

## DAFTAR PUSTAKA

- Aesthetica Islamy, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat III. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 13–18.
- Amany, F. Z., Ampera, D., Emilia, E., Mutiara, E., & Juliarti. (2022). Hubungan Status Gizi Dan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Dengan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di SMP SWASTA AL-AZHAR Medan. *Sport and Nutrition Journal*, 15-23.
- Anggraini, F. D., Aprianti, Setyawati, V. A., & Hartanto, A. A. (2022). Pembelajaran Statistika Menggunakan Software SPSS untuk Uji Validitas dan Reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6, 6491-6504.
- Apriyani, M.T.P., Fatmayanti, A., Suardi, A., Siringoringo, H.E., Aspar, H., Rasyida, Z.M., Hasanah, I.N., & Mildawati, R. (2022). Keterampilan Dasar Kebidanan: Teori dan Praktek. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Rena, A. (2021). Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21.
- Cindy Mutia Annur. (2023, February 16). Perempuan Lebih Sering Konsumsi Makanan Cepat Saji Ketimbang Laki-laki. Katadata.co.id; Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/02/16/perempuan-lebih-sering-konsumsi-makanan-cepat-saji-ketimbang-laki-laki>.
- Critchley, H. O., Maybin, J. A., Armstrong, G. M., and Williams, A. R. . (2020). Physiology of the Endometrium and Regulation of Menstruation. *The American Physiological Society*, 100, 1149–1179
- Deviliawati, A. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 111-120.
- Duli, N. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif : Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS. Yogyakarta: CV. Budi Utama.
- Elza A, N., (2020) Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Model Man 2 Kota Madiun, *Skripsi*, Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia, Madiun.
- Faddilah K.A, A. N., & Puspitasari, D. I. (2023). Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* Dan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswawi

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, 1, 25-34.

Fadjriyaty, T., & Samaria, D. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Dismenorea Di Masa Pandemi COVID-19 . *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 208-218.

Farhani, N., dan Pratiwi, V, N., Pengembangan dan Pengujian Validitas Food Frequency Questionnaire untuk Menganalisis Asupan Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro pada Balita di Kecamatan Wonocolo Kota Surabaya: Pilot Project, 31 Januari 2019.

Fatmayanti, A. (2022). Kesehatan Reproduksi Wanita. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.

Juliana, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2019). Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haird Pada Remaja Di SMAN 1 Manado. *ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 7, 1-8.

Jumala, Nirwani. (2021). Bimbingan Konseling Islami: Memahami Drama Kehidupan Remaja. Surabaya: Cipta Media Nusantara.

Juwarsih, N., (2022). Analisis Faktor-faktor Yang Behubungan Dengan Perilaku Tidak Aman Pada Pekerja Di PT XYZ Tahun 2022, *Skripsi*, Prodi D IV Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Universitas Binawan. Jakarta.

Kartini, D, S, C., Jajat., Ruhayati, Y., Sultoni, K., Suherman, A., Damayanti, I., Rahayu, N, I., (2023) Implementasi Metode *Machine Learning* Untuk Mengklasifikasi Aktivitas Fisik Pada Remaja Berbasis Data Kuesioner. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga*, 7.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Kementerian kesehatan RI. <https://doi.org/10.12688/f1000research.46544.1>

Kristoyowati, R., (2019) Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* Dan Aktivitas Fisik Dengan Statu Gizi Pada Siswa Kelas 4 Dan 5 Di SDN Balong Dowo Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo, *Thesis*, Universitas Muhammadiyah Gresik.

Kurniawan. (2020). The Relationship between Stress Levels and Blood Pressure in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus (DMT2) at Karsa Husada General Hospital, Batu City. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Kusumawati, D., Indanah, Faridah, U., & Ardiyati, R. A. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Siswi MA Ma'ahid Kudus. *Proceeding of The URECOL*, 924–927.
- Kusumadewi, S., & Wahyuningsih, H. (2020). Model Sistem Pendukung Keputusan Kelompok untuk Penilaian Gangguan Depresi, Kecemasan dan Stress Berdasarkan DASS-42. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 7(2), 219. <https://doi.org/10.25126/jtiik.2020721052>
- Kusumo, M. P. (2020). *BUKU PEMANTAUAN AKTIVITAS FISIK*. Jl. Patukan Gamping Tengah, Ambarketawang, Gamping, Sleman,: The Journal Publishing.
- Manangkabo, P., Kairupan, B. H. R., & Manampiring, A. E. 2021. Citra Tubuh, Pengetahuan, Sikap Dan Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Pada Masa Pandemi Corona Virus Disease 2019. *Sam Ratulangi Journal Of Public Health*, 2(1),007. <https://doi.org/10.35801/Srjoph.V2i1.34046>
- Mulyani, E., Diani O. H., & Rizka E. S. (2020). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita. Malang: Literasi Nusantara
- Nadia Farhani, S.T.P., M.Sc, Viera Nu'riza Pratiwi, S.TP., M. S. (2019). Pengembangan dan Pengujian Validitas Food Frequency Questionnaire untuk Menganalisis Asupan Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro pada Balita di Kecamatan Wonocolo Kota Surabaya: Pilot Project. (January).
- Nainggolan, O., Indrawati, L. and Pradono, J. (2019) 'Kebugaran Jasmani menurut instrument GPAQ dibandingkan dengan VO2max pada wanita umur 25 sampai 54 tahun', *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(4), pp. 271–280.
- Nathalia, V. (2019). Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Stit Diniyyah Puteri kota Padang Panjang. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmu*, XIII(5), 124.
- Naurhidayat, A. (2021). Hubungan Kejenuhan Belajar dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Tingkat Dua Selama Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid di Stikes Medistra Indonesia Tahun 2021. *Departemen Medik Ilmu Kesehatan Jiwa*, 1–83.
- Nisa, H. *et al.*, (2020) 'Konsumsi Makanan Cepat Saji, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Remaja di Kota Tangerang Selatan', *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 31(1), pp. 63–74.
- Nurfadilah, H., Muhdar, I. N., & Dhanny, D. R. (2022). Aktivitas Fisik Dan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Fikes Uhamka. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 9-17.

