

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M dan Wirjatmadi, B. 2013. Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan.
- Agustin D. 2012. Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada pekerja shift di PT. Krakatau Tirta Industri Cilegon [Skripsi]. Jakarta; Universitas Indonesia.
- Ali, Muhammad., 2010. Psikologi Remaja. Bandung: Bumi Aksara
- Almatsier, S., 2006. Prinsip Dasar ilmu Gizi 2. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Almatsier, Sunita. 2001. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Alsaggaf M, Wali SO, Merdad RA, Merdad, LA. 2016. Sleep quantity, quality, and insomnia symptoms of medical students during clinical years. *J Saudi Med.* 37(2):173-82.
- Amelia, Friska., 2008. Konsumsi Pangan, Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Pada Remaja di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Provinsi Jambi. Skripsi. Bogor: Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor
- American Academy of Pediatrics. 2001. Media and Children.
- Ammon HPT. Biochemical of Caffeine Tolerance. *Arch Pharm* 2005;324:261-267.
- Anderson, Economos dan Must. Active Play and Sreen Time in US Children Age 4 to 11 Years in Relation to Sociodemographic and Wheigh Saphic and Wheigh Saphic and Wheigh Status Characteristic: a Nationally Representative Cross - Sectional Analysis. *BMC Public Health*, 8;366, 1-13, doi 10.1186/1471-2458-8-366.
- Angel, MR., Marunduh,SR.. & Rampengan, JJV. 2013. Gambaran Durasi Tidur pada Remaja dengan Kelebihan Berat Badan. *Jurnal e-Biomedik (eBM)*, Volume 1, Nomor 2, Juli 2013, hlm. 849-853



Arikunto. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Arisman., 2010. Gizi dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi. Jakarta: EGC Penerbit Buku Kedokteran.

Aycan Z. Obesity in Childhood: definition and epidemiology. J Clin Res Ped Endo. 2009;1(suppl):44-53.

Azad MC, Fraser K, Rumana N, Abdullah AF, Shahana N, Hanly PJ, et al. 2015. Sleep disturbances among medical students: a global perspective. J Clin Sleep Med. 11(1):69-74.

Ballard M, Gray M, Reilly J, Noggle M. Correlates of video game screen time among males: Body mass, physical activity, and other media use. *Eat Behav* 2009; 10: 161–167.

Bickman, Blood, E.A., Walls, C.E., Shrier, L.A., and Rich, M. 2013. Characteristics of Screen Media Use Associated With Higher BMI in Young Adolescents. *Pediatrics: Official Journal of The American Academy of Pediatrics*, Volume 131 Nomor 5 (935 – 941).

Blundell JE, King NA, Bryant E. Interactions among physical activity food choice and appetite control: health message in physical activity and diet. Dalam: Caero N, Norgan NG, Ellison GTH, penyunting. *Childhood Obesity*. London: Taylor & Francis, 2005; h.135-48.

Boone, Larsen, Adair dan Popkin. 2007. Screen Time and Physical Activity During Adolencence: Longitudinal Effect On Obesity in Young Adulthood. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4:26, 1-10, doi 10.1186/1479-5868-4-26.

Cameron J D, Maras D, Sigal R J, Kenny G P, Borghese M M, Chaput J P, Alberga A S, Goldfield G S. The mediating role of energy intake on the relationship between screen time behaviour and body mass index in adolescents with obesity: The HEARTY study. *Appetite* (2016):437-444.

ME, Clark A, Woolley TW, Saunders A. 2015. Sleep quality ammong pharmacy students. *Am J Pharm Educ*. 79(1):1-6.



- Chaput Jean Philippe, Despres Jean Pierre, Bouch Claude. The Association Between Sleep Duration And Weight Gain In Adults: A6-Year Prospective Study From The Quebec Family Study. *SLEEP*, Vol. 31, No. 4, 2008.
- Cleland VJ, Schmidt MD, Dwyer T, Venn AJ. Television Viewing and Abdominal Obesity in Young Adults: is The Association Mediated by Food and Beverage Consumption During Viewing Time or Reduced Leisure-Time Physical Activity? *Am J Clin Nutr* 2008; 87: 1148–1155.
- Colley RC, Garriguet D, Janssen I, Craig C, Clarke J, Tremblay MS. Physical activity of Canadian children and youth: Accelerometer results from the 2007-2009 Canadian Health Measures Survey. Statistics Canada Catalogue no. 82-003-XPE Health Reports. 2011;22(1).
- Dewi AH. Hubungan Pengetahuan Gizi Serta Tingkat Konsumsi Terhadap Status Gizi Santri Putri Di Dua Pesantren Modern Di Kabupaten Bogor. [Skripsi]. 2012. Bogor: Institut Pertanian Bogor
- Dewi IC. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Persepsi Ibu dengan Pemenuhan Kecukupan Gizi Balita (Studi di Posyandu Delima Desa Tiron Kabupaten Kediri). [Tesis]. 2010. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Emmanuel A, Inns S. 2014. Gastroenterologi dan hepatologi. Jakarta: Erlangga.
- Fathonah, 2006. Pencegahan & Manajemen Obesitas. Elex Media Komputindo. Bandung.
- Gradisar, M., Gardner, G., Dohnt, H. (2011) Recent worldwide sleep patterns and problems during adolescence: A review and meta-analysis of age, region, and sleep. *Sleep Medicine*, 12, pp. 110-118.
- Hancox RJ, Milne BJ, Poulton R. Association between child and adolescent television viewing and adult health: a longitudinal birth cohort study. *The Lancet*. 2004;364(9430):257-62.

nsyah., dan Supariasa, IDM. 2017. Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. EGC. Jakarta.

s, Leanne. McGarty, Arlene M. Hilgenkamp, Thessa. Mitchell, Fiona. Melville, Craig A. 2017. “Correlates of objectively measured sedentary



time in adults with intellectual disabilities”. Preventive Medicine Reports. Vol. 9: page 12-17.

Haryatno P. 2014. Hubungan intensitas olahraga dan pola tidur dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat satu Poltekkes Surakarta [Tesis]. Surakarta; Universitas Sebelas Maret.

Hendrayati., Salmiah., Rauf, S. 2010. Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Status Gizi Siswa SMP Negeri 4 Tompobulu Kabupaten Bantaeng. Media Gizi Pangan, Vol IX.

Hidayat, A. M. (2008). Keterampilan Dasar Praktek Klinik untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.

Hysing M, Pallesen S, Stormark KM, Jakobsen R, Kundervold AJ, Siversten B. Sleep and use of devices in adolescence: results from a large populationbased study. BMJ Open (2015):1-8.(6).

Inyang MP. Sedentary Lifestyle: Health Implications. IOSR J Nurs Heal Sci Ver I 2015; 4: 2320–1940.

Isnawat, Riana., 2019. Hubungan Antara Aktivitas Fisik, PHBS, Kualitas Tidur, dan Asupan Gizi Dengan Status Gizi Santri Ma Al-Hamidiyah Depom. Skripsi. Bogor: Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.

Istiany, A. 2013. Gizi Terapan . Bandung. PT. Remaja Rosdakarya Offiset.

James WPT, Leach RJ, Mhurchu CN, Kalamara E, Shayeghi M, Rigby NJ, Nishida C, Rodgers A. Overweight and Obesity (High Body Mass Index). Food Func 2014.

Japardi, I. (2002). Gangguan Tidur. Medan: Universitas Sumatera Utara.

John Peever, and Richard L. Horner. Human Behavior: Sleep in Hunter-Gatheree Societies. Current Biology 25, R1126–R1142, December 7, 2015.

Jong, E De, Visscer, TLS, Hirasings, RA, Heymans, MW, Seidell, JC, Renders, CM. Association between TV viewing, computer use and overweight, determinants and competing activities of screen time in 4- to 13-year-old children. International Journal of Obesity. 2013: 37, 47–53.



- Jung HK, Choung RS, Talley NJ. 2010. Gastroesophageal reflux disease and sleep disorders: evidence for a causal link and therapeutic implications. *J Neurogastroenterol Motil.* 16(1):22-9.
- Kemenkes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi dan kesehatan Ibu dan Anak.
- Khasanah, Daimatul., 2016. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Ta'Mirul Islam Surakarta. Skripsi. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Khomsan, Ali. 2000. Teknik pengukuran pengetahuan gizi Bogor. Jurusan Gizi Masyarakat Sumber Daya Keluarga, Fakultas Pertanian Bogor.
- Kohl, dkk., 2005. Sedentary behavior, physical activity, and the metabolic syndrome among U.S. adults. *OBESITY RESEARCH* Vol. 13 No. 3.
- Kristanti, M. (2002). Kondisi Fisisk Kurang Gerak dan Instrumen Pengukuran. *Media Litbang Kesehatan* , XII (1), 1-5.
- Kurniawati DP., Santy WH., Putrii PH. 2019 Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Dengan Berat Badan Santriwati Di Pondok Pesantren Amanatul Ummah Surabaya. *MTPH Journal*, Volume3, No, 1, March 2019.
- Lorist M M, Snel J. Caffeine, Sleep and Quality of Life. *Sleep and Quality of Life in Clinical Medicine.* 2008(33):325-332.9.
- Ludwig IA, Clifford MN, Lean MEJ, Ashihara H, Crozier A. 2014. Coffee: biochemistry and potential impact on health. *Food Func.* DOI: 10.1039/c4fo00042k.

firoh, A., 2018. Status Gizi, Tingkat Aktivitas Fisik, Tingkat Kecukupan Energi dan Protein Pada Remaja di Panti Asuhan Baitul Falah. Fakultas Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Semarang.



- Mahfouz AA, Abdelmoneim I, Khan MY, Daffalla AA, Diab MM, Al-Gelban KS, et al. Obesity and related behaviors among adolescent school boys in Abha City, Southwestern Saudi Arabia. *Journal of tropical pediatrics*. 2008;54(2):120-124.
- Manuha, M., Iqbal, N., Nageeb, B., & Paranagama, P. (2013). Association of Physical Activity and Sedentary Lifestyle with Overweight and Obesity Among Adult Women in Sri Lanka. *World Applied Sciences Journal* , 24, 724-731.
- Matthews CE, Chen KY, Freedson PS, Buchowski MS, Beech BM, Pate RR, dkk. Amount of time spent engaging in sedentary behaviours in the United States 2003-2004. *Am J Epidemiol*. 2008;167(7):875-81.
- Mokoagouw C, dkk. 2017. Hubungan antara aktivitas fisik, screen time dan konsumsi minuman ringan dengan status gizi pada siswa SMA Rex Mundi Manado. Universitas Sam Ratulangi.
- Monk, T. H., Buysse, D. J., Kennedy, K. S., Potts, J. M., DeGrazia, J. M., & Miewald, J. M. (2003). Measuring sleep habits without using a diary: the sleep timing questionnaire. *Sleep*, 26 (2), 208–212.
- Morselli, L.L., Guyon, A., Spiegel, K., et al. (2012) Sleep and metabolic function. *European Journal of Physiology*, 463(1), pp. 139–160.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. Pendidikan dan Prilaku Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi. Yogyakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nuryani. Gambaran Pengetahuan, Sikap, Perilaku dan Status Gizi Pada Remaja di Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Dunia Gizi*, Vol. 2, No. 2, Desember 2019: 63-70.
- Perry, Potter, 2010, "Sleep Quality Associated with Obesity to Elementary Scholl Children", *Pediatrics*, vol 12, pp 546-550.

& Perry. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi 4. Jakarta: EGC, 2008.



