jenis kelamin, jenis ketenagaan, serta lama bekerja pada pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
- b. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
- c. Mengetahui tekanan darah sistolik pada pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
- d. Mengetahui tekanan darah diastolik pada pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
- e. Menganalisis hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan tekanan darah sistolik pada pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
- f. Menganalisis hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan tekanan darah Diastolik pada pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta.

2. Perkiraan Jumlah Responden

Perkiraan jumlah responden yang akan dilibatkan dalam penelitian sekitar 107 orang.

3. Kriteria Responden

- 1) Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta yang aktif bekerja pada saat penelitian berlangsung.
- 2) Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan setelah penjelasan (informed consent).
- 3) Dalam kondisi sehat secara umum dan mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.
- 4) Responden Tidak Memiliki Riwayat Hipertensi

4. Resiko Penelitian

Penelitian ini bersifat observasional tanpa tindakan medis invasif atau intervensi terapeutik sehingga risiko yang ditimbulkan minimal. Ketidaknyamanan yang mungkin dirasakan berupa rasa tidak nyaman saat pengukuran tekanan darah atau kelelahan ringan saat pengisian kuesioner. Responden berhak menghentikan partisipasi kapan saja apabila merasa tidak nyaman.

5. Jaminan Kerahasiaan Data

Peneliti menjamin kerahasiaan data dan identitas responden. Identitas tidak dicantumkan dalam kuesioner maupun laporan penelitian dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah dalam bentuk agregat. Data disimpan secara aman dan hanya dapat diakses oleh pihak yang berwenang sesuai ketentuan etik penelitian.

6. Hak Untuk Undur Diri

Keikutsertaan responden bersifat sukarela. Responden berhak menolak atau mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa konsekuensi apa pun dan tanpa memengaruhi status pekerjaan maupun hubungan dengan institusi.

7. Adanya Insentif Untuk Responden

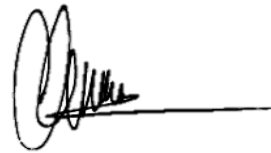
Dikarenakan partisipasi responden bersifat sukarela, maka peneliti tidak memberikan insentif dalam bentuk uang kepada responden. Peneliti juga tidak menyediakan kompensasi atau ganti rugi dalam bentuk apapun kepada responden.

8. Informasi Tambahan

Responden memiliki hak untuk menanyakan segala hal yang berkaitan dengan penelitian ini dengan menghubungi peneliti : Elisabeth Leuni Bernawati Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKes Panti Rapih Yogyakarta (085951602282).

Yogyakarta, 5 Januari 2026

Peneliti

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'E' followed by a series of loops and a long horizontal line extending to the right.

Elisabeth Leuni Bernawati

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah menerima penjelasan secara lengkap dan memahami maksud serta tujuan penelitian yang berjudul: "Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta"

Saya menyadari bahwa partisipasi saya bersifat sukarela tanpa paksaan dari pihak mana pun. Apabila di kemudian hari saya memutuskan untuk mengundurkan diri dari penelitian, saya berhak melakukannya kapan saja tanpa memerlukan alasan maupun saksi.

Dengan ini saya menyatakan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian tersebut.

Yogyakarta, Januari 2026

Responden

(.....)

KUISIONER PENGUKURAN AKTIVITAS FISIK IPAQ

(International Physical Activity Questionnaire)

Nama :

Umur :

1. 18–25 tahun : Dewasa Muda (*Young adulthood*) ☐
2. 26–40 tahun : Dewasa (*Adulthood*) ☐
3. 41–65 tahun : Dewasa paruh baya (*Middle age*) ☐
4. > 65 tahun : Lansia (*Older person / Elderly*) ☐

Jenis Kelamin :

1. Laki – Laki ☐
2. Perempuan ☐

Pendidikan Terakhir :

1. SMK/SMA Sederajat ☐
2. Diploma (D3) ☐
3. Sarjana (S1) ☐
4. Magister (S2) ☐
5. Doktor (S3) ☐

Pekerjaan :

1. Dosen ☐
2. Tenaga Kependidikan ☐
3. Lainnya ☐ *Uraikan
disini

Alamat :

.....
.....

Ingat kembali semua aktivitas fisik berat yang telah Anda lakukan selama 7 hari terakhir. Aktivitas fisik berat adalah aktivitas yang memerlukan kerja keras dan menyebabkan Anda bernafas jauh lebih cepat daripada biasanya. Pikirkan aktivitas fisik yang telah Anda lakukan selama sekurang-kurangnya 10 menit pada suatu waktu.

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

_____ **hari seminggu**

☐ Tidak ada aktivitas fisik berat

**Lompat ke nomor 3*

2. Berapa lama waktu yang biasa Anda gunakan untuk melakukan aktivitas fisik berat tersebut?

_____ **jam** _____ **menit per hari**

☐ Tidak tahu/ tidak pasti

3. Dalam waktu 7 hari terakhir, berapa harikah Anda melakukan aktivitas fisik moderat seperti mengangkat beban ringan, bersepeda santai, atau bermain tenis 1 berpasangan? (ini tidak termasuk berjalan kaki)

_____ **hari seminggu**

☐ Tidak ada aktivitas fisik moderat

**Lompat ke nomor 5*

4. Berapa lama waktu yang biasa Anda gunakan untuk melakukan aktivitas fisik moderat tersebut?

_____ **jam** _____ **menit per hari**

☐ Tidak tahu/ tidak pasti

Ingat kembali tentang waktu yang Anda gunakan untuk berjalan kaki dalam 7 hariterakhir, termasuk berjalan kaki di tempat kerja, di rumah, berjalan kaki dari satu tempatke tempat lain, dan berjalan kaki semata-mata untuk rekreasi, olahraga, atau mengisi waktu luang.