- Nursalam. (2021). Metodologi penelitian ilmu keperawatan: pendekatan praktis Edisi 4. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Palupi, M., Hamidah, N., Anggraeni, E., Budiman, F, A., (2022) Hubungan Pola Konsumsi Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Akademi Gizi Karya Husada Kediri. SPIKesNas : Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional, 311-320.
- Permatasari, D., Suyami, & Tyas, N. R. (2021). ubungan Tingkat Stres dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Dukuh Ngawinan-Tegalsari, Jurangjero, Karanganom, Klaten. *University Research Colloquium*, 857-863.
- Prawirohardjo, S., 2020. Ilmu Kebidanan, 4th ed. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Prayuni Ed, Imandiri A, Adianti M. Therapy For Irregular Menstruation With Acupuncture And Herbal Pegagan (Centella Asiatica (L.)). J Vocat Heal Study. 2019
- Priyoto. 2019. Konsep Manajemen Stress. Kedua. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ramadhan, A, F., (2022) Hubungan Antara Pemberian Vaksin Covid-19 Dengan Pola Menstruasi Pada Dokter Muda Di Rumah Sakit Abdul Moeloek, *skripsi*, Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Lampung, Lampung.
- Rahma, B (2021) Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* Dan Stress Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sman 12 Kota Bekasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 2(4).
- Rahman, D., Padli, Edmizal, E., Haryanto, J., & Tika, D. Y. (2023). Aktifitas fisik mahasiswa pada masa new normal. *Jurnal Patriot*, 75-82.
- Rahmawati, A., Nurdianti, R., & Srimulyati, P. (2022). Stres Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMK Bhakti Kencana Kota Tasikmalaya. *Healthcare Nursing Journal*, 291-295.
- Riyanto, A. (2022). Aktifitas Fisik Remaja Sebagai Upaya Peningkatan kebugaran pada masa pandemi covid-19 Youth physical activity as an effort Improved fitness during the covid-19 pandemic. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 3(2), 86-92
- Riyanto, S., & Haimawan, A. A. (2020). Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan Dan Eksperimen. Deepublish Publisher.  
<https://books.google.co.id/books?id=W2vXDwAAQBAJ>

- Sandi, W. (2021). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Mitra Indonesia Tahun 2020. *JIKMI (Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Indonesia)*, 2(2).
- Salianto, Zebua, C. F., Suherry, K., & Halijah, S. (2022). Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Studi Literature. *Scientific Periodical of Public Health and Coastal Health*, 67-81.
- Sari, L., Putri, M. E., & Kurniati, S. R. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi S1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang. *Jurnal Excellent*, 2, 41-48.
- Sari, N, K., (2019) Tingkat Konsumsi Buah Dan Sayur Dan Status Gizi Remaja SMP Negeri 3 Tabanan . *Skripsi*, Jurusan Gizi Prodi D III. Denpasar.
- Sari, R. M., (2022) Hubungan Konsumsi *Fast Food* Dan Aktivitas Fisik Dengan Gangguan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Hasanuddin Selama Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*, Program Studi Ilmu Gizi Universitas Hasanuddin, Makassar.
- Senjaya, S., Sriati, A., Maulana, I., & Kurniawan. (2022). Dukungan Keluarga Pada Odha Yang sudah Open Status Di Kabupaten Garut. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1003-1010.
- Siki, Y. (2019) Gambaran Konsumsi Makanan Siap Saji (*Fast Food*) Pada Anak Sekolah Dasar Yang Mengalami Overweight dan Obesitas Di SD Muhammadiyah 2 Kota Kupang. *Skripsi*, Poltekkes Kemenkes Kupang.
- Silalahi, V. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiwi Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 1-10.
- Sirajuddin, Surmita and Astuti, T. (2018) Survei Konsumsi Pangan. Jakarta: Kementerian Kesehatan, Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia, Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Sopha, D. M., & Haeriyah, S. (2021). Hubungan Tingkat Stress dan Status Gizi dengan Ketidakteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Smk Kesehatan Utama Insani. *Nusantara Hasana Journal*, 1(2), 1-7
- Sugiyono (2019) Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Suherman, A, R., (2019), Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Sukaresmi, *Skripsi*, Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada, Bandung.

- Sulistya, I., Hapsari, A., dan Wardani, H. E. (2023). Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik Dan Konsumsi Junk Food Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kota Malang. *Jurnal Medika Nusantara*, 1, 436-477.
- Suprapti, E., Adriana, V., Kurnyata, M, R, K., & Yusfira, Y. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Desa Balangtaroang Kabupaten Bulukumba. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 222-234.
- Ulfa, R. (2021). Variabel Penelitian Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Keislaman* , 342-351.
- Wahyuni, Y., dan Dewi, R. (2018). Gangguan siklus menstruasi kaitannya dengan asupan zat gizi pada remaja vegetarian. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 76–8
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., McIntyre, R. S., Choo, F. N., Tran, B., Ho, R., Sharma, V. K., & Ho, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87(April), 40–48.
- Wanggy, D. M., Ulfiana, E., & Suparmi. (2022). Hubungan Antara Status Gizi, Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi. *Indonesian Journal of Midwifery(IJM)*, 90-101.
- Wardani, S. P. D. K. (2022). Kesehatan Reproduksi Ibu dan Anak. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Waroka, L., (2021), Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi, *Skripsi*, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi, Jember
- Wijayanti, R. (2022). Aktivitas Fisik Dan Kecemasan Dengan Gangguan Menstruasi Pada Mahasiswi. *Jurnal JKFT*, 7, 82-87.
- Yulistari N., (2022) Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Mahasiswa Semester 6 Prodi D 3 TLM Di ITS Kes ICMe Jombang, *Disertasi*, Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendikia Medika, Jombang.
- Yuni, P., & Ari, M. (2020). Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik Dan Kecemasan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*. Bandung