- Prakasa AB. 2016. Hubungan tingkat stres dengan derajat kualitas tidur pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Lampung. Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung [Skripsi]. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Pramudita, Sri, R. Nadhiroh, Siti, R. 2017. Gambaran Aktivitas Sedentari dan tingkat kecukupan gizi pada remaja gizi lebih dan gizi normal. Media Gizi Indonesia, Vol 12, No. 1.
- Pratiwi, Rossy., Mardiyati, NL., 2018. Screen time dengan konsumsi sayur dan buah serta kenaikan berat badan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan. Nutrisia Vol.20, No.2
- Pribadi, PSA, Nurhayati F. 2018. Hubungan Antara Aktivitas Sedentari dengan Status gizi siswa kelas X MAN Kota Mojokerto. *jurnal pendidikan olahraga dan kesehatan*. Vol 06 No 02 tahun 2018.
- Prita. 2010. Pentingnya Pengetahuan Gizi bagi Masyarakat.
- Puji W, Pranot HH, Afriani LD. Hubungan antara pengetahuan tentang gizi seimbang dengan perilaku pe-menuhan gizi seimbang pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Ungaran. . Jurnal Gizi dan Kesehatan. 2012.
- R. Indriasari, *et al*. Alraming nutrition problems among adolescent students attending islamic boarding school in Indonesia. Departemen of Nutrition, Faculty of Public Health, Hasanuddin University, Indonesia. *Enferm Clin*. 2020;30(S4):44-47
- Rahmadani AL, dkk., 2014. Hubungan aktivitas sedentari dengan kejadian overweight pada remaja di SMA Katolik Cendrawasih Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 4(1): 180-188.
- Rahmadani, Olivia., 2017. Hubungan antara pola tidur terhadap tekanan darah pada remaja SMA di Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta. Naskah Publikasi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- ao GS. Impact of nutrition education on adolescent girls of Purna Maharashtra. *Adv appl sci res*.2013; 4(1): 386-391.



- Reutrakul Sirimon, Cauter Eve Van. Interactions Between Sleep, Circadian Function And Glucose Metabolism: Implications For Risk And Severity Of Diabetes. *Ann. N.Y. Acad. Sci.* 1311 (2014) 151–173.
- Riskesdas Badan Litbangkes. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI.
- Riskesdas. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI.
- Roehrs T, Roth T. 2008. Caffeine: sleep and daytime sleepiness. *J Elsevier.* 12(2):153-62.
- Sitorus, MWB. 2019. Hubungan screentime dengan obesitas pada anak remaja di SMP Negeri 1 Labuhan Deli 2019. Fakultas kedokteran Universitas HKBP NOMMENSEN.
- Solihin P. 2005. Ilmu Gizi Pada Anak. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Sulistyoningsih, Hariani. 2011. Gizi untuk kesehatan ibu dan anak. Graha ilmu : Yogyakarta.
- Supariasa, I., 2011. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Viantri S, Sudargo T, Lusmilasari L. Hubungan Aktivitas Fisik dan Gaya Hidup Sedentari dengan Overweight dan Obesitas Pada Remaja di SMA Negeri Kota Yogyakarta. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada; 2015.
- Wang X, Perry A. Metabolic and Physiologic Responses to Video Game Play in 7- to 10-year-old Boys. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2006; 160: 411–415.
- Wawan dkk, 2010. Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia. Jogjakarta: Nuhamedika.
- Weiss, A., Xu, F., Storfer-Isser, A., et al. (2010) The association of sleep duration with adolescents' fat and carbohydrate consumption. *Sleep*, 33(9), pp. 1201-1209.

erlund, L., Ray, C., Roos, E. (2009) Associations between sleeping habits and food consumption patterns among 10-11-year-old children in Finland. *The British Journal of Nutrition*, 102(10), pp. 1531-1537.



Yulianti, I., dkk. 2017. Hubungan Perilaku Sedentari Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Smp Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto. STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Zach S, Lissitsa S. Computers in Human Behavior Internet use and leisure time physical activity of adults e A nationwide survey. *Comput Human Behav* 2016; 60: 483–491.



LAMPIRAN 1

(INFORMED CONSENT)

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Perkenalkan, saya Aulia Maghfirah, Dina Febriani R Parewasi, Andi Aisyah Ainun, dan Gita Pratiwi Basar. Kami merupakan mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. Kami bermaksud melakukan penelitian mengenai gambaran preferensi makanan dan asupan cairan, dan gambaran gaya hidup sedentari dan pengetahuan gizi serta melihat adakah hubungan asupan energy dan zat gizi makro, serta tingkat stress dan *body image* dengan status gizi pada remaja putri di Pondok Pesantren Darul Aman Gombara Makassar. Penelitian ini dilakukan sebagai tahap akhir dalam penyelesaian studi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.

Saya berharap anda bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini, selama penelitan berlangsung akan dilakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Semua informasi yang anda berikan terjamin kerahasiaannya. Selain kuesioner, kami juga akan mengukur berat badan, tinggi badan, preferensi makanan, asupan cairan, asupan energy dan zat gizi makro. Berat badan akan diukur menggunakan timbangan berat badan. Tinggi badan akan diukur menggunakan *microtoise*. Pengukuran preferensi makanan dilakukan dengan mengisi kuesioner preferensi makanan. Pengukuran aktivitas sedentari dilakukan dengan melakukan *recall activity*. Pengukuran durasi tidur dilakukan dengan mengisi kuesioner STQ. Pengukuran *screen time* dilakukan dengan mengisi kuesioner *screen time*. Pengukuran pengetahuan gizi dilakukan dengan mengisi kuesioner pengetahuan gizi. Untuk melihat asupan energi dan zat gizi makro dengan melakukan *recall* 24 jam sebanyak 3 kali. Pengukuran tingkat stress dilakukan dengan mengisi kuesioner ASQ, dan pengukuran *body image* dilakukan dengan kuesioner FRS dan *body shape questionnaire*.

Setelah anda membaca maksud dan kegiatan penelitian diatas, maka kami mohon untuk mengisi nama dan bertanda tangan dibawah ini. Terima kasi atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Nama	Tanda Tangan



LAMPIRAN 2

KUESIONER IDENTITAS RESPONDEN PENELITIAN

No. Kode Responden	
Tanggal Wawancara	
Pewawancara	
Kelas	

A. Identitas Responden

1. Nama Lengkap :
2. Umur :
3. No. Telepon :
4. Suku :
5. Keadaan kesehatan saat ini :

B. Data Orang Tua Responden

1. Pendidikan orang tua :
2. Pekerjaan :

C. Hasil Pengukuran

1. Hasil pengukuran Tinggi Badan : cm
Hasil pengukuran Berat Badan : kg
Z – Score IMT/U : SD



LAMPIRAN 3

Recall Activity

Bagian 1. Identitas Sampel

Nama :

Tanggal lahir :

Kelas :

Bagian 2. Tuliskan semua aktivitas/kegiatan (fisik, sedentary, screen time) yang Anda lakukan setiap hari mulai bangun tidur sampai tidur kembali di malam hari, dan tuliskan berapa lama waktu (jam, menit) yang dihabiskan untuk melakukan aktivitas tersebut.

[illegible]

Optimization Software:
www.balesio.com

LAMPIRAN 4

STQ (*Sleeping Time Questionnaire*)

PENJELASAN : Kuisioner ini menanyakan tentang kebiasaan tidur anda dalam 1 bulan terakhir. Harap dipertimbangkan secara baik setiap anda akan memberikan jawaban, dan diharapkan secara akurat dan spesifik.

Nama :

Kelas :

Malam sebelum anda *sekolah*

Jam berapakah waktu tercepat anda tidur malam? ____:____

Jam berapakah waktu terlama anda tidur malam? ____:____

Jam berapakah anda biasa tidur malam? ____:____

Berapa lama anda dapat tertidur (pada setiap malam) sebelum *sekolah*?

0-15menit	16-30 menit	31-45 menit	46-60 menit
61-75menit	76-90 menit	91-105 menit	106-120 menit
2-3 jam	3-4 jam	> 4jam	

Malam sebelum *akhir pekan*

Jam berapakah waktu tercepat anda tidur malam? ____:____

Jam berapakah waktu terlama anda tidur malam? ____:____

Jam berapakah anda biasa tidur malam? ____:____

Menurut kebiasaan anda, berapa lama anda dapat tertidur (pada setiap malam) sebelum *akhir pekan*?

0-15menit	16-30 menit	31-45 menit	46-60 menit
61-75menit	76-90 menit	91-105 menit	106-120 menit
2-3 jam	3-4 jam	> 4jam	

Mohon diingat kebiasaan waktu anda *terbangun di pagi hari*, hingga anda benar-benar keluar dari kasur dan memulai hari

Pagi sebelum anda *sekolah*

Jam berapakah waktu tercepat anda bangun tidur? ____:____

Jam berapakah waktu terlama anda bangun tidur? ____:____

Jam berapakah anda biasa bangun tidur? ____:____

Menurut kebiasaan anda, berapa lama anda dapat keluar dari kasur (pada setiap pagi) sebelum *sekolah*? (lingkari satu)



0-15menit	16-30 menit	31-45 menit	46-60 menit
61-75menit	76-90 menit	91-105 menit	106-120 menit
2-3 jam	3-4 jam	> 4jam	

Pagi saat *akhir pekan*

Jam berapakah waktu tercepat anda bangun pagi? ____:____

Jam berapakah waktu terlama anda bangun pagi? ____:____

Jam berapakah anda biasa bangun pagi? ____:____

Menurut kebiasaan anda, berapa lama anda dapat keluar dari kasur (pada setiap pagi) saat *akhir pekan*?

0-15menit	16-30 menit	31-45 menit	46-60 menit
61-75menit	76-90 menit	91-105 menit	106-120 menit
2-3 jam	3-4 jam	> 4jam	

Pertanyaan ini tentang bagaimana anda dapat kurang tidur dan terbangun yang tidak diinginkan :

Pada malam biasanya, berapa lama rata-rata waktu yang anda perlukan untuk tertidur setelah

anda mencoba tidur? _____ menit/jam

Pada malam biasanya, berapa lama rata-rata anda kehilangan tidur karena terbangun yang

tidak diinginkan (misal ingin ke toilet)? _____ menit/jam



LAMPIRAN 5

Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang

Jawablah pertanyaan berikut dengan **melingkari** salah **satu** jawaban yang menurut anda benar ! Jika Anda tidak tahu jawabannya maka lingkari pilihan **Tidak Tahu**

NAMA :

KELAS :

			Diisi oleh petugas
A1	Ada berapa pesan gizi seimbang ?	1. 10 Pesan 2. 12 Pesan 3. 13 Pesan 99. Tidak Tahu	[]
A2	Makanan yang beraneka ragam terdiri dari	1. Nasi, sayuran, buah-buahan, lauk nabati, lauk hewani 2. Nasi, sayuran, lauk nabati, buah-buahan, susu 3. Nasi, sayuran, lauk nabati, lauk hewani, susu 99. Tidak tahu	[]
A3	Menurut pesan gizi seimbang, sebaiknya berapa kali kita harus makan sayur tiap hari?	1. 1x sehari 2. 2x sehari 3. 3x sehari 99. Tidak tahu	[]
A4	Menurut pesan gizi seimbang, sebaiknya berapa kali kita harus makan buah tiap hari?	1. 1x sehari 2. 2x sehari 3. 3x sehari 99. Tidak tahu	[]
A5	Sarapan anak sekolah sebaiknya dilakukan pada jam berapa?	1. Jam 6-jam 7 pagi 2. Sebelum jam 9 pagi 3. Jam 9-10 pagi 99. Tidak tahu	[]
A6	Makanan manis, asin dan berlemak yang berlebihan akan memicu penyakit tidak menular seperti :	1. Diabetes mellitus, penyakit jantung 2. HIV AIDS 3. Diare 99. Tidak tahu	[]
	kebiasaan merokok dapat	1. Paru-paru dan organ	[]



	menyebabkan gangguan terutama pada :	reproduksi 2. Kesehatan mata 3. Kesehatan kulit 99. Tidak tahu	
A8	Anjuran menyikat gigi menurut pesan gizi seimbang sebaiknya dilakukan minimal berapa kali?	1. 1x sehari 2. 2x sehari 3. 3x sehari 99. Tidak tahu	[]
A9	Sayur dan buah banyak mengandung zat gizi apa?	1. Karbohidrat dan protein 2. Protein dan lemak 3. Vitamin dan mineral 99. Tidak tahu	[]
A10	Salah satu bentuk visualisasi dari gizi seimbang adalah?	1. Tumpeng gizi seimbang 2. Piramida gizi seimbang 3. Pagoda gizi seimbang 99. Tidak tahu	[]
A11	Apa yang dimaksud dengan pemberian ASI Eksklusif?	1. Pemberian ASI kepada bayi 2. Pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama 6 bulan pertama kelahiran 3. Pemberian ASI kepada bayi 0-2 tahun 99. Tidak tahu	[]
A12	ASI Eksklusif diberikan kepada bayi pada usia berapa?	1. 0-6 bulan 2. 0-4 bulan 3. 0-2 tahun 99. Tidak tahu	[]
A13	Apakah manfaat ASI bagi bayi...	1. Mencegah penyakit infeksi 2. Membuat bayi gemuk 3. Membuat bayi cepat berjalan 99. Tidak tahu	[]
A14	Zat gizi apa yang perlu dipenuhi oleh seorang remaja yang sedang hamil?	1. Karbohidrat, protein 2. Vitamin, lemak 3. Karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral 99. Tidak tahu	[]
	apa bahaya yang dapat terjadi pada hamil yang masih berusia remaja?	1. Keguguran 2. kegemukan 3. Demam tinggi	[]