5. Dalam waktu 7 hari terakhir, berapa harikah Anda telah berjalan kaki selama sekurang-kurangnya 10 menit?

_____ **hari seminggu**

☐ Tidak ada aktivitas fisik moderat

**Lompat ke nomor 7*

6. Berapa lama waktu yang biasa Anda gunakan untuk berjalan kaki dalam satu hari tersebut?	
____ jam ____ menit per hari	☐ Tidak tahu/ tidak pasti
Pertanyaan terakhir adalah mengenai waktu yang Anda gunakan untuk duduk dalam sehari 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 kursi, duduk saat mengunjungi teman-teman, membaca, atau berbaring sambil menonton televisi.	
7. Dalam waktu 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang Anda gunakan untuk duduk dalam satu hari ?	
____ jam ____ menit per hari	☐ Tidak tahu/ tidak pasti

LEMBAR OBSERVASI TEKANAN DARAH

No	Kode Responden/ Nama Responden	Umur	Tekanan Sistolik (mmHg)	Tekanan Diastolik (mmHg)	Kategori Tekanan Darah*	Paraf Pengukur
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
dst						

Keterangan Kategori Tekanan Darah (JNC 7/8):

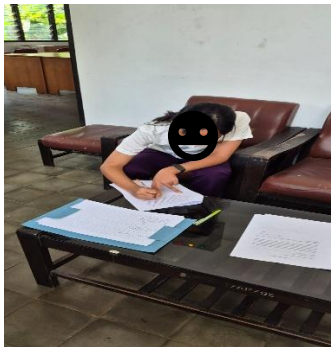
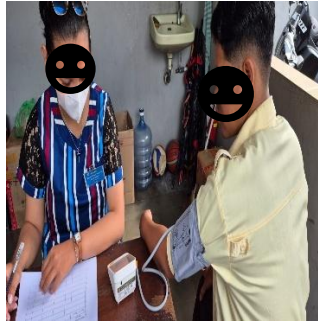
- Normal : <120 / <80 mmHg
- Pre-hipertensi : 120–139 / 80–89 mmHg
- Hipertensi Derajat 1 : 140–159 / 90–99 mmHg
- Hipertensi Derajat 2 : ≥ 160 / ≥ 100 mmHg

Catatan:

- Pengukuran dilakukan dalam posisi duduk setelah responden istirahat minimal 5 menit.
- Pengukuran dilakukan sebanyak 2 kali apabila pengukuran 1 dan pengukuran 2 mempunyai perbedaan nantinya dilakukan pengukuran yang ketiga dan dicari rerata.

DOKUMENTASI PELAKSAAN

10 Januari 2026 – 19 Januari 2026



HASIL UJI KALIBRASI TENSI DIGITAL



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

**DINAS KESEHATAN
BALAI LABKES DAN KALIBRASI**



အောက်ပါဇယားက အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြပါသည်။

SERTIFIKAT KALIBRASI

No. Pesanan : 0583/KAL/2025

No. Sertifikat : 01-V2.6.075-24.0576

IDENTITAS ALAT

Nama Alat : Non Invasive Sphygmomanometer Otomatis
Merek : Tensi One
Type/Model : TensiOne 1A
Nomor Seri : SN : B2506009430
Ruangan : Pribadi

IDENTITAS PEMILIK

Nama Pemilik : Elisabeth Leuni Bernawati
Alamat : Nogosari 1, RT 06, RW 01, Bandung, Playen, Gunungkidul,
Daerah Istimewa Yogyakarta, KEL. BANDUNG, KEC.
PLAYEN, KAB. GUNUNG KIDUL, PROV. D.I. YOGYAKARTA

Sertifikat ini terdiri dari : 3 halaman

Diterbitkan tanggal : Yogyakarta, 10 Desember 2025

KEPALA BLKK,



Mulia Kurniawati, S.Farm., M.H.Kes.

Laporan pengujian dan/atau sertifikat kalibrasi tidak boleh digandakan kecuali seluruhnya tanpa persetujuan tertulis dari laboratorium.

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE) Badan Siber dan Sandi Negara.



IDENTITAS ALAT

Nomor Pesanan : 0583/KAL/2025
Nomor Sertifikat : 01-V2.6.075-24.0576
Nama Alat : Non Invasive Sphygmomanometer Otomatis
Model/Type : TensiOne 1A
No Seri : SN : B2506009430

LOKASI KALIBRASI

Tempat Kalibrasi : Inlab
Tanggal Penerimaan Alat : 03 Desember 2025
Tanggal Kalibrasi : 05 Desember 2025
Tanggal Kalibrasi Selanjutnya : 05 Desember 2026

METODE

Metode Kalibrasi menggunakan Instruksi Kerja IKM/7.2.53/BLKK-Y yang mengacu kepada, Keputusan Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia NO:HK.02/D/43649/2024. Pembacaan alat ini dibandingkan dengan Alat Ukur Standar pada titik ukur yang telah ditentukan berdasarkan permintaan pelanggan.

ALAT STANDART

Alat ukur standar yang digunakan dalam pengukuran tertelusur ke sistem Satuan Internasional (SI) melalui :

Nama	Merk	Model/Type	Nomor Seri	No. Sertifikat	Kode KAN
Vital Sign Simulator	Fluke	Prosirn 8	4818049	YK.05.02/E.IX/40075/2024	LK-110-IDN
Stopwatch	Seico	Sd56-4000	76310	ANMI-S-25.00963	LK-251-IDN
Thermohygrometer	TFA	AZ-HT-02	0714/01	ANMI-S-24.00605	LK-251-IDN

Catatan

- Ketidakpastian pengukuran estimasi pada tingkat kepercayaan 95% dengan $k = 2$.
- Hasil yang ditampilkan hanya berhubungan dengan peralatan dan kondisi lingkungan saat kalibrasi.