Zakiah, K. N. (2019). Hubungan Gegar Budaya Dengan Stres Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Di Universitas Jember.





**LAMPIRAN**



Lampiran 1 Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi

**Lembar Konsultasi/Bimbingan Skripsi**

Nama : Rita Dwi Yunianti

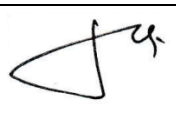
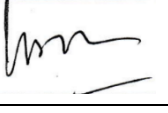
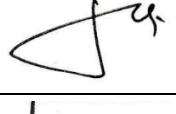
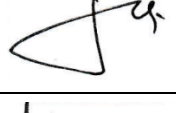
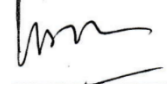
NPM : 204201516005

Program Studi : Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik Dan Konsumsi  
*Fast Food* Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi  
Keperawatan Universitas Nasional Jakarta

Dosen Pembimbing I : dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.

Dosen Pembimbing II : Ns. Susanti Widiastuti, S.Kep,M.Kep.

| No | Hari/Tanggal            | Materi Konsultasi                 | Pembimbing                           | Tanda Tangan Pembimbing   |
|----|-------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|---|
| 1. | Senin, 16 Oktober 2023  | Pengajuan Judul skripsi           | dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.        |  |
| 2. | Rabu, 1 November 2023   | Pengajuan Judul Skripsi           | Ns. Susanti Widiastuti, S.Kep,M.Kep. |  |
| 3. | Selasa, 24 Oktober 2023 | Konsultasi Bab 1                  | dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.        |  |
| 4. | Rabu, 1 November 2023   | Konsultasi Bab 1-2                | Ns. Susanti Widiastuti, S.Kep,M.Kep. |  |
| 5. | Jum'at, 3 November 2023 | Revisi Bab 1 & Konsultasi Bab 2   | dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.        |  |
| 6. | Senin, 13 November 2023 | Revisi Bab 1-2 & Konsultasi Bab 3 | Ns. Susanti Widiastuti, S.Kep,M.Kep. |  |
| 7. | Kamis, 16 November 2023 | Revisi Bab 1-2 & Konsultasi Bab 3 | dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.        |  |

|     |                            |                                     |   |   |
|-----|----------------------------|-------------------------------------|---|---|
| 8.  | Rabu, 29<br>November 2023  | Revisi Bab 3 & Acc<br>Penelitian    | Ns. Susanti Widiastuti,<br>S.Kep,M.Kep. |    |
| 9.  | Selasa, 5<br>Desember 2023 | Revisi Bab 3 & Acc<br>Penelitian    | dr. Cholisah Suralaga,<br>M.Kes.        |    |
| 10. | Selasa, 2 Januari<br>2024  | Konsultasi Bab 4                    | dr. Cholisah Suralaga,<br>M.Kes.        |    |
| 11. | Kamis, 4 Januari<br>2024   | Konsultasi Bab 4-5                  | Ns. Susanti Widiastuti,<br>S.Kep,M.Kep. |    |
| 12. | Senin, 8 Januari<br>2024   | Revisi Bab 4-5                      | Ns. Susanti Widiastuti,<br>S.Kep,M.Kep. |    |
| 13. | Kamis, 11 Januari<br>2024  | Revisi Bab 4-5,<br>Arahan publikasi | dr. Cholisah Suralaga,<br>M.Kes.        |    |
| 14. | Rabu, 24 Januari<br>2024   | Acc Sidang                          | dr. Cholisah Suralaga,<br>M.Kes.        |    |
| 15. | Rabu, 24 Januari<br>2024   | Acc Sidang                          | Ns. Susanti Widiastuti,<br>S.Kep,M.Kep. |  |



Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Dari Fakultas



**UNIVERSITAS NASIONAL**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Harsono RM No. 1 Ragunan, Jakarta Selatan 12550, Telp. 27870882  
Website: [www.unas.ac.id](http://www.unas.ac.id); Email: [fikes@civitas.unas.ac.id](mailto:fikes@civitas.unas.ac.id)

Jakarta, 06 November 2023

Nomor : 617/D/SP/FIKES/XI/2023  
Lampiran : -  
Perihal : **Izin Penelitian dan Pengambilan Data**

KepadaYth : Kepala Tata Usaha Fakultas Ilmu Kesehatan  
Jl. Harsono RM No.1, RT.5 RW.4, Ragunan,  
Ps. Minggu, Kota Jakarta Selatan, Daerah  
Khusus Ibukota Jakarta 12550

Dengan hormat,

Pimpinan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Rita Dwi Yuniarti  
NPM : 204201516005  
Program Studi : Keperawatan  
No. Telepon/HP : 085723701813

Mahasiswa tersebut bermaksud melakukan penelitian dan pengambilan data yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul : **Hubungan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik Dan Konsumsi Fast Food Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Nasional Jakarta**. Adapun sebagai pembimbing skripsi mahasiswa tersebut,yaitu :

Pembimbing 1 : dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.  
Pembimbing 2 : Ns. Susanti Widiastuti, S.Kep., M.Kep.