		99. Tidak tahu	
A16	Apa bahaya yang dapat terjadi pada bayi yang dilahirkan oleh seorang remaja?	1. Berat badan lahir bayi dibawah normal 2. Sering menangis 3. Gampang sakit 99. Tidak tahu	[]



LAMPIRAN 6

MASTER TABEL

Kelas	No	Nama Responden	Suku	umur	keadaan kesehatan	pendidikan orang tua		pekerjaan orang tua	
						ayah	ibu	ayah	ibu
X-IIS	1	Adinda Bumi Maharani	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat D3	Wirausaha	PNS
	2	adzkiyah auliyah	bugis makassar	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wirausaha	Ibu Rumah Tangga
	3	Afifah Syahidah	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	PNS
	4	Afifatun Huriyah Rais	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
	5	Amanda Shobirah	bugis	16	sehat	Tamat SD/MI	Tamat SMA/MA	Wirausaha	Wirausaha
	6	Andi Dinda Nadia Salsabila	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Guru	PNS
	7	Andi Riski Syafira	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	8	Ani Putri Aneliya	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	dosen	dosen
	9	Annaya Zahrah Nabila	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat D3	Wiraswasta	Wirausaha
	10	Atifah Ananda Baso	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	PNS
	11	Aulia Salma Syarifuddin	bugis	16	sehat	Tamat SMP/MTs	Tamat SD/MI	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	12	Dian Islamiyah	bugis	15	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	Wiraswasta
	13	Elmianti	bugis	16	sehat	Tamat SD/MI	Tamat SMP/MTs	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	14	Fadiyah Salsabila	bugis	17	sehat	Tamat SMP/MTs	Tamat SMP/MTs	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	15	Irma Damayanti	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	PNS
		Khaerun Nisa	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Wiraswasta
		Lailatul Fadliah	sasak	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	TNI	PNS



18	Magfira Ramadhani	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	Wiraswasta
19	Maghfirah	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	Guru
20	Maghofirah Dhininnisani U	bugis	15	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
21	Mardatillah	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Petani	Ibu Rumah Tangga
22	Mawar Juwidah Putri	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Kontraktor	Ibu Rumah Tangga
23	Melati Suci	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
24	Musdalifah	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
25	Muthahharah J.	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Petani	Ibu Rumah Tangga
26	Nur Aisyah Wahda	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Polri	Ibu Rumah Tangga
27	Nur Hanifah Hamzah	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	PNS	Ibu Rumah Tangga
28	Nurhaliza	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wirausaha	Ibu Rumah Tangga
29	Nurmaya Fathana Razak	bugis	15	diare	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	PNS	PNS
30	Nurul Pratami Putri	bugis makassar	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	Ibu Rumah Tangga
31	Putri Awaliah Nurillahi	bugis	17	sehat	Tamat D3	Tamat D3	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
32	Putri Shafina Aziza Rustam	sasak	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
33	Sellaturisca	jawa	17	influenza	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wirausaha	Ibu Rumah Tangga
34	Widya Atikah	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
35	Winda Sandang	toraja	16	diare	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	Xeni Aera Damayanti	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
	Aisyah Bella Muliadi	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga



38	Almi Aritsah	duri	17	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
39	andi indri annisa	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
40	Annisa Anggraeni Sabara	bugis	16	diare	Tamat PT	Tamat SMA/MA	PNS	Ibu Rumah Tangga
41	Asmaliasari Asrar	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
42	Asysyifa Syauqiyah S	Minang	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wirausaha	Ibu Rumah Tangga
43	Azzahrah Alya Salzabila	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat PT	Wirausaha	Wirausaha
44	Bella Tri Handayani	jawa	17	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
45	Deli Amanda	bugis	15	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
46	Dwi Yuni Elvira	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
47	Fifi Rezkiyani D.	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
48	Fitriah Rizka Nurulsyifa	bugis	16	sehat	Tamat SMP/MTs	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
49	Frischa Suci Maharani	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	TNI	TNI
50	Mujahidah Nurul Istiqamah	bugis makassar	16	maag	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
51	Mut Mainah	minahasa	16	muntah-muntah	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
52	Nabila Aulia Nur	bugis makassar	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	Wiraswasta
53	Nabila Nurfatiha	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	PNS
54	Nur Fadhilah Junaedi	bugis makassar	17	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wirausaha	Ibu Rumah Tangga
	Nur Islah Kurnila	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat PT	Wiraswasta	Wiraswasta
	Nur Rahma Fatihah	bugis	17	sehat	Tamat	Tamat	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga



						SMA/MA	SMA/MA		
	57	Nur Ramadhani Safitri Syam	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
	58	Nur Tri Krisnawati	bugis	17	sehat	Tamat PT	D1	PNS	Ibu Rumah Tangga
	59	Nurlaela Sainuddin	bugis	16	sehat	Tamat SMP/MTs	Tamat SMP/MTs	Petani	Ibu Rumah Tangga
	60	Nurul Hikmah Ainun Jariah	bugis makassar	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	61	Salwa Salsabila	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	62	Siti Auliyani Saleh	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Polri	Perawat
	63	Ummu Kultsum	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
	64	Zahrah Akmal Hasan	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	65	Zakira Nurul Atika	bugis	16	sehat	Tamat D3	Tamat PT	Wiraswasta	PNS
	66	Zalzalatul Mufidah As-Samsir	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	dosen
X_MIA 2	67	Adinda Aulia Ahmad	mandar	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Wiraswasta	PNS
	68	Afifah Auliyah	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	Guru	Guru
	69	Afika Mutakharah	bugis	17	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	70	Andi Mulidya Ali Abu	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	PNS	Ibu Rumah Tangga
	71	Andi Nur Adnin Fadhilah	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	Ibu Rumah Tangga
	72	Andini Aswan	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	PNS	Ibu Rumah Tangga
	73	Annisa Aulia Magfirah	bugis makassar	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	74	Dwi Cahyani Afifah	bugis	17	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Wiraswasta
		Erika Amanda	bugis	17	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga



76	Fathiyah Khairunnisa Salsabila	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Polisi	Ibu Rumah Tangga
77	Hafizatul Fahmi	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
78	Husnul Khatimah	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
79	Istiqlalia Imani	bugis	16	sehat	Tamat SMK	Tamat PT	Wiraswasta	PNS
80	Nabilah Kaltsum Arfiyadie	bugis makassar	16	sehat	Tamat SMK	Tamat D3	Wiraswasta	Wiraswasta
81	Nilan Adisty Maghfirah W	bugis makassar	17	influenza	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wirausaha	Ibu Rumah Tangga
82	Nur Hafizah	bugis	17	sehat	Tamat D3	Tamat D3	Wirausaha	Wirausaha
83	Nursyamsih	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
84	Nurul Azizah	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
85	Rahmi Amalia Akbar	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS
86	Rahmila	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat PT	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
87	Rayan Elvyan Dhuha	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	Ibu Rumah Tangga
88	Rofifah Indrawati	bugis	16	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
89	Sakinah Daffa Azzahra Subhan	bugis	17	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
90	Salwa Nabila	bugis	16	influenza	Tamat PT	Tamat SMK	Wiraswasta	PNS
91	Siti Nur Aisyah	bugis	16	influenza	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
92	St. Nur Alyyah	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	Syafa Irdal Husna	bugis	16	sehat	Tamat SMA/MA	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	Wahdania Nur	bugis	17	sehat	Tamat	Tamat	Wiraswasta	Wirausaha



		Ramadhan				SMA/MA	SMA/MA		
	95	Zahra Faatihah S.N	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat SMA/MA	Wiraswasta	Ibu Rumah Tangga
	96	Zaskya Aulia Ashar	bugis	17	sehat	Tamat PT	Tamat PT	PNS	PNS



No.	NAMA	Tahsin	Al-Matsurah	Kajian	Belajar	Total (Menit)	Keterangan
1	A. Dinda Nadia Salsabila	2685	15	225	360	3285	Sedentari
2	Adinda Bumi Maharani	525	105	315	420	1365	Tidak Sedentari
3	Afifah Syahidah	2550	105	315	100	3070	Sedentari
4	Afifatun Huriyah Rais	630	105	315	180	1230	Tidak Sedentari
5	Amanda Shobirah	670	105	315	360	1450	Tidak Sedentari
6	Andi Riski Syafira	455	210	315	210	1190	Tidak Sedentari
7	Ani Putri Aneliya	840	210	315	420	1785	Sedentari
8	Annaya Zahrah Nabila	490	210	315	420	1435	Tidak Sedentari
9	Atifah Ananda Baso	500	175	315	210	1200	Tidak Sedentari
10	Aulia Salma Syarifuddin	515	140	315	180	1150	Tidak Sedentari
11	Azkiyah Auliyah	2370	75	270	90	2805	Sedentari
12	Dian Islamiyah	910	210	315	280	1715	Sedentari
13	Elmianti	840	105	315	350	1610	Tidak Sedentari
14	Fadiyah Salsabila	560	115	315	180	1170	Tidak Sedentari
15	Irma Damayanti	945	105	315	210	1575	Tidak Sedentari
16	Khaerun Nisa	2490	105	315	270	3180	Sedentari
17	Lailatul Fadliah	700	210	315	360	1585	Tidak Sedentari
18	Magfira Ramadhani	465	210	315	210	1200	Tidak Sedentari
19	Maghfirah	630	210	315	210	1365	Tidak Sedentari
20	Maghofirah Dhininnisani Ummul	770	210	315	420	1715	Sedentari
21	Mardatillah	270	120	315	280	985	Tidak Sedentari
22	Mawar Juwidah Putri	690	210	315	140	1355	Tidak Sedentari
23	Melati Suci	640	105	315	360	1420	Tidak Sedentari
24		700	105	315	280	1400	Tidak Sedentari
25		2685	105	270	360	3420	Sedentari



26	Nur Aisyah Wahda	700	105	315	385	1505	Tidak Sedentari
27	Nur Hanifah Hamzah	595	245	315	90	1245	Tidak Sedentari
28	Nurhaliza	660	210	315	275	1460	Tidak Sedentari
29	Nurmaya Fathana Razak	555	140	315	360	1370	Tidak Sedentari
30	Nurul Pratami Putri	2625	105	135	265	3130	Sedentari
31	Putri Awaliah Nurillahi	910	210	315	315	1750	Sedentari
32	Putri Shafina Aziza Rustam	910	210	315	140	1575	Tidak Sedentari
33	Sellaturisca	670	210	315	180	1375	Tidak Sedentari
34	Widya Atikah	835	210	315	360	1720	Sedentari
35	Winda Sandang	650	105	315	210	1280	Tidak Sedentari
36	Aisyah Bella Muliadi	900	90	270	360	1620	Tidak Sedentari
37	Almi Aritsah	720	90	270	210	1290	Tidak Sedentari
38	Andi Indri Annissa	1880	0	300	290	2470	Sedentari
39	Annisa Anggraeni Sabara	1930	0	300	350	2580	Sedentari
40	Asmaliasari Asrar	840	105	315	330	1590	Tidak Sedentari
41	Asysyifa Syauqiyah Syamsuddin	450	120	270	300	1140	Tidak Sedentari
42	Azzahrah Alya Salzabila	385	70	315	175	945	Tidak Sedentari
43	Bella Tri Handayani	880	210	315	330	1735	Sedentari
44	Delia Amanda	810	105	315	240	1470	Tidak Sedentari
45	Dwi Yuni Elvira	2835	0	300	360	3495	Sedentari
46	Fifi Rezkiani D.	880	105	315	330	1630	Tidak Sedentari
47	Fitriah Rizka Nurulsyifa	880	105	315	300	1600	Tidak Sedentari
48	Frischa Suci Maharani	820	105	315	180	1420	Tidak Sedentari
49	Mujahidah Nurul Istiqamah	530	105	315	280	1230	Tidak Sedentari
50		1635	0	100	135	1870	Sedentari
51		810	105	315	350	1580	Tidak Sedentari