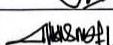
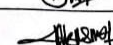
Diperiksa Oleh
Manajer Teknis Kalibrasi



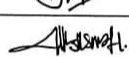
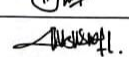
Anggie Maulana Subkhan, AMTE., S.K.M

BUKTI PRESENSI KEHADIRAN ASISTEN PENELITIAN

1. Pelatihan Alat Tensi Digital

Nama	Tanda Tangan	
	Tanggal 09/01/2026	Tanggal 09/01/2026
Aurelia Aninda Maheswari		
Patricia Tekla Eralana		
Maria Vianney Pramudita		

2. Persamaan Persepsi

Nama	Tanda Tangan	
	Tanggal 09/01/2026	Tanggal 09/01/2026
Aurelia Aninda Maheswari		
Patricia Tekla Eralana		
Maria Vianney Pramudita		

3. Pengambilan Data

Nama	Tanda Tangan					
	Tanggal 10/01/202 6	Tanggal 12/01/202 6	Tanggal 13/01/202 6	Tanggal 14/01/202 6	Tanggal 15/01/202 6	Tanggal 19/01/202 6
Aurelia Aninda Maheswa ri						
Patricia Tekla Eralana						
Maria Vianney Pramudita						

REKAPITULASI DATA

Nama	Usia	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Tekanan Darah 1	Tekanan Darah 2	Rerata Tekanan Darah	Kategori Tekanan Darah	MET/S	Kategori Aktivitas Fisik
Dn	24 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	133/ 88 mmhg	132/88 mmhg	132/88	Prehipertensi	4776	Tinggi
Fa	48 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	122/75 mmhg	117/79 mmhg	120/77	Prehipertensi	7119	Tinggi
Ag	56 Tahun	laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	118/83 mmhg	118/83 mmhg	118/83	Prehipertensi	11676	Tinggi
Mu	29 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	116/83 mmhg	113/78 mmhg	114/80	Prehipertensi	16476	Tinggi
Kh	29 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	122/84 mmhg	117/82 mmhg	120/83	Prehipertensi	6696	Tinggi
Pu	26 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	130/78 mmhg	123/86 mmhg	126/82	Prehipertensi	8616	Tinggi
Nu	35 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	142/106 mmhg	141/103 mmhg	142/104	Hipertensi Stadium I	5496	Tinggi
Bn	41 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	113/71 mmhg	123/77 mmhg	118/74	Normal	32130	Tinggi
Kt	45 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	123/90 mmhg	112/82 mmhg	118/86	Prehipertensi	35568	Tinggi
Ha	58 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	153/92 mmhg	139/82 mmhg	146/87	Prehipertensi	14832	Tinggi
Ss	35 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	141/99 mmhg	137/95 mmhg	139/97	Prehipertensi	15276	Tinggi
Aw	33 Tahun	Laki- Laki	S2	Dosen	122/90 mmhg	113/81 mmhg	118/86	Prehipertensi	6727	Tinggi
Sw	58 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	115/82 mmhg	126/79 mmhg	120/80	Prehipertensi	7920	Tinggi
Ae	39 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	118/86 mmhg	111/77 mmhg	114/82	Prehipertensi	4320	Tinggi
Ya	55 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	115/77 mmhg	113/74 mmhg	114/76	Normal	1400	Sedang
Zd	58 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	127/80 mmhg	118/78 mmhg	122/79	Prehipertensi	6546	Tinggi
Ra	34 Tahun	Perempuan	D3	Tenaga Kependidikan	114/79 mmhg	107/77 mmhg	110/78	Normal	7704	Tinggi

Hi	39 Tahun	Laki- Laki	S1	Tenaga Kependidikan	118/83 mmhg	109/74 mmhg	114/78	Normal	3840	Tinggi
Ra	40 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	90/60 mmhg	92/62 mmhg	91/61	Normal	1866	Sedang
Ek	40 Thun	Laki- Laki	S2	Dosen	139/83 mmhg	112/76 mmhg	126/80	Prehipertensi	12.264	Tinggi
Si	56 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	117/70 mmhg	105/63 mmhg	111/66	Normal	8568	Tinggi
Ei	29 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	111/67 mmhg	106/65 mmhg	108/66	Normal	339	Ringan
Vm	53 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	154/94 mmhg	157/97 mmhg	156/96	Hipertensi Stadium I	777	Sedang
Gr	48 Tahun	Perempuan	S3	Dosen	118/69 mmhg	121/69 mmhg	120/69	Prehipertensi	1188	Sedang
Am	39 Tahun	Laki- Laki	S1	Tenaga Penunjang	108/75 mmhg	110/81 mmhg	109/78	Normal	12558	Tinggi
Rw	61 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Penunjang	152/85 mmhg	137/81 mmhg	144/83	Prehipertensi	2772	Sedang
Rf	39 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	138/87 mmhg	129/90 mmhg	134/88	Prehipertensi	1560	Sedang
Ao	32 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	115/73 mmhg	112/67 mmhg	114/70	Normal	546	Ringan
Cr	24 Tahun	Perempuan	D3	Tenaga Kependidikan	107/60 mmhg	109/64 mmhg	108/62	Normal	7944	Tinggi
Sp	33 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	119/75 mmhg	121/74 mmhg	120/74	Prehipertensi	24528	Tinggi
Fi	31 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	114/72 mmhg	113/70 mmhg	114/71	Normal	62742	Tinggi
An	55 Tahun	Perempuan	S3	Dosen	113/73 mmhg	112/69 mmhg	112/71	Normal	297	Ringan
Hr	57 Tahun	Laki- Laki	S3	Dosen	132/70 mmhg	119/71 mmhg	126/70	Prehipertensi	2673	Sedang
St	36 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	115/74 mmhg	110/76 mmhg	112/75	Normal	3360	Tinggi
Yg	39 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	121/76 mmhg	129/ 71 mmhg	125/74	Prehipertensi	1436	Sedang
Ak	66 Tahun	Perempuan	S2	Tenaga Penunjang	154/74 mmhg	158/72 mmhg	156/73	Hipertensi Stadium I	31356	Tinggi
Rp	34 Tahun	Perempuan	D3	Tenaga Penunjang	119/84 mmhg	120/86 mmhg	120/85	Prehipertensi	11340	Tinggi
Kp	27 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Penunjang	123/90 mmhg	119/86 mmhg	121/88	Prehipertensi	31650	Tinggi
Ag	58 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	167/98 mmhg	167/81 mmhg	167/90	Hipertensi Stadium I	38718	Tinggi