Sehubungan dengan hal tersebut mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan bantuan.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Dekan,  
  
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian Dari Instansi Penelitian



**UNIVERSITAS NASIONAL**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Harsono RM No. 1 Ragunan, Jakarta Selatan 12550, Telp. 27870882  
Website: [www.unas.ac.id](http://www.unas.ac.id); Email: [fikes@civitas.unas.ac.id](mailto:fikes@civitas.unas.ac.id)

Jakarta, 07 November 2023

Nomor : 006/TU-FIKES/XI/2023  
Lampiran : -  
Perihal : **Balasan Izin Penelitian dan Pengambilan Data**

Kepada Sdri : Rita Dwi Yunianti  
Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
di -  
Tempat.

Menanggapi surat dari Pimpinan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Nomor : 617/S/SP/FIKES/XI/2023 tertanggal 06 November 2023 perihal permohonan izin penelitian dan pengambilan data, dengan ini disampaikan bahwa kami memberikan izin kepada :

Nama : Rita Dwi Yunianti  
NPM : 204201516005  
Program Studi : Keperawatan

Untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan data dalam rangka penulisan skripsi dengan judul : **Hubungan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Nasional Jakarta**, dengan pembimbing skripsi, yaitu :

Pembimbing 1 : dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.  
Pembimbing 2 : Ns. Susanti Widiastuti, S.Kep., M.Kep.

Demikian surat ini disampaikan dan untuk dapat dilaksanakan dengan sebaik-baiknya.

Kepala TU FIKES,  
  
Sarwanta, SE.



Lampiran 4 Informed Consent

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**  
*(Informed Consent)*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :  
Jenis kelamin :  
Usia :  
Angkatan :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Rita Dwi Yunianti  
NPM : 204201516005  
Judul Penelitian : Hubungan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik Dan Konsumsi *Fast Food* Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Nasional Jakarta

Saya mohon kesediaan teman-teman untuk meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner dibawah ini dengan teliti, jujur, benar, dan sesuai dengan apa yang sedang dialami saat ini. Semua informasi yang diberikan akan dijamin KERAHASIAAN dan hanya digunakan untuk kepentingan akademis. Terimakasih atas dukungan dan partisipasi teman-teman dalam pengisian kuesioner penelitian ini. Salam sehat untuk teman-teman semua.

Penulis (Responden)  
  
(Rita Dwi Yunianti) (.....)



Lampiran 5 instrumen Penelitian

**Kuesioner 1 Siklus Menstruasi**

| No. | Pertanyaan                                     | Normal | Tidak Normal |
|-----|--|--------|--------------|
| 1.  | Siklus menstruasi anda selama 3 bulan terakhir |        |              |

**Kuesioner 2 Tingkat Stres**



| No  | Soal   | Selalu<br>3 | Sering<br>2 | Kadang-kadang<br>1 | Tidak Pernah<br>0 |
|-----|--|-------------|-------------|--------------------|-------------------|
| 1.  | Saya sering menjadi marah tentang hal-hal kecil.   |             |             |                    |                   |
| 2.  | Saya cenderung lebih sensitif terhadap situasi tertentu                                    |             |             |                    |                   |
| 3.  | Saya merasa sulit beristirahat dan melepas lelah.  |             |             |                    |                   |
| 4.  | Saya mudah kesal   |             |             |                    |                   |
| 5.  | Kekhawatiran saya membuat saya merasa seperti saya menyalakan banyak energi.               |             |             |                    |                   |
| 6.  | Ketika ada penundaan, antrian panjang atau kemacetan lalu lintas, saya merasa tidak sabar. |             |             |                    |                   |
| 7.  | Saya cenderung tersinggung.  |             |             |                    |                   |
| 8.  | Saya sulit bersantai.  |             |             |                    |                   |
| 9.  | Saya mudah emosi.  |             |             |                    |                   |
| 10. | Sulit bagi saya untuk tetap tenang setelah mengalami gangguan.                             |             |             |                    |                   |
| 11. | Saya mengalami kesulitan menghadapi gangguan terhadap apa yang saya lakukan.               |             |             |                    |                   |
| 12. | Saya berada pada keadaan tenang.   |             |             |                    |                   |
| 13. | Sulit untuk menerima segala kendala yang muncul ketika mencoba menyelesaikan suatu tugas.  |             |             |                    |                   |
| 14. | Saya mudah gelisah.  |             |             |                    |                   |

### Kuesioner 3 Aktivitas Fisik

#### *IPAQ*

#### *(International Physical Activity Questionnaire)*

Beri tanda centang (✓) pada kotak yang sesuai dan tuliskan jawaban Anda sesuai dengan keadaan sebenarnya. Tidak ada jawaban benar atau salah, jadi silahkan isi jawaban yang terlintas di pikiran terlebih dahulu. Dalam survei, jawablah semua pertanyaan dan pernyataan secara berurutan.

1. Dalam seminggu terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik berat seperti angkat beban, menggali tanah, senam aerobik, atau bersepeda cepat?

\_\_\_\_ hari per minggu.

Jika tidak ada aktivitas fisik yang berat lanjut ke poin ketiga.

2. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik berat pada hari-hari tersebut? \_\_\_\_ jam per hari \_\_\_\_ menit per hari.

Tidak tahu / tidak yakin

3. Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik ringan, seperti mengangkat benda ringan, bersih-bersih, atau bersepeda dengan kecepatan santai? Tidak termasuk berjalan kaki.