52	Nabila Nurfatiha	795	90	275	210	1370	Tidak Sedentari
53	Nur Fadhilah Junaedi	845	105	315	420	1685	Sedentari
54	Nur Islah Kurnila	985	90	315	180	1570	Tidak Sedentari
55	Nur Rahma Fatiha	810	105	315	240	1470	Tidak Sedentari
56	Nur Ramadhani Safitri Syam	880	105	315	385	1685	Sedentari
57	Nur Tri Krisnawati	815	105	315	350	1585	Tidak Sedentari
58	Nurlaela Sainuddin	430	105	315	300	1150	Tidak Sedentari
59	Nurul Hikmah Ainun Jariah	570	195	315	450	1530	Tidak Sedentari
60	Salwa Salsabila	780	90	270	240	1380	Tidak Sedentari
61	Siti Auliyani Saleh	780	90	270	240	1380	Tidak Sedentari
62	Ummu Kaltum	720	90	270	210	1290	Tidak Sedentari
63	Xeni Aera Damayanti	780	90	270	270	1410	Tidak Sedentari
64	Zahrah Akmal Hasan	805	105	315	210	1435	Tidak Sedentari
65	Zakira Nurul Atika	880	105	315	180	1480	Tidak Sedentari
66	Zalzalatul Mufidah As-Samsir	900	90	270	180	1440	Tidak Sedentari
67	Adinda Aulia Ahmad	630	140	315	420	1505	Tidak Sedentari
68	Afifah Auliyah	830	105	315	300	1550	Tidak Sedentari
69	Afika Mutakharah	525	105	315	210	1155	Tidak Sedentari
70	Andi Mulidya Ali Abu	840	105	315	420	1680	Sedentari
71	Andi Nur Adnin Fadhilah	2460	0	135	135	2730	Sedentari
72	Andini Aswan	615	105	315	450	1485	Tidak Sedentari
73	Annisa Aulia Magfirah	700	140	315	420	1575	Tidak Sedentari
74	Dwi Cahyani Afifah	810	105	315	360	1590	Tidak Sedentari
75	Erika Amanda Fitriana	525	105	315	360	1305	Tidak Sedentari
76	Salwa Salsabila	740	140	315	420	1615	Tidak Sedentari
77		525	105	315	210	1155	Tidak Sedentari



78	Husnul Khatimah	945	105	315	300	1665	Tidak Sedentari
79	Istiqlalia Imani	640	105	315	420	1480	Tidak Sedentari
80	Nabilah Kaltsum Arfiyadie	980	105	315	270	1670	Tidak Sedentari
81	Nilan Adisty Maghfirah W	735	105	315	210	1365	Tidak Sedentari
82	Nur Hafiza	700	105	315	360	1480	Tidak Sedentari
83	Nursyamsih	2220	0	90	180	2490	Sedentari
84	Nurul Azizah	700	105	315	420	1540	Tidak Sedentari
85	Rahmi Amalia Akbar	1050	105	315	420	1890	Sedentari
86	Rahmila	700	105	315	420	1540	Tidak Sedentari
87	Rayan Elvyan Dhuha	2370	0	135	135	2640	Sedentari
88	Rofifah Indrawati	830	105	315	360	1610	Tidak Sedentari
89	Sakinah Daffa Azzahra Subhan	920	140	315	360	1735	Sedentari
90	Salwa Nabila	510	105	315	180	1110	Tidak Sedentari
91	Siti Nur Aisyah	600	120	315	360	1395	Tidak Sedentari
92	St. Nur Alyyah	685	105	315	360	1465	Tidak Sedentari
93	Syafa Irdal Husna	945	140	315	420	1820	Sedentari
94	Wahdania Nur Ramadhan	615	105	315	360	1395	Tidak Sedentari
95	Zahra Faatihah S.N	980	105	315	420	1820	Sedentari
96	Zaskya Aulia Ashar	945	105	315	300	1665	Tidak Sedentari



No.	Nama	Kegiatan		Total (menit)	Keterangan
		Handphone (menit)	Menonton (menit)		
1	A. Dinda Nadia Salsabila	10	20	30	Rendah
2	Adinda Bumi Maharani	5	20	25	Rendah
3	Afifah Syahidah	10	20	30	Rendah
4	Afifatun Huriyah Rais	5	20	25	Rendah
5	Amanda Shobirah	10	20	30	Rendah
6	Andi Riski Syafira	8	20	28	Rendah
7	Ani Putri Aneliya	8	20	28	Rendah
8	Annaya Zahrah Nabila	5	20	25	Rendah
9	Atifah Ananda Baso	5	20	25	Rendah
10	Aulia Salma Syarifuddin	5	20	25	Rendah
11	Azkiyah Auliyah	5	20	25	Rendah
12	Dian Islamiyah	5	20	25	Rendah
13	Elmianti	5	20	25	Rendah
14	Fadiyah Salsabila	5	20	25	Rendah
15	Irma Damayanti	3	20	23	Rendah
16	Khaerun Nisa	10	20	30	Rendah
17	Lailatul Fadliah	5	20	25	Rendah
18	Magfira Ramadhani	5	20	25	Rendah
19	Maghfirah	8	20	28	Rendah
20	Maghofirah Dhininnisani Ummul	3	20	23	Rendah
21	Mardatillah	4	20	24	Rendah
	idah Putri	8	20	28	Rendah
		5	20	25	Rendah



24	Musdalifah	5	20	25	Rendah
25	Muthahharah J.	3	20	23	Rendah
26	Nur Aisyah Wahda	3	20	23	Rendah
27	Nur Hanifah Hamzah	5	20	25	Rendah
28	Nurhaliza	5	20	25	Rendah
29	Nurmaya Fathana Razak	5	20	25	Rendah
30	Nurul Pratami Putri	8	20	28	Rendah
31	Putri Awaliah Nurillahi	5	20	25	Rendah
32	Putri Shafina Aziza Rustam	5	20	25	Rendah
33	Sellaturisca	5	20	25	Rendah
34	Widya Atikah	8	20	28	Rendah
35	Winda Sandang	10	20	30	Rendah
36	Aisyah Bella Muliadi	10	20	30	Rendah
37	Almi Aritsah	8	20	28	Rendah
38	Andi Indri Annissa	10	20	30	Rendah
39	Annisa Anggraeni Sabara	10	20	30	Rendah
40	Asmaliasari Asrar	10	20	30	Rendah
41	Asyisyifa Syauqiyah Syamsuddin	5	20	25	Rendah
42	Azzahrah Alya Salzabila	10	20	30	Rendah
43	Bella Tri Handayani	8	20	28	Rendah
44	Delia Amanda	7	20	27	Rendah
45	Dwi Yuni Elvira	10	20	30	Rendah
46	Fifi Rezkiani D.	6	20	26	Rendah
47	Fitriah Rizka Nurulisyifa	5	20	25	Rendah
	Fitri Maharani	5	20	25	Rendah
	Nurul Istiqamah	5	20	25	Rendah



50	Mut Mainah	8	20	28	Rendah
51	Nabila Aulia Nur	8	20	28	Rendah
52	Nabila Nurfatiha	10	20	30	Rendah
53	Nur Fadhillah Junaedi	3	20	23	Rendah
54	Nur Islah Kurnila	5	20	25	Rendah
55	Nur Rahma Fatiha	8	20	28	Rendah
56	Nur Ramadhani Safitri Syam	5	20	25	Rendah
57	Nur Tri Krisnawati	5	20	25	Rendah
58	Nurlaela Sainuddin	8	20	28	Rendah
59	Nurul Hikmah Ainun Jariah	5	20	25	Rendah
60	Salwa Salsabila	5	20	25	Rendah
61	Siti Auliyani Saleh	5	20	25	Rendah
62	Ummu Kaltum	5	20	25	Rendah
63	Xeni Aera Damayanti	10	20	30	Rendah
64	Zahrah Akmal Hasan	5	20	25	Rendah
65	Zakira Nurul Atika	5	20	25	Rendah
66	Zalzalatul Mufidah As-Samsir	3	20	23	Rendah
67	Adinda Aulia Ahmad	5	10	15	Rendah
68	Afifah Auliyah	3	10	13	Rendah
69	Afika Mutakharah	5	10	15	Rendah
70	Andi Mulidya Ali Abu	5	10	15	Rendah
71	Andi Nur Adnin Fadhillah	10	10	20	Rendah
72	Andini Aswan	8	10	18	Rendah
73	Annisa Aulia Magfirah	5	10	15	Rendah
	ni Afifah	5	10	15	Rendah
	nda Fitriana	5	10	15	Rendah



76	Fathiyah Khairunnisa Salsabila	5	10	15	Rendah
77	Hafizatul Fahmi	5	10	15	Rendah
78	Husnul Khatimah	3	10	13	Rendah
79	Istiqlalia Imani	8	10	18	Rendah
80	Nabilah Kaltsum Arfiyadie	10	10	20	Rendah
81	Nilan Adisty Maghfirah W	3	10	13	Rendah
82	Nur Hafiza	10	10	20	Rendah
83	Nursyamsih	5	10	15	Rendah
84	Nurul Azizah	5	10	15	Rendah
85	Rahmi Amalia Akbar	5	10	15	Rendah
86	Rahmila	8	10	18	Rendah
87	Rayan Elvyah Dhuha	10	10	20	Rendah
88	Rofifah Indrawati	10	10	20	Rendah
89	Sakinah Daffa Azzahra Subhan	5	10	15	Rendah
90	Salwa Nabila	5	10	15	Rendah
91	Siti Nur Aisyah	8	10	18	Rendah
92	St. Nur Alyyah	5	10	15	Rendah
93	Syafa Irdal Husna	5	10	15	Rendah
94	Wahdania Nur Ramadhan	5	10	15	Rendah
95	Zahra Faatihah S.N	8	10	18	Rendah
96	Zaskya Aulia Ashar	5	10	15	Rendah



Weekdays

No.	Nama	Waktu Tidur Paling Sering	Lama Tidur	Waktu Bangun Paling Sering	Total (Jam)
1	A. Dinda Nadia Salsabila	10:33 PM	>4 jam	4:00 AM	5
2	Adinda Bumi Maharani	10:45 PM	>4 jam	3:15 AM	4
3	Afifah Syahidah	10:00 PM	3-4 jam	3:00 AM	5
4	Afifatun Huriyah Rais	10:00 PM	>4 jam	4:00 AM	6
5	Amanda Shobirah	11:41 PM	>4 jam	5:00 AM	5
6	Andi Riski Syafira	12:00 AM	>4 jam	7:00 AM	7
7	Ani Putri Aneliya	10:30 PM	>4 jam	4:00 AM	5
8	Annaya Zahrah Nabila	10:10 PM	>4 jam	3:20 AM	5
9	Atifah Ananda Baso	9:15 PM	>4 jam	4:00 AM	6
10	Aulia Salma Syarifuddin	10:15 PM	>4 jam	3:55 AM	5
11	Azkiyah Auliyah	10:04 PM	>4 jam	5:45 AM	7
12	Dian Islamiyah	10:00 PM	>4 jam	4:00 AM	6
13	Elmianti	10:00 PM	3-4 jam	4:30 AM	6
14	Fadiah Salsabila	10:30 PM	>4 jam	4:30 AM	6
15	Irma Damayanti	10:10 PM	3-4 jam	4:40 AM	6
16	Khaerun Nisa	10:30 PM	>4 jam	4:50 AM	6
17	Lailatul Fadliah	10:10 PM	3-4 jam	3:40 AM	5
18	Magfira Ramadhani	10:00 PM	>4 jam	4:10 AM	6
19	Maghfirah	9:59 PM	>4 jam	3:59 AM	6
20	Maghofirah Dhininnisani Ummul	10:15 PM	>4 jam	3:30 AM	5
21	Mardatillah	10:30 PM	>4 jam	3:30 AM	5
	r Juwidah Putri	10:30 PM	>4 jam	3:35 AM	5
	i Suci	10:15 PM	>4 jam	4:00 AM	5