Rg	31 Tahun	Perempuan	D3	Tenaga Kependidikan	132/75 mmhg	125/80 mmhg	128/78	Prehipertensi	198	Ringan
Bi	42 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	145/81 mmhg	142/ 86 mmhg	144/84	Prehipertensi	1074	Sedang
St	32 Tahun	Laki- Laki	S1	Tenaga Kependidikan	134/90 mmhg	122/103 mmhg	128/96	Prehipertensi	678	Sedang
Yb	35 Tahun	Perempuan	S2	Tenaga Kependidikan	115/79 mmhg	120/80 mmhg	118/80	Prehipertensi	579	Ringan
Ag	23 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	148/92 mmhg	143/91 mmhg	146/92	Hipertensi Stadium 1	2325	Sedang
Am	46 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	110/82 mmhg	117/80 mmhg	114/81	Prehipertensi	933	Sedang
My	51 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	127/87 mmhg	141/85 mmhg	134/86	Prehipertensi	678	Sedang
Es	24 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	100/62 mmhg	100/62 mmhg	100/62	Normal	2358	Sedang
Mw	35 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Kependidikan	151/113 mmhg	141/101 mmhg	146/107	Hipertensi Stadium 1	5340	Tinggi
Ro	65 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	139/71 mmhg	126/ 70 mmhg	132/70	Prehipertensi	18396	Tinggi
Ag	56 Tahun	Perempuan	D3	Tenaga Penunjang	109/79 mmhg	115/82 mmhg	112/80	Prehipertensi	3546	Tinggi
Mp	62 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	108/68 mmhg	112/70 mmhg	110/69	Normal	1458	Sedang
Yp	40 Tahun	Laki- Laki	S1	Tenaga Kependidikan	128/87 mmhg	126/ 77 mmhg	127/82	Prehipertensi	558	Ringan
Fs	29 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	129/78 mmhg	126/ 75 mmhg	128/76	Prehipertensi	693	Sedang
Fk	45 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Kependidikan	102/75 mmhg	100/72 mmhg	101/74	Normal	9786	Tinggi
Ci	31 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	161/106 mmhg	167/108 mmhg	164/107	Hipertensi Stadium 2	8088	Tinggi
Fa	25 Tahun	Laki- Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	113/82 mmhg	110/78 mmhg	112/80	Prehipertensi	198	Ringan
Kl	47 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	129/71 mmhg	121/75 mmhg	125/73	Prehipertensi	12330	Tinggi

JK	35 Tahun	Laki-Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	101/64 mmhg	113/83 mmhg	107/74	Normal	7696	Tinggi
Bo	53 Tahun	Laki-Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	140/98 mmhg	139/95 mmhg	140/96	Hipertensi Stadium 1	3306	Tinggi
Da	26 Tahun	Laki-Laki	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	123/76 mmhg	119/74 mmhg	121/75	Prehipertensi	735	Sedang
Rs	46 Tahun	Perempuan	SMA/SMK	Tenaga Penunjang	120/85 mmhg	113/83 mmhg	116/84	Prehipertensi	35424	Tinggi
Ag	34 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Penunjang	114/69 mmhg	115/65 mmhg	114/67	Normal	2635	Sedang
Mp	32 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	123/77 mmhg	105/69 mmhg	114/73	Normal	826	Sedang
Ty	51 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Penunjang	153/84 mmhg	147/80 mmhg	150/82	Prehipertensi	18504	Tinggi
Yn	56 Tahun	Perempuan	S1	Tenaga Kependidikan	119/77 mmhg	120/75 mmhg	120/76	Prehipertensi	3360	Tinggi
Fr	39 Tahun	Perempuan	S3	Dosen	110/76 mmhg	106/78 mmhg	108/77	Normal	711	Sedang
Be	51 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	130/80 mmhg	120/73 mmHg	125/76	Prehipertensi	2472	Sedang
Ft	38 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	149/92 mmhg	150/95 mmhg	150/94	Hipertensi Stadium 1	7380	Tinggi
Dh	34 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	102/70 mmhg	102/71 mmhg	102/70	Normal	318	Ringan
Ik	33 Tahun	Perempuan	S2	Dosen	106/69 mmhg	101/74 mmhg	104/72	Normal	2994	Sedang