\_\_\_\_ hari per minggu.

Jika tidak ada aktivitas fisik ringan lanjut ke poin kelima.

4. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik ringan?

\_\_\_\_ jam per hari \_\_\_\_ menit per hari.

Tidak tahu / tidak yakin

5. Berapa hari dalam 7 hari terakhir Anda berjalan lebih dari 10 menit? \_\_\_ per minggu

Jika Anda tidak sedang berjalan, lanjutkan ke poin 7.

6. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk berjalan kaki pada hari itu? \_\_\_ jam per hari \_\_\_ menit per hari.

Tidak tahu / tidak yakin.

7. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang anda habiskan untuk duduk di kampus? \_\_\_ jam per hari \_\_\_ menit per hari.

Tidak tahu / tidak yakin.





**Kuesioner 4 Konsumsi *Fast Food***

**(FFQ)**

***Food Frequency Questionnaire***

| Nama Bahan<br>Makanan | Frekuensi Konsumsi Bahan Makanan |               |                       |                   |  | 2x/bulan<br>5 | Tidak pernah<br>0 |
|-----------------------|----------------------------------|---------------|-----------------------|-------------------|--|---------------|-------------------|
|                       | >3x/hari<br>50                   | 1x/hari<br>25 | 3-6<br>x/minggu<br>15 | 1-2x/minggu<br>10 |  |               |                   |
| Makanan<br>Cepat saji |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Fried Chicken         |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Mie Instan            |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Hamburger             |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Pizzaa                |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Chicken<br>Nugget     |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Kentang<br>goreng     |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Donat                 |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Siomay                |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Kebab                 |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Sosis                 |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Ice cream             |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Mie ayam              |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Martabak              |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |
| Bakso<br>cilok        |                                  |               |                       |                   |  |               |                   |

Lampiran 6 Master tabel

| No  | Skor Siklus Menstruasi | Skor Tingkat Stres | Skor Aktivitas Fisik | Skor Konsumsi <i>Fast food</i> |
|-----|------------------------|--------------------|----------------------|--------------------------------|
| 1.  | 2                      | 22                 | 3.475                | 85                             |
| 2.  | 2                      | 19                 | 240                  | 40                             |
| 3.  | 2                      | 19                 | 3.657                | 100                            |
| 4.  | 1                      | 22                 | 462                  | 150                            |
| 5.  | 2                      | 16                 | 4.200                | 155                            |
| 6.  | 1                      | 15                 | 2.786                | 185                            |
| 7.  | 2                      | 27                 | 2.346                | 90                             |
| 8.  | 2                      | 20                 | 2.812                | 160                            |
| 9.  | 2                      | 12                 | 1.680                | 95                             |
| 10. | 2                      | 25                 | 1.080                | 215                            |
| 11. | 2                      | 34                 | 480                  | 710                            |
| 12. | 2                      | 19                 | 306                  | 110                            |
| 13. | 2                      | 15                 | 3.036                | 165                            |
| 14. | 2                      | 20                 | 891                  | 150                            |
| 15. | 2                      | 34                 | 9.600                | 75                             |
| 16. | 2                      | 18                 | 4.560                | 40                             |
| 17. | 2                      | 13                 | 3.066                | 155                            |
| 18. | 1                      | 19                 | 4.620                | 160                            |
| 19. | 2                      | 21                 | 5.249                | 115                            |
| 20. | 1                      | 21                 | 3.169                | 150                            |
| 21. | 2                      | 14                 | 480                  | 170                            |
| 22. | 2                      | 24                 | 16.014               | 95                             |
| 23. | 1                      | 16                 | 6.777                | 160                            |
| 24. | 2                      | 21                 | 3.108                | 70                             |
| 25. | 2                      | 20                 | 4.320                | 170                            |
| 26. | 1                      | 34                 | 4.666                | 90                             |
| 27. | 2                      | 25                 | 4.320                | 165                            |

|     |   |    |        |     |
|-----|---|----|--------|-----|
| 28. | 2 | 9  | 198    | 150 |
| 29. | 2 | 13 | 5.457  | 350 |
| 30. | 2 | 14 | 198    | 70  |
| 31. | 1 | 35 | 5.508  | 175 |
| 32. | 2 | 15 | 3.032  | 150 |
| 33. | 2 | 34 | 2.114  | 180 |
| 34. | 1 | 18 | 5.118  | 120 |
| 35. | 2 | 13 | 580    | 160 |
| 36. | 1 | 34 | 438    | 180 |
| 37. | 2 | 18 | 1.600  | 50  |
| 38. | 1 | 27 | 922    | 160 |
| 39. | 2 | 12 | 480    | 150 |
| 40. | 2 | 16 | 2.076  | 130 |
| 41. | 2 | 20 | 120    | 165 |
| 42. | 2 | 34 | 1.800  | 250 |
| 43. | 2 | 34 | 1.740  | 55  |
| 44. | 1 | 3  | 3.420  | 150 |
| 45. | 2 | 22 | 3.600  | 160 |
| 46. | 2 | 34 | 4.380  | 275 |
| 47. | 2 | 13 | 4.158  | 45  |
| 48. | 2 | 9  | 3.192  | 160 |
| 49. | 2 | 36 | 3.066  | 105 |
| 50. | 1 | 34 | 1.680  | 160 |
| 51. | 2 | 13 | 3.360  | 110 |
| 52. | 2 | 14 | 4.320  | 200 |
| 53. | 1 | 18 | 165    | 160 |
| 54. | 2 | 34 | 14.016 | 65  |
| 55. | 2 | 19 | 890    | 180 |
| 56. | 2 | 15 | 3.360  | 110 |
| 57. | 2 | 34 | 5.544  | 165 |