24	Musdalifah	10:25 PM	>4 jam	4:50 AM	6
25	Muthahharah J.	10:40 PM	>4 jam	4:25 AM	5
26	Nur Aisyah Wahda	11:45 PM	>4 jam	4:15 AM	4
27	Nur Hanifah Hamzah	10:00 PM	3-4 jam	3:00 AM	5
28	Nurhaliza	10:00 PM	>4 jam	3:00 AM	5
29	Nurmaya Fathana Razak	10:00 PM	>4 jam	5:00 AM	7
30	Nurul Pratami Putri	11:05 PM	>4 jam	3:20 AM	4
31	Putri Awaliah Nurillahi	12:00 AM	>4 jam	5:03 AM	5
32	Putri Shafina Aziza Rustam	10:20 PM	>4 jam	3:15 AM	4
33	Sellaturisca	12:00 AM	>4 jam	4:00 AM	4
34	Widya Atikah	10:35 PM	>4 jam	4:00 AM	5
35	Winda Sandang	10:10 PM	>4 jam	4:55 AM	6
36	Aisyah Bella Muliadi	10:00 PM	2-3 Jam	5:00 AM	7
37	Almi Aritsah	11:05 PM	>4 jam	3:30 AM	4
38	Andi Indri Annissa	10:30 PM	>4 jam	3:30 AM	5
39	Annisa Anggraeni Sabara	10:30 PM	>4 jam	3:40 AM	5
40	Asmaliasari Asrar	10:00 PM	>4 jam	3:00 AM	5
41	Asysyifa Syauqiyah Syamsuddin	7:00 PM	>4 jam	4:00 AM	9
42	Azzahrah Alya Salzabila	10:10 PM	>4 jam	3:25 AM	5
43	Bella Tri Handayani	10:15 PM	3-4 jam	3:15 AM	5
44	Delia Amanda	11:00 PM	>4 jam	4:05 AM	5
45	Dwi Yuni Elvira	10:30 PM	>4 jam	3:30 AM	5
46	Fifi Rezkiani D.	21:40	2-3 jam	4:15 AM	6
47	Fitriah Rizka Nurulsyifa	10:00 PM	>4 jam	4:30 AM	6
	a Suci Maharani	10:20 PM	2-3 jam	1:30 AM	3
	idah Nurul Istiqamah	10:20 PM	>4 jam	4:00 AM	5



50	Mut Mainah	11:30 PM	>4 jam	4:40 AM	5
51	Nabila Aulia Nur	10:00 PM	3-4 jam	3:00 AM	5
52	Nabila Nurfatiha	9:48 PM	>4 jam	3:05 AM	5
53	Nur Fadhilah Junaedi	10:00 PM	>4 jam	3:30 AM	5
54	Nur Islah Kurnila	10:00 PM	>4 jam	3:20 AM	5
55	Nur Rahma Fatiha	10:00 PM	>4 jam	4:00 AM	6
56	Nur Ramadhani Safitri Syam	10:00 PM	3-4 jam	3:00 AM	5
57	Nur Tri Krisnawati	10:30 PM	>4 jam	4:00 AM	5
58	Nurlaela Sainuddin	10:00 PM	>4 jam	2:05 AM	4
59	Nurul Hikmah Ainun Jariah	10:50 PM	>4 jam	3:30 AM	4
60	Salwa Salsabila	10:00 PM	>4 jam	4:30 AM	6
61	Siti Auliyani Saleh	10:30 PM	>4 jam	3:25 AM	4
62	Ummu Kaltum	10:15 PM	>4 jam	5:00 AM	6
63	Xeni Aera Damayanti	10:00 PM	3-4 Jam	3:30 AM	5
64	Zahrah Akmal Hasan	11:35 PM	>4 jam	4:20 AM	4
65	Zakira Nurul Atika	10:00 PM	>4 jam	4:20 AM	6
66	Zalzalatul Mufidah As-Samsir	10:00 PM	>4 jam	3:15 AM	5
67	Adinda Aulia Ahmad	12:30 AM	>4 jam	4:50 AM	4
68	Afifah Auliyah	10:40 PM	>4 jam	4:20 AM	5
69	Afika Mutakharah	10:20 PM	>4 jam	4:10 AM	5
70	Andi Mulidya Ali Abu	10:00 PM	>4 jam	4:00 AM	6
71	Andi Nur Adnin Fadhilah	10:30 PM	>4 jam	4:50 AM	6
72	Andini Aswan	10:20 PM	>4 jam	4:15 AM	5
73	Annisa Aulia Magfirah	10:35 PM	>4 jam	4:15 AM	5
	ahyani Afifah	10:00 PM	>4 jam	4:30 AM	6
	Amanda Fitriana	10:00 PM	>4 jam	4:00 AM	6



76	Fathiyah Khairunnisa Salsabila	10:15 PM	>4 jam	3:40 AM	5
77	Hafizatul Fahmi	10:10 PM	>4 jam	3:15 AM	5
78	Husnul Khatimah	8:00 PM	>4 jam	4:20 AM	8
79	Istiqlalia Imani	11:17 PM	3-4 jam	4:32 AM	5
80	Nabilah Kaltsum Arfiyadie	10:00 PM	>4 jam	3:15 AM	5
81	Nilan Adisty Maghfirah W	10:20 PM	>4 jam	3:10 AM	4
82	Nur Hafiza	10:30 PM	>4 jam	4:00 AM	5
83	Nursyamsih	10:30 PM	>4 jam	4:00 AM	5
84	Nurul Azizah	10:00 PM	>4 jam	3:30 AM	5
85	Rahmi Amalia Akbar	10:30 PM	>4 jam	3:00 AM	4
86	Rahmila	10:10 PM	>4 jam	4:10 AM	6
87	Rayan Elvyan Dhuha	10:35 PM	>4 jam	3:30 AM	4
88	Rofifah Indrawati	10:15 PM	>4 jam	3:55 AM	5
89	Sakinah Daffa Azzahra Subhan	10:20 PM	>4 jam	3:30 AM	5
90	Salwa Nabila	10:30 PM	>4 jam	4:30 AM	6
91	Siti Nur Aisyah	11:00 PM	>4 jam	4:30 AM	5
92	St. Nur Alyyah	11:00 PM	>4 jam	4:00 AM	5
93	Syafa Irdal Husna	1:00 AM	>4 jam	5:00 AM	4
94	Wahdania Nur Ramadhan	10:00 PM	>4 jam	4:30 AM	6
95	Zahra Faatihah S.N	10:00 PM	>4 jam	3:30 AM	5
96	Zaskya Aulia Ashar	10:30 PM	>4 jam	3:00 AM	4



Weekend

No.	Nama	Waktu Tidur Paling Sering	Lama Tidur	Waktu Bangun Paling Sering	Total (Jam)
1	A. Dinda Nadia Salsabila	11:30 PM	>4 jam	5:00 AM	5
2	Adinda Bumi Maharani	9:25 PM	>4 jam	4:55	7
3	Afifah Syahidah	1:00 AM	2-3 jam	7:00 AM	6
4	Afifatun Huriyah Rais	11:30 PM	>4 jam	5:00 AM	5
5	Amanda Shobirah	12:00 AM	>4 jam	9:00 AM	9
6	Andi Riski Syafira	11:00 PM	3-4 jam	7:00 AM	8
7	Ani Putri Aneliya	10:30 PM	>4 jam	4:00 AM	5
8	Annaya Zahrah Nabila	10:10 PM	>4 jam	4:00 AM	5
9	Atifah Ananda Baso	9:30 PM	>4 jam	4:00 AM	6
10	Aulia Salma Syarifuddin	9:45 PM	>4 jam	4:25 AM	6
11	Azkiyah Auliyah	10:05 PM	>4 jam	5:00 AM	6
12	Dian Islamiyah	10:15 PM	>4 jam	4:30 AM	6
13	Elmianti	10:00 PM	3-4 jam	5:00 AM	7
14	Fadiyah Salsabila	11:00 PM	>4 jam	5:15 AM	6
15	Irma Damayanti	11:00 PM	3-4 jam	5:10 AM	6
16	Khaerun Nisa	10:30 PM	3-4 jam	4:55 AM	6
17	Lailatul Fadliah	11:00 PM	3-4 jam	5:10 AM	6
18	Magfira Ramadhani	10:00 PM	>4 jam	7:00 AM	9
19	Maghfirah	9:59 PM	>4 jam	4:00 AM	6
20	Maghofirah Dhininnisani Ummul	10:15 PM	>4 jam	3:30 AM	5
21	Mardatillah	10:30 PM	>4 jam	3:30 AM	5
	Mar Juwidah Putri	11:00 PM	>4 jam	4:45 AM	5
	ni Suci	11:00 PM	>4 jam	5:00 AM	6
	alifah	10:20 PM	>4 jam	5:05 AM	6



25	Muthahharah J.	11:31 PM	>4 jam	4:24 AM	4
26	Nur Aisyah Wahda	11:00 PM	>4 jam	4:45 AM	5
27	Nur Hanifah Hamzah	11:00 PM	3-4 jam	5:00 AM	6
28	Nurhaliza	10:00 PM	>4 jam	2:00 AM	4
29	Nurmaya Fathana Razak	10:00 PM	>4 jam	5:00 AM	7
30	Nurul Pratami Putri	10:15 PM	>4 jam	3:20 AM	5
31	Putri Awaliah Nurillahi	12:30 AM	3-4 jam	8:00 AM	7
32	Putri Shafina Aziza Rustam	22:20	>4 jam	3:15 AM	4
33	Sellaturisca	10:20 PM	>4 jam	4:20 AM	6
34	Widya Atikah	10:35 PM	3-4 jam	5:00 AM	6
35	Winda Sandang	10:10 PM	>4 jam	4:50 AM	6
36	Aisyah Bella Muliadi	9:00 PM	3-4 Jam	5:00 AM	8
37	Almi Aritsah	10:00 PM	3-4 Jam	6:15 AM	8
38	Andi Indri Annissa	11:00 PM	>4 jam	4:30 AM	5
39	Annisa Anggraeni Sabara	11:00 PM	>4 jam	4:30 AM	5
40	Asmaliasari Asrar	10:15 PM	3-4 jam	4:45 AM	6
41	Asysyifa Syauqiyah Syamsuddin	7:00 PM	>4 jam	5:00 AM	10
42	Azzahrah Alya Salzabila	10:10 PM	>4 jam	4:50 AM	6
43	Bella Tri Handayani	10:00 PM	2-3 jam	3:15 AM	5
44	Delia Amanda	11:05 PM	>4 jam	4:05 AM	5
45	Dwi Yuni Elvira	11:00 PM	>4 jam	4:45 AM	5
46	Fifi Rezkiani D.	9:40 PM	2-3 jam	6:00 AM	8
47	Fitriah Rizka Nurulsyifa	10:30 PM	>4 jam	4:30 AM	6
48	Frischa Suci Maharani	10:07 PM	3-4 jam	4:05 AM	5
	hidah Nurul Istiqamah	10:20 PM	3-4 jam	6:45 AM	8
	Mainah	11:30 PM	>4 jam	4:40 AM	5