OUTPUT ANALISIS DATA PENELITIAN**umur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	dewasa muda	5	7,1	7,1	7,1
	dewasa	36	51,4	51,4	58,6
	dewasa paruh baya	27	38,6	38,6	97,1
	lansia	2	2,9	2,9	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	24	34,3	34,3	34,3
	perempuan	46	65,7	65,7	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Pendidikan_Terakhir

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sma /smk	27	38,6	38,6	38,6
	d3	5	7,1	7,1	45,7
	s1	18	25,7	25,7	71,4
	s2	16	22,9	22,9	94,3
	s3	4	5,7	5,7	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Jenis_Kepegawaian

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dosen	18	25,7	25,7	25,7
	Tendik	19	27,1	27,1	52,9
	Tenun	33	47,1	47,1	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Tekanan_darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	hiper 2	4	5,7	5,7	5,7
	hiper 1	11	15,7	15,7	21,4
	pre hiper	33	47,1	47,1	68,6
	normal	22	31,4	31,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Aktivitas_Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	8	11,4	11,4	11,4
	sedang	22	31,4	31,4	42,9
	tinggi	40	57,1	57,1	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Correlations

			Tekanan_darah	Aktivitas_Fisik
Spearman's rho	Tekanan_darah	Correlation Coefficient	1,000	-,159
		Sig. (2-tailed)	.	,189
		N	70	70
	Aktivitas_Fisik	Correlation Coefficient	-,159	1,000
		Sig. (2-tailed)	,189	.
		N	70	70

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktivitas_Fisik * Tekanan_darah	70	100,0%	0	0,0%	70	100,0%

Aktivitas_Fisik * Tekanan_darah Crosstabulation

			Tekanan_darah				
			hiper 2	hiper 1	pre hiper	normal	Total
Aktivitas_Fisik	ringan	Count	0	0	4	4	8
		% within Aktivitas_Fisik	0,0%	0,0%	50,0%	50,0%	100,0%
	sedang	Count	0	5	9	8	22
		% within Aktivitas_Fisik	0,0%	22,7%	40,9%	36,4%	100,0%
	tinggi	Count	4	6	20	10	40
		% within Aktivitas_Fisik	10,0%	15,0%	50,0%	25,0%	100,0%
Total	Count	4	11	33	22	70	
	% within Aktivitas_Fisik	5,7%	15,7%	47,1%	31,4%	100,0%	

NOTULENSI SEMINAR PROPOSAL


LEMBAR MASUKAN PENGUJI
SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI
Hari/Tanggal : Jumat, 14 November 2025

Jam : 14.30-16.00 WIB

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
1.	Dr. Ana Setiyorini, APP, M. Kes	- o> Judul belum konsisten, silahkan didetailkan (sistol, diastol atau dua-duanya) - o> Pada kata pengantar ada sistol diastol - o> Bukan bagan tapi gambar - o> Lampiran tidak ada halaman - o> Hati-hati dalam menggabungkan kalimat terutama data → cek di latar belakang Rinkedar. - o> Halaman 6 → pada kalimat 70 Pegawai Pasif. - bukan data tapi persepsi - tuliskan data tersebut dari siapa, hari apa, sebagai apa - o> Tujuan dilihat lagi disesuaikan analisa H_0 dan H_1 - o> Pertimbangkan hipotesa - o> Manfaat akademis & praktis - o> Klasifikasi hipertensi pada bagian referensi (menurut.) - o> Pada pengumpulan data belum dituliskan cara mengukur tekanan darah. - o> Cek hal 13 dobel - o> Berikan data pada penelitian sebelumnya & hari - o> Pada kerangka konsep - mediasi / mediator - pada --- ditabel bukan panah - tabel covonding & f. pengaruh di ---

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
		- o> Terdapat kekuatan antara hubungan ... dengan - o> Kategori sedang dan tinggi itu sama, sehingga < 3000 (lebih cermat lagi) - o> Pada definisi operasional bagian TD di cek kesesuaian lagi - o> Populasi : - tidak perlu kriteria inklusi eksklusif karena total sampling - data seluruh pekerja di STIKes dicantumkan (tendik, dosen dll) - o> Tuliskan di bab variasi ketenagakerjaan - o> Semua pegawai tanpa melihat jabatan - o> Populasi : pegawai STIKes Panti Rapih berjumlah ... - o> Halaman 29 - Kriteria disesuaikan masukan diatas - o> Pengumpulan data - Saya akan melakukan (hapus / sesuaikan) - o> Teknik instrumen pisah dengan cara menganalisis (jangan dicampur) - o> Analisa univariat belum ada sumber - o> Korelasi koefisien belum ada sumber - o> Informant Consent yang TTD responden bukan diketahui / mengetahui ----- - o> Sub judul dan sub di bab 1 lari semua, bab 2 juga - o> Daftar pustaka perhatikan spasi - o> Kuatkan lagi alasan / kaitan PTHS, institusi - o> Pada kepegawaian, dosen, tendik dibedakan karena aktivitasnya beda (silahkan dimunculkan) - o> Metodologi Penelitian : - Bedakan desain & pendekatan - Pendekatan : cross sectional - Teknik sampling (non random) - Pada hal 34 bagian dituliskan dalam proses kalibrasi jangan dikosongkan - Hipotesis dipahami (statistik & alternatif) bentuk 2 tapi pernyataan 4 - o> Pada bagian kerahasiaan silahkan dituliskan
2.	Dr. Ign. Gonggo Prihatmono, SKM, MPH	