|     |   |    |       |     |
|-----|---|----|-------|-----|
| 58. | 2 | 13 | 1.260 | 160 |
| 59. | 2 | 34 | 5.196 | 180 |
| 60. | 2 | 21 | 3.605 | 200 |
| 61. | 2 | 20 | 1.116 | 50  |
| 62. | 1 | 19 | 3.066 | 150 |
| 63. | 2 | 26 | 480   | 150 |
| 64. | 2 | 14 | 2.142 | 65  |
| 65. | 1 | 35 | 3.285 | 165 |
| 66. | 1 | 16 | 546   | 150 |
| 67. | 2 | 9  | 837   | 95  |
| 68. | 1 | 26 | 4.950 | 180 |
| 69. | 2 | 14 | 3.439 | 155 |
| 70. | 2 | 17 | 579   | 175 |
| 71. | 2 | 27 | 819   | 120 |
| 72. | 1 | 15 | 3.400 | 160 |
| 73. | 2 | 17 | 1.440 | 150 |
| 74. | 1 | 26 | 6.720 | 70  |
| 75. | 2 | 17 | 480   | 65  |
| 76. | 2 | 18 | 1.836 | 165 |
| 77. | 1 | 26 | 6.720 | 150 |
| 78. | 2 | 34 | 3.588 | 90  |
| 79. | 2 | 18 | 499   | 170 |
| 80. | 1 | 26 | 5.040 | 70  |
| 81. | 2 | 21 | 7.266 | 150 |
| 82. | 2 | 26 | 1.009 | 85  |
| 83. | 2 | 13 | 4.632 | 160 |
| 84. | 1 | 27 | 3.600 | 160 |
| 85. | 2 | 26 | 537   | 95  |
| 86. | 1 | 27 | 6.000 | 170 |
| 87. | 2 | 15 | 240   | 150 |

|      |   |    |        |     |
|------|---|----|--------|-----|
| 88.  | 2 | 16 | 589    | 60  |
| 89.  | 1 | 18 | 3.348  | 180 |
| 90.  | 1 | 26 | 5.064  | 180 |
| 91.  | 2 | 14 | 480    | 80  |
| 92.  | 1 | 34 | 4.296  | 150 |
| 93.  | 1 | 33 | 3.066  | 70  |
| 94.  | 2 | 35 | 330    | 60  |
| 95.  | 1 | 29 | 9.180  | 80  |
| 96.  | 1 | 27 | 6.426  | 155 |
| 97.  | 1 | 26 | 5.760  | 180 |
| 98.  | 2 | 13 | 4.152  | 90  |
| 99.  | 1 | 30 | 6.219  | 150 |
| 100. | 2 | 13 | 2.034  | 70  |
| 101. | 1 | 34 | 3.900  | 160 |
| 102. | 1 | 26 | 8.655  | 165 |
| 103. | 2 | 27 | 3.159  | 150 |
| 104. | 2 | 34 | 579    | 55  |
| 105. | 1 | 27 | 4.506  | 170 |
| 106. | 2 | 28 | 1.995  | 165 |
| 107. | 1 | 27 | 4.986  | 195 |
| 108. | 1 | 26 | 3.249  | 150 |
| 109. | 1 | 26 | 8.952  | 170 |
| 110. | 2 | 18 | 99     | 40  |
| 111. | 1 | 27 | 28.548 | 715 |
| 112. | 2 | 14 | 972    | 60  |
| 113. | 1 | 28 | 4.480  | 155 |
| 114. | 2 | 27 | 1.680  | 60  |
| 115. | 2 | 34 | 16.548 | 220 |
| 116. | 1 | 31 | 3.432  | 165 |
| 117. | 2 | 26 | 180    | 85  |

|      |   |    |       |     |
|------|---|----|-------|-----|
| 118. | 2 | 32 | 5.715 | 180 |
| 119. | 1 | 27 | 2.106 | 150 |
| 120. | 2 | 13 | 5.394 | 330 |
| 121. | 2 | 34 | 678   | 100 |
| 122. | 1 | 26 | 4.320 | 195 |



Lampiraan 7 Hasil Output Analisa Data

1) Hasil Univairat

**Angkatan**

|       |       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | 2021  | 61        | 50,0    | 50,0          | 50,0               |
|       | 2022  | 61        | 50,0    | 50,0          | 100,0              |
|       | Total | 122       | 100,0   | 100,0         |                    |

**Siklus Menstruasi**

|       |              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Normal       | 42        | 34,4    | 34,4          | 34,4               |
|       | Tidak normal | 80        | 65,6    | 65,6          | 100,0              |
|       | Total        | 122       | 100,0   | 100,0         |                    |

**Total Stres**

|       |              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Normal       | 22        | 18,0    | 18,0          | 18,0               |
|       | Ringan       | 22        | 18,0    | 18,0          | 36,1               |
|       | Sedang       | 22        | 18,0    | 18,0          | 54,1               |
|       | Berat        | 33        | 27,0    | 27,0          | 81,1               |
|       | Sangat berat | 23        | 18,9    | 18,9          | 100,0              |
|       | Total        | 122       | 100,0   | 100,0         |                    |

**Aktivitas Fisik**

|       |                        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Aktivitas fisik berat  | 69        | 56,6    | 56,6          | 56,6               |
|       | Aktivitas fisik sedang | 28        | 23,0    | 23,0          | 79,5               |
|       | Aktivitas fisik ringan | 25        | 20,5    | 20,5          | 100,0              |
|       | Total                  | 122       | 100,0   | 100,0         |                    |