51	Nabila Aulia Nur	10:00 PM	>4 jam	5:00 AM	7
52	Nabila Nurfatiha	9:25 PM	>4 jam	3:40 AM	6
53	Nur Fadhilah Junaedi	10:00 PM	3-4 jam	4:30 AM	6
54	Nur Islah Kurnila	10:00 PM	>4 jam	3:00 AM	5
55	Nur Rahma Fatiha	11:30 PM	>4 jam	5:00 AM	5
56	Nur Ramadhani Safitri Syam	10:00 PM	>4 jam	4:50 AM	6
57	Nur Tri Krisnawati	1:00 AM	>4 jam	4:30 AM	3
58	Nurlaela Sainuddin	10:30 PM	>4 jam	4:45 AM	6
59	Nurul Hikmah Ainun Jariah	10:00 PM	>4 jam	4:30 AM	6
60	Salwa Salsabila	10:30 PM	>4 jam	4:30 AM	6
61	Siti Auliyani Saleh	10:20 PM	>4 jam	5:50 AM	7
62	Ummu Kaltum	11:00 PM	>4 jam	5:00 AM	6
63	Xeni Aera Damayanti	9:30 PM	3-4 Jam	4:00 AM	6
64	Zahrah Akmal Hasan	11:30 PM	>4 jam	5:45 AM	6
65	Zakira Nurul Atika	11:00 PM	>4 jam	4:30 AM	5
66	Zalzalatul Mufidah As-Samsir	10:00 PM	>4 jam	3:15 AM	5
67	Adinda Aulia Ahmad	12:15 AM	>4 jam	9:30 AM	9
68	Afifah Auliyah	10:30 PM	>4 jam	4:55 AM	6
69	Afika Mutakharah	10:40 PM	>4 jam	5:40 AM	7
70	Andi Mulidya Ali Abu	10:00 PM	>4 jam	5:30 AM	7
71	Andi Nur Adnin Fadhilah	11:30 PM	2-3 jam	4:40 AM	5
72	Andini Aswan	10:20 PM	>4 jam	4:45 AM	6
73	Annisa Aulia Magfirah	10:35 PM	>4 jam	4:15 AM	5
74	Dwi Cahyani Afifah	11:00 PM	>4 jam	5:00 AM	6
	Amanda Fitriana	10:30 PM	>4 jam	4:30 AM	6
	Yah Khairunnisa Salsabila	9:00 PM	>4 jam	4:30 AM	7



77	Hafizatul Fahmi	11:00 PM	>4 jam	3:15 AM	4
78	Husnul Khatimah	10:00 PM	>4 jam	5:00 AM	7
79	Istiqlalia Imani	11:23 PM	>4 jam	8:01 AM	8
80	Nabilah Kaltsum Arfiyadie	10:00 PM	>4 jam	5:00 AM	7
81	Nilan Adisty Maghfirah W	10:00 PM	>4 jam	4:30 AM	6
82	Nur Hafiza	11:00 PM	>4 jam	5:00 AM	6
83	Nursyamsih	10:30 PM	>4 jam	5:00 AM	6
84	Nurul Azizah	10:00 PM	>4 jam	4:30 AM	6
85	Rahmi Amalia Akbar	12:00 AM	>4 jam	4:50 AM	4
86	Rahmila	9:40 PM	>4 jam	5:40 AM	8
87	Rayan Elvyan Dhuha	10:35 PM	>4 jam	4:00 AM	5
88	Rofifah Indrawati	10:00 PM	>4 jam	4:45 AM	6
89	Sakinah Daffa Azzahra Subhan	22:30	>4 jam	4:30 AM	6
90	Salwa Nabila	10:15 PM	>4 jam	4:20 AM	6
91	Siti Nur Aisyah	11:00 PM	>4 jam	4:50 AM	5
92	St. Nur Alyyah	11:00 PM	>4 jam	4:00 AM	5
93	Syafa Irdal Husna	1:00 AM	>4 jam	6:00 AM	5
94	Wahdania Nur Ramadhan	9:30 PM	3-4 jam	8:00 AM	10
95	Zahra Faatihah S.N	9:30 PM	>4 jam	4:00 AM	6
96	Zaskya Aulia Ashar	10:30 PM	3-4 jam	4:00 AM	5



No.	Nama	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	Skor	Hasil	Skor	Ket.
1	A. Dinda Nadia Salsabila	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	7	43.75	56%	Kurang
2	Adinda Bumi Maharani	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
3	Afifah Syahidah	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	8	50	64%	Kurang
4	Afifatun Huriyah Rais	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	9	56.25	72%	Kurang
5	Amanda Shobirah	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	6.25	8%	Kurang
6	Andi Riski Syafira	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	5	31.25	40%	Kurang
7	Ani Putri Aneliya	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	11	68.75	88%	Baik
8	Annaya Zahrah Nabila	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	11	68.75	88%	Baik
9	Atifah Ananda Baso	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	12	75	96%	Baik
10	Aulia Salma Syarifuddin	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	9	56.25	72%	Kurang
11	Azkiyah Auliyah	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	6	37.5	48%	Kurang
12	Dian Islamiyah	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	8	50	64%	Kurang
13	Elmianti	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
14	Fadiyah Salsabila	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
15	Irma Damayanti	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	9	56.25	72%	Kurang
16	Khaerun Nisa	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	9	56.25	72%	Kurang
17	Lailatul Fadliah	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	12	75	96%	Baik
18	Magfira Ramadhani	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	7	43.75	56%	Kurang
19	Maghfirah	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	9	56.25	72%	Kurang
20	Maghofirah Dhininnisani Ummul	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	5	31.25	40%	Kurang
21	Mardatillah	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
22	Mawar Juwidah Putri	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	4	25	32%	Kurang
23	Melati Suci	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	9	56.25	72%	Kurang
24	M	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
25	M	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang



26	Nur Aisyah Wahda	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	8	50	64%	Kurang
27	Nur Hanifah Hamzah	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	6	37.5	48%	Kurang
28	Nurhaliza	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	4	25	32%	Kurang
29	Nurmaya Fathana Razak	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	25	32%	Kurang
30	Nurul Pratami Putri	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	9	56.25	72%	Kurang
31	Putri Awaliah Nurillahi	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	9	56.25	72%	Kurang
32	Putri Shafina Aziza Rustam	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	7	43.75	56%	Kurang
33	Sellaturisca	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	8	50	64%	Kurang
34	Widya Atikah	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	9	56.25	72%	Kurang
35	Winda Sandang	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	11	68.75	88%	Baik
36	Aisyah Bella Muliadi	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
37	Almi Aritsah	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
38	Andi Indri Annissa	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
39	Annisa Anggraeni Sabara	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	8	50	64%	Kurang
40	Asmaliasari Asrar	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
41	Asysyifa Syauqiyah Syamsuddin	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	7	43.75	56%	Kurang
42	Azzahrah Alya Salzabila	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	9	56.25	72%	Kurang
43	Bella Tri Handayani	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	5	31.25	40%	Kurang
44	Delia Amanda	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	6	37.5	48%	Kurang
45	Dwi Yuni Elvira	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	12	75	96%	Baik
46	Fifi Rezkiani D.	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	7	43.75	56%	Kurang
47	Fitriah Rizka Nurulsyifa	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	5	31.25	40%	Kurang
48	Frischa Suci Maharani	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	11	68.75	88%	Baik
49	Mujahidah Nurul Istiqamah	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	9	56.25	72%	Kurang
50	N	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	11	68.75	88%	Baik
51	N	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	10	62.5	80%	Baik



52	Nabila Nurfatiha	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
53	Nur Fadhilah Junaedi	0	0	1	1	0	0	1	1		0	1	1	1	1	1	1	10	62.5	80%	Baik
54	Nur Islah Kurnila	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
55	Nur Rahma Fatiha	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	8	50	64%	Kurang
56	Nur Ramadhani Safitri Syam	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	12	75	96%	Baik
57	Nur Tri Krisnawati	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	13	81.25	104%	Baik
58	Nurlaela Sainuddin	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	8	50	64%	Kurang
59	Nurul Hikmah Ainun Jariah	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	12.5	16%	Kurang
60	Salwa Salsabila	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	7	43.75	56%	Kurang
61	Siti Auliyani Saleh	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	10	62.5	80%	Baik
62	Ummu Kaltum	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
63	Xeni Aera Damayanti	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1		1	1	8	50	64%	Kurang
64	Zahrah Akmal Hasan	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	81.25	104%	Baik
65	Zakira Nurul Atika	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	5	31.25	40%	Kurang
66	Zalzalatul Mufidah As-Samsir	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5	31.25	40%	Kurang
67	Adinda Aulia Ahmad	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	7	43.75	56%	Kurang
68	Afifah Auliyah	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	7	43.75	56%	Kurang
69	Afika Mutakharah	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	11	68.75	88%	Baik
70	Andi Mulidya Ali Abu	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	10	62.5	80%	Baik
71	Andi Nur Adnin Fadhilah	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	62.5	80%	Baik
72	Andini Aswan	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	8	50	64%	Kurang
73	Annisa Aulia Magfirah	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
74	Dwi Cahyani Afifah	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	7	43.75	56%	Kurang
75	Erika Amanda Fitriana	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	8	50	64%	Kurang
76	F	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	13	81.25	104%	Baik
77	F	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	6	37.5	48%	Kurang



78	Husnul Khatimah	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	11	68.75	88%	Baik
79	Istiqialia Imani	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
80	Nabilah Kaltsum Arfiyadie	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	11	68.75	88%	Baik
81	Nilan Adisty Maghfirah W	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	11	68.75	88%	Baik
82	Nur Hafiza	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	5	31.25	40%	Kurang
83	Nursyamsih	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	5	31.25	40%	Kurang
84	Nurul Azizah	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	10	62.5	80%	Baik
85	Rahmi Amalia Akbar	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
86	Rahmila	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
87	Rayan Elvyan Dhuha	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	7	43.75	56%	Kurang
88	Rofifah Indrawati	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	11	68.75	88%	Baik
89	Sakinah Daffa Azzahra Subhan	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	10	62.5	80%	Baik
90	Salwa Nabila	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	7	43.75	56%	Kurang
91	Siti Nur Aisyah	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	8	50	64%	Kurang
92	St. Nur Alyyah	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	8	50	64%	Kurang
93	Syafa Irdal Husna	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	56.25	72%	Kurang
94	Wahdania Nur Ramadhan	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	7	43.75	56%	Kurang
95	Zahra Faatihah S.N	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	6	37.5	48%	Kurang
96	Zaskya Aulia Ashar	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	7	43.75	56%	Kurang



LAMPIRAN 8

HASIL ANALISIS DATA SPSS

Umur Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	4	4.2	4.2	4.2
	16	64	66.7	66.7	70.8
	17	28	29.2	29.2	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Status Gizi Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	80	83.3	83.3	83.3
	Overweight	12	12.5	12.5	95.8
	Underweight	4	4.2	4.2	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Suku Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bugis	79	82.3	82.3	82.3
	Bugis Makassar	8	8.3	8.3	90.6
	Duri	1	1.0	1.0	91.7
	Jawa	2	2.1	2.1	93.8
	Mandar	1	1.0	1.0	94.8
	Minahasa	1	1.0	1.0	95.8
	Minang	1	1.0	1.0	96.9
	Sasak	2	2.1	2.1	99.0
	Toraja	1	1.0	1.0	100.0
	Total	96	100.0	100.0	



Keadaan Kesehatan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Influenza	4	4.2	4.2	4.2
	Maag	1	1.0	1.0	5.2
	Muntah-muntah	1	1.0	1.0	6.3
	Sehat	90	93.8	93.8	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Pendidikan Ayah Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tamat D3	3	3.1	3.1	3.1
	Tamat PT	51	53.1	53.1	56.3
	Tamat SD/MI	2	2.1	2.1	58.3
	Tamat SMA/MA	34	35.4	35.4	93.8
	Tamat SMK	2	2.1	2.1	95.8
	Tamat SMP/MTs	4	4.2	4.2	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Pendidikan Ibu Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	D1	1	1.0	1.0	1.0
	Tamat PT	1	1.0	1.0	2.1
	Tamat D3	5	5.2	5.2	7.3
	Tamat PT	40	41.7	41.7	49.0
	Tamat SD/MI	1	1.0	1.0	50.0
	Tamat SMA/MA	44	45.8	45.8	95.8
	Tamat SMK	1	1.0	1.0	96.9
	Tamat SMP/MTs	3	3.1	3.1	100.0
	Total	96	100.0	100.0	



Pekerjaan Ayah Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	dosen	1	1.0	1.0	1.0
	Guru	2	2.1	2.1	3.1
	Kontraktor	1	1.0	1.0	4.2
	Petani	3	3.1	3.1	7.3
	PNS	23	24.0	24.0	31.3
	Polisi	1	1.0	1.0	32.3
	Polri	2	2.1	2.1	34.4
	TNI	2	2.1	2.1	36.5
	Wiraswasta	49	51.0	51.0	87.5
	Wirausaha	12	12.5	12.5	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Pekerjaan Ibu Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	dosen	2	2.1	2.1	2.1
	Guru	2	2.1	2.1	4.2
	Ibu Rumah Tangga	55	57.3	57.3	61.5
	Perawat	1	1.0	1.0	62.5
	PNS	23	24.0	24.0	86.5
	TNI	1	1.0	1.0	87.5
	Wiraswasta	6	6.3	6.3	93.8
	Wirausaha	6	6.3	6.3	100.0
	Total	96	100.0	100.0	