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
3.	Scholastica Fina Aryu Purparari, Ns., M-Kep	- o> Validitas & reliabilitas instrumen dilihat lagi sudah benar / belum - o> Kategori ringan, sedang, berat dikuasai lagi. - o> Pelajari cara mengukur instrumennya terutama MBTnya - o> Interpretasi dan kalkulasi instrumen dipahami lagi - o> Menyamakan persepsi dengan asisten - notulen - dokumentasi > lampirkan dalam laporan - o> Pertegas kembali terkait responden - o> Titik-titik jangan lupa untuk diisi - o> Coding spearman Positif } belum tertulis di proposal negatif } - o> Jangan dibolak balik codingnya, paling jelek paling rendah - o> Rasio → tidak dikelompokkan ujiannya parametrik sehingga ganti ordinal saja - o> Pembimbing Sadikan responden / tidak (?) (pembimbing dan penguji tidak urah) Silahkan masukan ke kriteria inklusi dan eksklusif - o> Segera perbaiki dan konsultasi dan segera uji etik. - o> Uji etik belum tertulis di proposal.

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI

Tanda Tangan

Notulensi Patricia Tekla Eralana

Ketua Penguji Dr. Ana Setiyorini, APP, M.Kes

Penguji 1 Scholastica Fina Aryu Puspasari, Ns., M.Kep

Penguji 2 Dr. Ign. Gonggo Prihatmono, SKM, MPH






PELAKSANAAN KEGIATAN PENELITIAN

No	Kegiatan Penelitian	Bulan																								
		Sept 2025				Okto 2025				Nov 2025				Des 2025				Jan 2026					Feb 2026			
1.	Bimbingan penyusunan proposal penelitian	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
2.	Pendaftaran Seminar Proposal																									
3.	Seminar Proposal																									
4.	Revisi seminar proposal																									
5.	Uji etik penelitian																									
6.	Pengumpulan data penelitian																									
7.	Bimbingan penyusunan laporan tugas akhir (skripsi)																									
8.	Pendaftaran ujian sidang akhir skripsi																									
9.	Sidang akhir skripsi																									
10.	Revisi laporan akhir skripsi																									

BUKTI KONSULTASI PEMBIMBING

01/02/26, 23.02

Rekap Percakapan Bimbingan



STIKES PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jl. Tantular No.401, Pringwulung, Condongcatur, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281
 Website : www.stikespantirapih.ac.id / e-Mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id (mailto:stikespr@stikespantirapih.ac.id) / Telepon : 0274 518977

REKAP PERCAKAPAN BIMBINGAN

Judul Proposal : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Pegawai Stikes Panti Rapih Yogyakarta

Sesi / Bahasan : ke-1 / Bimbingan Bab 3 dan pertemuan pertama

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Pembimbing
Selasa, 7 Oktober 2025, 09:56:32
file proposal dimanakah, sudah dunggah disdevima mhn info
Mahasiswa
Kamis, 9 Oktober 2025, 08:10:53
mohon izin bapak, untuk dokumen sudah saya lampirkan disevima, juga sudah saya kirimkan melalui whatsapp pribadi. Terimakasih bapak

Sesi / Bahasan : ke-1 / Bimbingan pertama : konsultasi bab 1 dan 2

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 201350002 - SCHOLASTICA FINAARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Tidak ada data percakapan

Sesi / Bahasan : ke-2 / Konsultasi bab 1 dan 2 setelah dilakukan studi pendahuluan

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 201350002 - SCHOLASTICA FINAARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Pembimbing
Selasa, 21 Oktober 2025, 13:43:28
Komen Bab 1 ya Len..

Sesi / Bahasan : ke-2 / bimbingan setelah revisi dan setelah melakukan studi pendahuluan

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Rabu, 22 Oktober 2025, 21:39:17
perbaiki sesuai dengan catatn hasilkonsultasi offline

Sesi / Bahasan : ke-3 / Konsultasi setelah revisi, dan memohon izin serta arahan untuk melakukan pendaftaran sempro

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Senin, 17 November 2025, 12:52:36
perbaiki sesuai masukan dan siapkan diri untuk ujian proposal

Sesi / Bahasan : ke-3 / konsultasi setelah revisi bab 1

Ditak oleh: Elisabeth Leuni Bernawati, pada 01 Februari 2026 23:02:31 WIB | simpariku.stikespantirapih.ac.id/siakad/list_bimbinganajukonsultasi/printall/834

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati
Pembimbing : 201350002 - SCHOLASTICA FINA ARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Rabu, 29 Oktober 2025, 10:45:51

bab 2 : tambahkan penelitian lain yg melihat aktivitas - TD

kerangka teori : TD bukan saat melakukan aktivitas tp steady blood pressure krn aktivitas fisik yg baik. Faktor lain dimasukkan dalam kerangka K. konsep ; faktor yg pengaruhi aktivitas di tarik garis, dan TD melibatkan sistole diastole

Sesi / Bahasan : ke-4 / Konsultasi bab 2 setelah revisi, dan memohon izin serta arahan untuk melakukan pendaftaran sempro

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati
Pembimbing : 201350002 - SCHOLASTICA FINA ARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Rabu, 5 November 2025, 14:39:22

K. Konsep : TD S dan TD D dijadikan 2 kolom terpisah ya

Rabu, 5 November 2025, 14:39:54

Instrumen yg GPAQ sdh didapatkan hasil uji vali reli yg versi Ind?

Mahasiswa

Rabu, 5 November 2025, 15:11:21

Untuk kuisioner kmarin saya dapat dari peneliti terdahulu ibu, yng versi indo sudah ada. Apakah perlu saya kirimkan hasilnya juga njih?