**Total Fast food**

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sering | 77        | 63,1    | 63,1          | 63,1               |
|       | Jarang | 45        | 36,9    | 36,9          | 100,0              |
|       | Total  | 122       | 100,0   | 100,0         |                    |

2) Hasil Bivariat

**Total Stres \* Siklus Menstruasi Crosstabulation**

|              |        | Siklus Menstruasi    |              | Total |
|--------------|--------|----------------------|--------------|-------|
|              |        | Normal               | Tidak normal |       |
| Total Stres  | Normal | Count                | 1            | 21    |
|              |        | Expected Count       | 7,6          | 14,4  |
|              |        | % within Total Stres | 4,5%         | 95,5% |
| Ringan       |        | Count                | 7            | 15    |
|              |        | Expected Count       | 7,6          | 14,4  |
|              |        | % within Total Stres | 31,8%        | 68,2% |
| Sedang       |        | Count                | 4            | 18    |
|              |        | Expected Count       | 7,6          | 14,4  |
|              |        | % within Total Stres | 18,2%        | 81,8% |
| Berat        |        | Count                | 23           | 10    |
|              |        | Expected Count       | 11,4         | 21,6  |
|              |        | % within Total Stres | 69,7%        | 30,3% |
| Sangat berat |        | Count                | 7            | 16    |
|              |        | Expected Count       | 7,9          | 15,1  |
|              |        | % within Total Stres | 30,4%        | 69,6% |
| Total        |        | Count                | 42           | 80    |
|              |        | Expected Count       | 42,0         | 80,0  |
|              |        | % within Total Stres | 34,4%        | 65,6% |



### Chi-Square Tests

|                              | Value               | df | Asymptotic Significance (2-sided) |
|------------------------------|---------------------|----|-----------------------------------|
| Pearson Chi-Square           | 29,687 <sup>a</sup> | 4  | ,000                              |
| Likelihood Ratio             | 31,821              | 4  | ,000                              |
| Linear-by-Linear Association | 10,408              | 1  | ,001                              |
| N of Valid Cases             | 122                 |    |                                   |

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7,57.

### Aktivitas Fisik \* Siklus Menstruasi Crosstabulation

|                 |                          | Siklus Menstruasi        |              | Total  |        |
|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------|--------|--------|
|                 |                          | Normal                   | Tidak normal |        |        |
| Aktivitas Fisik | Aktivitas fisik berat    | Count                    | 34           | 35     | 69     |
|                 |                          | Expected Count           | 23,8         | 45,2   | 69,0   |
|                 |                          | % within Aktivitas Fisik | 49,3%        | 50,7%  | 100,0% |
|                 | Aktivitas fisik sedang   | Count                    | 4            | 24     | 28     |
|                 |                          | Expected Count           | 9,6          | 18,4   | 28,0   |
|                 |                          | % within Aktivitas Fisik | 14,3%        | 85,7%  | 100,0% |
|                 | Aktivitas fisik ringan   | Count                    | 4            | 21     | 25     |
|                 |                          | Expected Count           | 8,6          | 16,4   | 25,0   |
|                 |                          | % within Aktivitas Fisik | 16,0%        | 84,0%  | 100,0% |
| Total           | Count                    | 42                       | 80           | 122    |        |
|                 | Expected Count           | 42,0                     | 80,0         | 122,0  |        |
|                 | % within Aktivitas Fisik | 34,4%                    | 65,6%        | 100,0% |        |

### Chi-Square Tests

|                              | Value               | df | Asymptotic Significance (2-sided) |
|------------------------------|---------------------|----|-----------------------------------|
| Pearson Chi-Square           | 15,531 <sup>a</sup> | 2  | ,000                              |
| Likelihood Ratio             | 16,503              | 2  | ,000                              |
| Linear-by-Linear Association | 12,404              | 1  | ,000                              |
| N of Valid Cases             | 122                 |    |                                   |

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8,61.

**Total Fast food \* Siklus Menstruasi Crosstabulation**

|                 |        | Siklus Menstruasi        |              | Total |        |
|-----------------|--------|--------------------------|--------------|-------|--------|
|                 |        | Normal                   | Tidak normal |       |        |
| Total Fast food | Sering | Count                    | 36           | 41    | 77     |
|                 |        | Expected Count           | 26,5         | 50,5  | 77,0   |
|                 |        | % within Total Fast food | 46,8%        | 53,2% | 100,0% |
| Total Fast food | Jarang | Count                    | 6            | 39    | 45     |
|                 |        | Expected Count           | 15,5         | 29,5  | 45,0   |
|                 |        | % within Total Fast food | 13,3%        | 86,7% | 100,0% |
| Total           |        | Count                    | 42           | 80    | 122    |
|                 |        | Expected Count           | 42,0         | 80,0  | 122,0  |
|                 |        | % within Total Fast food | 34,4%        | 65,6% | 100,0% |

**Chi-Square Tests**

|                                    | Value               | df | Asymptotic<br>Significance (2-<br>sided) | Exact Sig. (2-<br>sided) | Exact Sig. (1-<br>sided) |
|------------------------------------|---------------------|----|--|--------------------------|--------------------------|
| Pearson Chi-Square                 | 14,052 <sup>a</sup> | 1  | ,000                                     |                          |                          |
| Continuity Correction <sup>b</sup> | 12,610              | 1  | ,000                                     |                          |                          |
| Likelihood Ratio                   | 15,332              | 1  | ,000                                     |                          |                          |
| Fisher's Exact Test                |                     |    |  | ,000                     | ,000                     |
| Linear-by-Linear Association       | 13,937              | 1  | ,000                                     |                          |                          |
| N of Valid Cases                   | 122                 |    |  |                          |                          |