Lampiran Aktivitas Sedentari

		Aktivitas Sedentari			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Sedentari	70	72.9	72.9	72.9
	Sedentari	26	27.1	27.1	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Umur Responden * Aktivitas Sedentari Crosstabulation

			Aktivitas Sedentari		
			Tidak Sedentari	Sedentari	Total
Umur Responden	15	Count	2	2	4
		% within Umur Responden	50.0%	50.0%	100.0%
		% within Aktivitas Sedentari	2.9%	7.7%	4.2%
		% of Total	2.1%	2.1%	4.2%
	16	Count	46	18	64
		% within Umur Responden	71.9%	28.1%	100.0%
		% within Aktivitas Sedentari	65.7%	69.2%	66.7%
		% of Total	47.9%	18.8%	66.7%
	17	Count	22	6	28
		% within Umur Responden	78.6%	21.4%	100.0%
		% within Aktivitas Sedentari	31.4%	23.1%	29.2%
		% of Total	22.9%	6.3%	29.2%
Total	Count	70	26	96	
	% within Umur Responden	72.9%	27.1%	100.0%	
	% within Aktivitas Sedentari	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	72.9%	27.1%	100.0%	



Rata-Rata Waktu Jenis Aktivitas Sedentari

			Statistic	Std. Error
Total Waktu Mengaji	Mean		946.51	61.025
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	825.36	
		Upper Bound	1067.66	
	5% Trimmed Mean		880.74	
	Median		787.50	
	Variance		357503.747	
	Std. Deviation		597.916	
	Minimum		270	
	Maximum		2835	
	Range		2565	
	Interquartile Range		280	
	Skewness		2.045	.246
	Kurtosis		3.073	.488
Total Waktu Dzikir	Mean		116.98	5.570
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	105.92	
		Upper Bound	128.04	
	5% Trimmed Mean		117.91	
	Median		105.00	
	Variance		2978.673	
	Std. Deviation		54.577	
	Minimum		0	
	Maximum		245	
	Range		245	
	Interquartile Range		35	
	Skewness		.147	.246
	Kurtosis		.536	.488
Total Waktu Kajian	Mean		298.28	4.658
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	289.03	
		Upper Bound	307.53	
	5% Trimmed Mean		307.35	
	Median		315.00	
	Variance		2082.541	
	Std. Deviation		45.635	
	Minimum		90	
	Maximum		315	
	Range		225	
	Interquartile Range		0	
	Skewness		-3.412	.246
	Kurtosis		11.385	.488
Total Waktu Belajar	Mean		291.51	9.875
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	271.91	
		Upper Bound	311.11	
	5% Trimmed Mean		293.82	
	Median		300.00	
	Variance		9361.116	
	Std. Deviation		96.753	
	Minimum		90	
	Maximum		450	
	Range		360	
	Interquartile Range		150	
	Skewness		-.203	.246
	Kurtosis		-1.080	.488



Rata-Rata Waktu Jenis Aktivitas Sedentari Kelas takhassus

			Statistic	Std. Error
Waktu_Mengaji_Takhassus	Mean		2364.23	99.053
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2148.41	
		Upper Bound	2580.05	
	5% Trimmed Mean		2378.59	
	Median		2460.00	
	Variance		127549.359	
	Std. Deviation		357.141	
	Minimum		1635	
	Maximum		2835	
	Range		1200	
	Interquartile Range		580	
	Skewness		-.841	.616
	Kurtosis		-.112	1.191
Waktu_Dzikir_Takhassus	Mean		39.23	13.854
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	9.05	
		Upper Bound	69.42	
	5% Trimmed Mean		37.76	
	Median		.00	
	Variance		2495.192	
	Std. Deviation		49.952	
	Minimum		0	
	Maximum		105	
	Range		105	
	Interquartile Range		105	
	Skewness		.590	.616
	Kurtosis		-1.859	1.191
Waktu_Kajian_Takhassus	Mean		222.31	24.701
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	168.49	
		Upper Bound	276.13	
	5% Trimmed Mean		224.51	
	Median		270.00	
	Variance		7931.731	
	Std. Deviation		89.060	
	Minimum		90	
	Maximum		315	
	Range		225	
	Interquartile Range		165	
	Skewness		-.408	.616
	Kurtosis		-1.797	1.191
Waktu_Belajar_Takhassus	Mean		233.08	29.686
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	168.40	
		Upper Bound	297.76	
	5% Trimmed Mean		233.97	
	Median		265.00	
	Variance		11456.410	
	Std. Deviation		107.035	
	Minimum		90	
	Maximum		360	
	Range		270	
	Interquartile Range		220	
	Skewness		-.021	.616
	Kurtosis		-1.829	1.191



Rata-Rata Waktu Jenis Aktivitas Sedentari Santri Kelas Reguler

		Statistic	Std. Error
waktu_mengaji_reguler	Mean	724.46	18.022
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	688.61
		Upper Bound	760.31
	5% Trimmed Mean	728.11	
	Median	720.00	
	Variance	26959.154	
	Std. Deviation	164.192	
	Minimum	270	
	Maximum	1050	
	Range	780	
	Interquartile Range	225	
	Skewness	-.342	.264
	Kurtosis	-.494	.523
waktu_dzikir_reguler	Mean	129.16	4.881
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	119.45
		Upper Bound	138.87
	5% Trimmed Mean	126.64	
	Median	105.00	
	Variance	1977.329	
	Std. Deviation	44.467	
	Minimum	70	
	Maximum	245	
	Range	175	
	Interquartile Range	35	
	Skewness	1.208	.264
	Kurtosis	-.118	.523
waktu_kajian_reguler	Mean	310.18	1.527
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	307.14
		Upper Bound	313.22
	5% Trimmed Mean	312.15	
	Median	315.00	
	Variance	193.565	
	Std. Deviation	13.913	
	Minimum	270	
	Maximum	315	
	Range	45	
	Interquartile Range	0	
	Skewness	-2.572	.264
	Kurtosis	4.740	.523
waktu_belajar_reguler	Mean	300.66	10.145
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	280.48
		Upper Bound	320.84
	5% Trimmed Mean	302.28	
	Median	300.00	
	Variance	8542.543	
	Std. Deviation	92.426	
	Minimum	90	
	Maximum	450	
	Range	360	
	Interquartile Range	150	
	Skewness	-.149	.264
	Kurtosis	-1.184	.523



Lampiran Screen Time

Screen Time Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	96	100.0	100.0	100.0

Umur Responden * Screen Time Responden Crosstabulation

			Screen Time Responden Rendah	Total
Umur Responden	15	Count	4	4
		% within Umur Responden	100.0%	100.0%
		% within Screen Time Responden	4.2%	4.2%
		% of Total	4.2%	4.2%
	16	Count	64	64
		% within Umur Responden	100.0%	100.0%
		% within Screen Time Responden	66.7%	66.7%
		% of Total	66.7%	66.7%
	17	Count	28	28
		% within Umur Responden	100.0%	100.0%
		% within Screen Time Responden	29.2%	29.2%
		% of Total	29.2%	29.2%
Total		Count	96	96
		% within Umur Responden	100.0%	100.0%
		% within Screen Time Responden	100.0%	100.0%
		% of Total	100.0%	100.0%



Rata-Rata Waktu Screen Time

			Statistic	Std. Error
Waktu Penggunaan Handphone	Mean		6.30	.230
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	5.85	
		Upper Bound	6.76	
	5% Trimmed Mean		6.28	
	Median		5.00	
	Variance		5.076	
	Std. Deviation		2.253	
	Minimum		3	
	Maximum		10	
	Range		7	
	Interquartile Range		3	
	Skewness		.516	.246
	Kurtosis		-1.032	.488
Waktu Terpapar Layar Proyektor	Mean		16.88	.476
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	15.93	
		Upper Bound	17.82	
	5% Trimmed Mean		17.08	
	Median		20.00	
	Variance		21.711	
	Std. Deviation		4.659	
	Minimum		10	
	Maximum		20	
	Range		10	
	Interquartile Range		10	
	Skewness		-.822	.246
	Kurtosis		-1.353	.488

Rata-Rata Waktu Jenis Screen Time Kelas Takhassus

			Statistic	Std. Error
Waktu_Menelfon_Takhassus	Mean		8.38	.684
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	6.89	
		Upper Bound	9.88	
	5% Trimmed Mean		8.59	
	Median		10.00	
	Variance		6.090	
	Std. Deviation		2.468	
	Minimum		3	
	Maximum		10	



Waktu_Menonton_Takhassu s	Range		7	
	Interquartile Range		4	
	Skewness		-1.311	.616
	Kurtosis		.377	1.191
	Mean		17.69	1.216
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	15.04	
		Upper Bound	20.34	
	5% Trimmed Mean		17.99	
	Median		20.00	
	Variance		19.231	
	Std. Deviation		4.385	
	Minimum		10	
	Maximum		20	
	Range		10	
	Interquartile Range		5	
	Skewness		-1.451	.616
	Kurtosis		.095	1.191

Rata-Rata Waktu Acreen Time Santri Kelas Reguler

			Statistic	Std. Error
waktu_menelfon_reguler	Mean		5.98	.225
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	5.53	
		Upper Bound	6.42	
	5% Trimmed Mean		5.92	
	Median		5.00	
	Variance		4.195	
	Std. Deviation		2.048	
	Minimum		3	
	Maximum		10	
	Range		7	
	Interquartile Range		3	
	Skewness		.749	.264
	Kurtosis		-.458	.523
waktu_menonton_reguler	Mean		16.75	.517
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	15.72	
		Upper Bound	17.78	
	5% Trimmed Mean		16.94	
	Median		20.00	
	Variance		22.216	
	Std. Deviation		4.713	
	Minimum		10	



Maximum	20	
Range	10	
Interquartile Range	10	
Skewness	-.760	.264
Kurtosis	-1.459	.523

Lampiran Durasi Tidur

waktu tidur paling sering weekdays

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0:00	2	2.1	2.1	2.1
	0:00	1	1.0	1.0	3.1
	0:30	1	1.0	1.0	4.2
	1:00	1	1.0	1.0	5.2
	19:00	1	1.0	1.0	6.3
	20:00	1	1.0	1.0	7.3
	21:15	1	1.0	1.0	8.3
	21:40	1	1.0	1.0	9.4
	21:48	1	1.0	1.0	10.4
	21:59	1	1.0	1.0	11.5
	22:00	28	29.2	29.2	40.6
	22:04	1	1.0	1.0	41.7
	22:10	7	7.3	7.3	49.0
	22:15	7	7.3	7.3	56.3
	22:20	7	7.3	7.3	63.5
	22:25	1	1.0	1.0	64.6
	22:30	16	16.7	16.7	81.3
	22:33	1	1.0	1.0	82.3
	22:35	3	3.1	3.1	85.4
	22:40	2	2.1	2.1	87.5
	22:45	1	1.0	1.0	88.5
	2:50	1	1.0	1.0	89.6
	3:00	3	3.1	3.1	92.7
	3:05	2	2.1	2.1	94.8



23:17	1	1.0	1.0	95.8
23:30	1	1.0	1.0	96.9
23:35	1	1.0	1.0	97.9
23:41	1	1.0	1.0	99.0
23:45	1	1.0	1.0	100.0
Total	96	100.0	100.0	

waktu bangun paling sering weekdays

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1:30	1	1.0	1.0	1.0
	2:05	1	1.0	1.0	2.1
	3:00	8	8.3	8.3	10.4
	3:05	1	1.0	1.0	11.5
	3:10	1	1.0	1.0	12.5
	3:15	6	6.3	6.3	18.8
	3:20	3	3.1	3.1	21.9
	3:25	2	2.1	2.1	24.0
	3:30	12	12.5	12.5	36.5
	3:35	1	1.0	1.0	37.5
	3:40	3	3.1	3.1	40.6
	3:55	2	2.1	2.1	42.7
	3:59	1	1.0	1.0	43.8
	4:00	17	17.7	17.7	61.5
	4:05	1	1.0	1.0	62.5
	4:10	3	3.1	3.1	65.6
	4:15	4	4.2	4.2	69.8
	4:20	4	4.2	4.2	74.0
	4:25	1	1.0	1.0	75.0
	4:30	8	8.3	8.3	83.3
	4:32	1	1.0	1.0	84.4
	4:40	2	2.1	2.1	86.5
	4:50	4	4.2	4.2	90.6
	4:55	1	1.0	1.0	91.7