Sesi / Bahasan : ke-4 / selamat siang bapak, mohon maaf mengganggu waktunya.mohon izin mengirimkan revisian proposal penelitian setelah diberikan masukan pada sidang proposal. mohon untuk diberikan feedback njih bapak. terimakasih

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati
Pembimbing : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Pembimbing

Senin, 1 Desember 2025, 13:59:24

OK,segera urus uji etik dan izin peneltian

Sesi / Bahasan : ke-5 / pengumpulan revisian terkait kerangka konsep dan meminta izin untuk melakukan pendaftaran sempro diperiode 2

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati
Pembimbing : 201350002 - SCHOLASTICA FINA ARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Tidak ada data percakapan

Sesi / Bahasan : ke-6 / selamat siang ibu, mohon maaf mengganggu waktunya.mohon izin mengirimkan revisian proposal penelitian setelah diberikan masukan pada sidang proposal. mohon untuk diberikan feedback njih ibu. terimakasih

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati
Pembimbing : 201350002 - SCHOLASTICA FINA ARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Tidak ada data percakapan



STIKES PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jl. Tantular No.401, Pringwulung, Condongcatur, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281
 Website : www.stikespantirapih.ac.id / e-Mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id (mailto:stikespr@stikespantirapih.ac.id) / Telepon : 0274 518977

REKAP PERCAKAPAN BIMBINGAN

Judul Proposal : HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TEKANAN DARAH PADA PEGAWAI STIKES PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Sesi / Bahasan : ke-5 / selamat siang pak gonggo, mohon maaf mengganggu waktunya. mohon izin melakukan konsultasi terkait data penelitian dan analisa data. Terimakasih

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Pembimbing
Kamis, 29 Januari 2026, 13:10:04
perbaiki sesuai hasil diskusi bimbingan offline

Sesi / Bahasan : ke-6 / selamat siang pak gonngo, mohon maaf mengganggu waktunya. mohon izin melakukan konsultasi terkait analisa data. Terimakasih

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Kamis, 29 Januari 2026, 13:10:40
perbaiki sesuai hasil bimbingan offline

Sesi / Bahasan : ke-7 / selamat siang pak gonggo. mohon maaf mengganggu waktunya, mohon izin mengirimkan hasil revisian. terimakasih bapak

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Kamis, 29 Januari 2026, 13:11:21
perbaiki sesuai hasil diskusi bimbingan offline

Sesi / Bahasan : ke-7 / selamat siang ibu, mohon maaf mengganggu waktunya. mohon izin mengirimkan hasil analisa data dan pembahasan njih ibu. mohon diberikan masukan dan feedback, terimakasih ibu

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 201350002 - SCHOLASTICA FINA ARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Tidak ada data percakapan

Sesi / Bahasan : ke-8 / selamat pagi pak gonggo, mohon maaf mengganggu waktunya. mohon izin mengirimkan laporan hasil penelitian saya. mohon maaf bapak baru mengirim hari ini, karena tadi malam saya terdapat kendala disimpari. terimakasih

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati **Pembimbing** : 199450003 - IGNATIUS GONGGO PRIHATMONO, S.KM.,M.P.H.

Kamis, 29 Januari 2026, 13:08:51
perbaiki sseuai hasil diskusi bimbingan Acc Silahkan mendaftar ujian seminar hasil

Sesi / Bahasan : ke-8 / selamat pagi ibu. mohon izin mengirimkan file laporan penelitian, terimakasih ibu

01/02/26, 23.03

Rekap Percakapan Bimbingan

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati
Pembimbing : 201350002 - SCHOLASTICA FINA ARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Tidak ada data percakapan

Sesi / Bahasan : ke-9 / selamat siang ibu, mohon izin mengirimkan hasil revisian bab 4. terimakasih ibu

Mahasiswa : 202223014 - Elisabeth Leuni Bernawati
Pembimbing : 201350002 - SCHOLASTICA FINA ARYU PUSPASARI, Ns.,M.Kep.

Selasa, 27 Januari 2026, 14:34:56
laporan sdh diperbaiki sesuai masukan

Selasa, 27 Januari 2026, 14:44:22
tambahkan pembahasan sedentary life

Selasa, 27 Januari 2026, 14:44:33
masuk simpulan dan saran

NOTULENSI SEMINAR HASIL



LEMBAR MASUKAN PENGUJI
UJIAN SIDANG AKHIR SKRIPSI

Hari/Tanggal : Rabu, 4 Februari 2026
Jam : 08.00 – 09.30 WIB

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
1.	Dr. Ana Setyotini, App.M.Kes	1. Ppt masih menggunakan template yang lama 2. Halaman 2 (romawi) masih bertuliskan proposal 3. Halaman Pengesahan nama dosen dalam 1 baris jangan 2 baris 4. Bahasa Inggris dicetak miring 5. Intrasi dapus, diberi tahun 6. Intrasi, hasil Penelitian belum ada angka (hasil masuk dalam Intrasi) 7. Semua kata Proposal dihilangkan 8. Kata Pengantar tangan langsung nama tapi menggunakan Bapak / Ibu 9. Dapus tidak ada halamannya 10. Isi Daftar tabel, daftar isi, daftar gambar diberikan halaman 11. Pemaparan (halaman 5) itu sumber dari mana? Wawancara dan siapa, kapan 12. Manfaat : (Bagi peneliti selanjutnya) siapa yang dimaksud populasi lain, dijelaskan 13. Halaman 8, wawancara dengan bu wulan yg benar dosen / pendik (ditambah)