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 15,49.

b. Computed only for a 2x2 table

**Risk Estimate**

|   | Value | 95% Confidence Interval |        |
|---|-------|-------------------------|--------|
|   |       | Lower                   | Upper  |
| Odds Ratio for Total Fast food<br>(Sering / Jarang) | 5,707 | 2,166                   | 15,042 |
| For cohort Siklus Menstruasi =<br>Normal            | 3,506 | 1,604                   | 7,665  |
| For cohort Siklus Menstruasi =<br>Tidak normal      | ,614  | ,484                    | ,780   |
| N of Valid Cases                                    | 122   |                         |        |

### Statistics

Total fast food

|      |         |        |
|------|---------|--------|
| N    | Valid   | 122    |
|      | Missing | 0      |
| Mean |         | 147,21 |



Lampiran 8 Kegiatan Penelitian



Lampiran 9 Biodata Penulis



Nama : Rita Dwi Yunianti

NPM : 204201516005

Alamat : Dusun Babakan RT 17 /RW 08, Desa Cirahayu, Kecamatan Luragung, Kabupaten Kuningan, Jawa Barat

No. Hp Aktif : 085723701813

Email Aktif : ritadwiyunianti06@gmail.com

Pendidikan :

2008 – 2014 : MIS Miftahul Jannah Dusun Babakan Desa Cirahayu

2014-2017 : MTsN1 Kuningan

2017-2020 : SMK Persada Kuningan

2020 – 2024 : Universitas Nasional

## Lampiran 10 Hasil Turnitin

Rita turnitin terbaru

ORIGINALITY REPORT

**25%** SIMILARITY INDEX

25% INTERNET SOURCES

12% PUBLICATIONS

8% STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

| Rank | Source  | Similarity |
|------|---|------------|
| 1    | repo.stikesicme-jbg.ac.id<br>Internet Source              | 2%         |
| 2    | repository.umsu.ac.id<br>Internet Source                  | 1%         |
| 3    | download.garuda.ristekdikti.go.id<br>Internet Source      | 1%         |
| 4    | 123dok.com<br>Internet Source                             | 1%         |
| 5    | jurnal.ikbis.ac.id<br>Internet Source                     | 1%         |
| 6    | repository.stikes-bhm.ac.id<br>Internet Source            | 1%         |
| 7    | Submitted to Ateneo de Manila University<br>Student Paper | 1%         |
| 8    | repository.stikesdrsoebandi.ac.id<br>Internet Source      | <1%        |
| 9    | core.ac.uk<br>Internet Source                             | <1%        |

feedback studio

Cek Turnitin Rita turnitin terbaru

Match Overview

**25%**



| Rank | Source  | Similarity |
|------|---|------------|
| 1    | repo.stikesicme-jbg.ac...<br>Internet Source  | 2% >       |
| 2    | repository.umsu.ac.id<br>Internet Source      | 1% >       |
| 3    | download.garuda.riste...<br>Internet Source   | 1% >       |
| 4    | 123dok.com<br>Internet Source                 | 1% >       |
| 5    | jurnal.ikbis.ac.id<br>Internet Source         | 1% >       |
| 6    | repository.stikes-bhm.a...<br>Internet Source | 1% >       |

Page: 3 of 86 Word Count: 15226 Text-Only Report High Resolution

BAB I  
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi adalah penyakit fisiologis yang mempengaruhi wanita sebulan sekali yang disebabkan oleh kerusakan lapisan rahim akibat infertilitas (Critchley, 2020). Menurut Sari *et al.*, (2023), siklus menstruasi normal harus berlangsung setiap bulan dengan interval 21 hingga 35 hari. Siklus menstruasi dipengaruhi oleh banyak faktor yang berbeda-beda, seperti usia, berat badan, status gizi, tingkat konsumsi makanan, aktivitas fisik, tingkat stres, penggunaan obat-obatan hormonal dan gangguan endokrin (Fatmayanti, 2022).

 **MANUJU : Malahayati Nursing Journal** 

P-ISSN: 2655-2728 E-ISSN : 2655-4712 DOI: 10.33024  
Terakreditasi SINTA 4 No: 164/E/KPT/2021  
Publisher by: Universitas Malahayati Lampung

**Letter of Acceptance (LoA)**  
NO: 326A/MANUJU/01.1/2024


Yang bertanda tangan dibawah ini Pimpinan Redaksi Pengelola MANUJU (Malahayati Nursing Journal), telah Menerima Artikel:


Nama : Rita Dwi Yunianti, Cholisah Suralaga, Susanti Widiastuti  
Judul : Hubungan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik Dan Konsumsi Fast Food Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Nasional Jakarta  
Institusi : Universitas Nasional

Menyatakan bahwa artikel yang telah disubmit oleh nama diatas telah melalui proses review dan diterima pada jurnal MANUJU untuk dipublikasikan pada Volume 6 Nomor 10 2024.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, 15 Januari 2024  
Editor In Chief

  
**Dr. M. Arifki Zainaro, Ns., M.Kep**



Penerbit:  
Universitas Malahayati Lampung  
Jalan Pramuka No. 27 Kemuning, Bandar Lampung  
Email : [manuju@malahayati.ac.id](mailto:manuju@malahayati.ac.id)  
Web : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju>  
Terakreditasi SINTA 4 No: 164/E/KPT/2021