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
		14. Halaman 8 (jenis kepegawaran) yang milik RPP itu diuliskan dimana (ditambahkan krn berbeda setiap institusi) 15. Hal 11, konsep dasar kategori belum ada mmHg 16. Hal 12, Penulisan sitasi bu fma seharusnya yang dilalam kurung tahunya 17. Hal 21, dicermati konsep memahar apa, seharusnya masuk ke materi tekanan darah 18. Halaman 23, Jelaskan hubungan Penelitian Cahyani dengan penelitiannya 19. Dari sekian banyak penelitian yg digunakan berapa? yang bertdaat belakang berapa? Untuk melihat tidak belakang, melihat kerangka konsep 20. Faktor Confounding yang tidak diteliti apa yg bisa diteliti? 21. Tidak memahar umur & jk kan bisa dimasukkan saran 22. Kerangka konsep ditambah Kotak, titik², dan panah 23. Bab 3 Bahasa asng belum dicetak miring 24. Populasi 98 (kenapa ada kriteria Subyekttt) jangan dimasukkan 25. Kriteria Inklusi, yg ketenagaan yg blm ada, bisa dimasukkan ke Kriteria Inklusi

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
		26. Catpam, Outsourcing dimasukkan Kriteria Inklusi dan Aktivitas tipe berbeda 27. Hal 33, 1) ke masuk ke pelaksanaan 28. Kapan melakukan penjelasan kepada responden. 29. Hal 53 (c, d) sebelum c dituliskan mengenai Penjelasan responden 30. Hal 36 . 5.1.2.2 (Seharusnya Pengukur bukan pengu ukuran) 31. 37 satuan mmHg belum ada 32. 39 Nitratnya 2 kali 33. Interpretasi sumber dari mana? belum ada sumber 34. Hal 44, ketika menulis % dikurung (%) dibawahnya tinggal angka saja 35. Pemaparan tabel dipilih salah satu & saja 36. Karakteristik dijadikan 1 saja jangan sendiri - sendiri 37. Halaman 47, berdasarkan tingkat Pendidikan bukan Pendidikan. 38. Crosstabnya blm ada (gapapa) 39. Signifikan / tidak sig nya berapa (p Value brapa?) yang benar 0,009 / 0,189? Seharusnya 0,189 nanti di cek lagi, 40. Perbaiki bab 4 (p value) 41. total responden 80, tapi keterbatasan 70, yang 10 kemana? karna apa?

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
2.	Dr. Isn. Gonggo Prihatmono, SKM, MPH	42. 70 → tidak ditulis dipopulasi tapi di keterbatasan 43. Kesimpulan & saran terbaik 44. Proses pengambilan data yang mana paling sulit yg mana? Kenapa? ditulis dalam keterbatasan. 45. Dapat diberikan doi (insentif) 1. Responden masuk kategori aktivitas tinggi, kenapa hasilnya seperti itu? 2. Aktivitas fisik & dosen dimasukkan kedalam tekanan darah pembahasan 3. Kenapa membuat kategori hipertensi seperti itu, nah pre hipertensi itu masuknya dimana? 4. Perlu ditambahkan edukasi / saran terbaik responden yang masuk kedalam kategori pre hipertensi (dimasukkan ke saran) 5. Ada banyak faktor yg blm diukur 6. Kalau menunjukkan korelasi sangat lemah itu yang seperti apa? Hipotesisnya bunyinya gimana? 7. 0.2 Kenapa dikategorikan sangat rendah? itu pedoman siapa? rentangnya apa saja? 8. P Value → digunakan dengan selain hal yang anda tulis itu apa? 9. Kelemahan itu apa? (metodologi) 10. Keterbatasan itu apa? (teknis) 11. Selain frekuensi, yang mempengaruhi tekanan darah itu apa? 12. Kelemahan tidak hanya frekuensi tapi karna porsi, dll 13. Sebelum hasil & pembahasan certakan kendala total responden

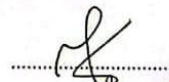
NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
3.	Scholastica Fina Aryu Puspasari, Ns., M.Kep	14. Ada kendala psikologi tidak? 15. Saran (gaya hidup) masih terlalu luas, bisa di kurangi yang real & operasional 16. Perilaku sendirian di jelaskan ke responden 17. Variabel bisa ditambahkan agar bisa jadi bermanfaat 1. Penelitian ini bermanfaat (tidak untuk peneliti, tempat penelitian, kesehatan, aktivitas berat itu seperti apa 2. Kalau sudah ada yg hipertensi terus di rumah aktivitas berat apakah tidak berbahaya? 3. Ura → Ura - 220 * Org normal 4. Saran yang realistic 5. Apa data yang menarik? data yang menonjol? 6. Awalnya mau riset sendiri drasil sendiri, ternyata sepatutnya digabung kenapa?

Tanda Tangan

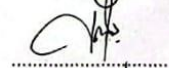
Notulensi Maria Vianney Pramudita Pramesti



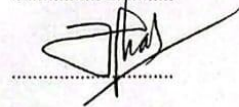
Ketua Penguji Dr. Ana Setiyorini, APP, M.Kes



Penguji 1 Scholastica Fina Aryu Puspasari, Ns., M.Kep



Penguji 2 Dr. Ign. Gonggo Prihatmono, SKM, MPH



HASIL UJI TURNITIN

Elisabeth Leuni_Laporan Penelitian_turnitin.docx

ORIGINALITY REPORT

1 %	3 %	2 %	1 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	1 %
2	Jesyca Isabel Anggraini, Atik Sri Wulandari, Diana Tri Ratnasari, Puput Ayu Novitasari, Tri Anisa Istiqomah. "Diet and Stress Patterns Linked to Blood Pressure in Young Adult Students", Academia Open, 2025 Publication	1 %

Exclude quotes	Off	Exclude matches	< 1%
Exclude bibliography	Off		