5:00	5	5.2	5.2	96.9
5:03	1	1.0	1.0	97.9
5:45	1	1.0	1.0	99.0
7:00	1	1.0	1.0	100.0
Total	96	100.0	100.0	

waktu tidur paling sering weekend

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0:00	2	2.1	2.1	2.1
	0:15	1	1.0	1.0	3.1
	0:30	1	1.0	1.0	4.2
	1:00	3	3.1	3.1	7.3
	19:00	1	1.0	1.0	8.3
	21:00	2	2.1	2.1	10.4
	21:25	2	2.1	2.1	12.5
	21:30	4	4.2	4.2	16.7
	21:40	2	2.1	2.1	18.8
	21:45	1	1.0	1.0	19.8
	21:59	1	1.0	1.0	20.8
	22:00	18	18.8	18.8	39.6
	22:05	1	1.0	1.0	40.6
	22:07	1	1.0	1.0	41.7
	22:10	3	3.1	3.1	44.8
	22:15	5	5.2	5.2	50.0
	22:20	6	6.3	6.3	56.3
	22:30	11	11.5	11.5	67.7
	22:35	3	3.1	3.1	70.8
	22:40	1	1.0	1.0	71.9
	23:00	18	18.8	18.8	90.6
	23:05	1	1.0	1.0	91.7
	23:23	1	1.0	1.0	92.7
	23:30	6	6.3	6.3	99.0
	23:31	1	1.0	1.0	100.0
	Total	96	100.0	100.0	



Waktu Bangun paling sering weekend

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2:00	1	1.0	1.0	1.0
	3:00	1	1.0	1.0	2.1
	3:15	4	4.2	4.2	6.3
	3:20	1	1.0	1.0	7.3
	3:30	2	2.1	2.1	9.4
	3:40	1	1.0	1.0	10.4
	4:00	9	9.4	9.4	19.8
	4:05	2	2.1	2.1	21.9
	4:15	1	1.0	1.0	22.9
	4:20	2	2.1	2.1	25.0
	4:24	1	1.0	1.0	26.0
	4:25	1	1.0	1.0	27.1
	4:30	14	14.6	14.6	41.7
	4:40	2	2.1	2.1	43.8
	4:45	7	7.3	7.3	51.0
	4:50	5	5.2	5.2	56.3
	4:55	3	3.1	3.1	59.4
	5:00	18	18.8	18.8	78.1
	5:05	1	1.0	1.0	79.2
	5:10	2	2.1	2.1	81.3
	5:15	1	1.0	1.0	82.3
	5:30	1	1.0	1.0	83.3
	5:40	2	2.1	2.1	85.4
	5:45	1	1.0	1.0	86.5
	5:50	1	1.0	1.0	87.5
	6:00	2	2.1	2.1	89.6
	6:15	1	1.0	1.0	90.6
	6:45	1	1.0	1.0	91.7
	7:00	3	3.1	3.1	94.8
	7:00	2	2.1	2.1	96.9
	7:01	1	1.0	1.0	97.9
	7:00	1	1.0	1.0	99.0



9:30	1	1.0	1.0	100.0
Total	96	100.0	100.0	

lama tidur weekdays

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	>4 jam	83	86.5	86.5	86.5
	2-3 jam	3	3.1	3.1	89.6
	3-4 jam	10	10.4	10.4	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

lama tidur weekend

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	>4 jam	75	78.1	78.1	78.1
	2-3 jam	4	4.2	4.2	82.3
	3-4 jam	17	17.7	17.7	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Lampiran pengetahuan gizi

Pengetahuan Gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	72	75.0	75.0	75.0
	Baik	24	25.0	25.0	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Umur Responden * Pengetahuan Gizi Crosstabulation

			Pengetahuan Gizi		
			Kurang	Baik	Total
Umur Responden	15	Count	4	0	4
		% within Umur Responden	100.0%	0.0%	100.0%
		% within Pengetahuan Gizi	5.6%	0.0%	4.2%
		% of Total	4.2%	0.0%	4.2%
	16	Count	46	18	64
		% within Umur Responden	71.9%	28.1%	100.0%



	17	% within Pengetahuan Gizi	63.9%	75.0%	66.7%
		% of Total	47.9%	18.8%	66.7%
		Count	22	6	28
		% within Umur Responden	78.6%	21.4%	100.0%
		% within Pengetahuan Gizi	30.6%	25.0%	29.2%
		% of Total	22.9%	6.3%	29.2%
		Count	72	24	96
		% within Umur Responden	75.0%	25.0%	100.0%
Total		% within Pengetahuan Gizi	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	75.0%	25.0%	100.0%

A1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	77	80.2	80.2	80.2
	1	19	19.8	19.8	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	59	61.5	61.5	61.5
	1	37	38.5	38.5	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	26	27.1	27.1	27.1
	1	70	72.9	72.9	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
		24	25.0	25.0	25.0
		72	75.0	75.0	100.0



Total	96	100.0	100.0
-------	----	-------	-------

A5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	81	84.4	84.4	84.4
	1	15	15.6	15.6	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	35	36.5	36.5	36.5
	1	61	63.5	63.5	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	4	4.2	4.2	4.2
	1	92	95.8	95.8	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	58	60.4	60.4	60.4
	1	38	39.6	39.6	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
		41	42.7	42.7	42.7
		55	57.3	57.3	100.0
	Total	96	100.0	100.0	



A10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	86	89.6	89.6	89.6
	1	10	10.4	10.4	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	61	63.5	63.5	63.5
	1	35	36.5	36.5	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	68	70.8	70.8	70.8
	1	28	29.2	29.2	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	22	22.9	22.9	22.9
	1	74	77.1	77.1	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
		48	50.0	50.0	50.0
		48	50.0	50.0	100.0
	Total	96	100.0	100.0	



A15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	21	21.9	21.9	21.9
	1	75	78.1	78.1	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

A16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	33	34.4	34.4	34.4
	1	63	65.6	65.6	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Rata-Rata

		Statistic	Std. Error
Total Keseluruhan Aktivitas Sedentari (menit)	Mean	1653.28	55.109
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1543.88
		Upper Bound	1762.69
	5% Trimmed Mean	1594.11	
	Median	1517.50	
	Variance	291551.489	
	Std. Deviation	539.955	
	Minimum	945	
	Maximum	3495	
	Range	2550	
	Interquartile Range	315	
	Skewness	1.965	.246
	Kurtosis	3.444	.488
Total Keseluruhan Screen Time (menit)	Mean	23.18	.539
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	22.11
		Upper Bound	24.25
	5% Trimmed Mean	23.32	
	Median	25.00	
	Variance	27.853	



	Std. Deviation		5.278	
	Minimum		13	
	Maximum		30	
	Range		17	
	Interquartile Range		10	
	Skewness		-.553	.246
	Kurtosis		-.964	.488
	Mean		5.22	.094
Total Keseluruhan Durasi Tidur (Jam) Weekdays	95% Confidence Interval for	Lower Bound	5.03	
	Mean	Upper Bound	5.41	
	5% Trimmed Mean		5.16	
	Median		5.00	
	Variance		.846	
	Std. Deviation		.920	
	Minimum		3	
	Maximum		9	
	Range		6	
	Interquartile Range		1	
	Skewness		.956	.246
	Kurtosis		2.743	.488
Total Keseluruhan Durasi Tidur (Jam) Weekend	Mean		6.02	.130
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	5.76	
	Mean	Upper Bound	6.28	
	5% Trimmed Mean		5.96	
	Median		6.00	
	Variance		1.621	
	Std. Deviation		1.273	
	Minimum		3	
	Maximum		10	
	Range		7	
	Interquartile Range		1	
	Skewness		.898	.246
	Kurtosis		1.391	.488



LAMPIRAN 8


PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
BIDANG PENYELENGGARAAN PELAYANAN PERIZINAN

Nomor : 407/S.01/PTSP/2020
Lampiran :
Penhal : Izin Penelitian

KepadaYth.
Pimpinan Pondok Pesantren Darul
Aman Gombara Makassar

di:
Tempat

Bermaksud surat Dekan Fak. Kesehatan Masyarakat UNHAS Makassar Nomor : 461/UN4.14/PL.00.0/2020
tanggal 19 Januari 2020 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

Nama : ANDI AISYAH AINUN
Nomor Pokok : K21116309
Program Studi : Ilmu Gizi
Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa(S1)
Alamat : Jl. P. Kemendiknas Km. 10 Makassar

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka penyusunan Skripsi, dengan
judul
" GAMBARAN GAYA HIDUP SEDENTARY DAN PENGETAHUAN GIZI PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK
PESANTREN DARUL AMAN GOMBARA MAKASSAR "

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. 27 Januari s/d 15 Maret 2020

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan
ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini dibenarkan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditandatangani di Makassar
Pada tanggal : 22 Januari 2020

A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU
PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN
Setelah Administrator Pelayanan Perizinan Terpadu


A. M. YAMIN, SE., MS.
Pangkat : Pembina Utama Madya
Nip. 19610513 199002 1 002

Lampiran 1/1
1. Surat Izin Penelitian UNHAS Makassar di Makassar
2. Makassar

Jarak
Jl. Bontomatene No. 9 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 441036
Makassar, 12010
Makassar 05201


Optimization Software:
www.balesio.com



Nomor : 40 / DA / 1441
Lampiran : 1 lembar
Hal : Penelitian

Makassar, 29/02/2020 12:17:02

Kepada yang terhormat,
Dekan Fakultas Kesehatan masyarakat
Universitas Hasanuddin
di -
Makassar

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan Hormat,
Berdasarkan permohonan pengajuan penelitian mahasiswa berikut :

Nama : **Andi Alsyah Ainun**
Nomor Pokok : **K21116309**
Program Studi : **Ilmu gizi**
Alamat : **Rusunawa 2 unhas blok A**

Dengan judul Penelitian : **Gambaran gaya hidup sedentari dan pengetahuan gizi remaja putri di pesantren Darul Aman Gombara Makassar**

Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa tersebut di atas telah melakukan penelitian di Pondok Pesantren Darul Aman Gombara Makassar pada tanggal 27 Januari 2020 sd 22 Februari 2020..

Atas Perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih.

Walaikum Salam Warahmatullahi Wabarakatuh

Sekretaris Pesantren

Munawir Ahd. Muis, ST

Tembusan :

1. Pimpinan Pondok Pesantren Darul Aman
2. Kepala Sekolah SMP Buq'atun Mubarakah
3. Kepala Sekolah SMA Buq'atun Mubarakah

PONDOK PESANTREN
DARUL AMAN
TK-SD-DTA-SMP-SMA

YAYASAN BUQ'ATUN MUBARAKAH
PONDOK PESANTREN DARUL AMAN
Jl. KH. Abdul Ghafor Ashury No. 1 Gombara
Kab. Pin. Kul. Biringkanaya Kota Makassar 90243
Telp. 042-8037632 email: pesantren@darulaman.id
http://www.darulaman.id



Optimization Software:
www.balesio.com

Dipindai dengan CamScanner

LAMPIRAN 9

Dokumentasi Kegiatan



Proses Pengukuran Berat Badan



Proses Pengukuran Tinggi



Proses Pengisian Kuesioner



Proses Pengisian Kuesioner



Foto Bersama Dengan Santri



Optimization Software:
www.balesio.com

RIWAYAT HIDUP



A. Data Pribadi

1. Nama : Andi Aisyah Ainun
2. Tempat / Tanggal Lahir : Bone / 14 Februari 1998
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Suku / Bangsa : Bugis / Indonesia
5. Agama : Islam
6. Alamat : Jl. A.Akbar No.2 Sinjai
7. Email : A.AisyahAinun@gmail.com
8. No. Hp : 082 332 518 209

B. Riwayat Pendidikan

1. TK. Kurusumange Kec. Tonra Kab. Bone
2. SDN 246 Bulu-Bulu Kec. Tora Kab. Bone
3. SMP Negeri 2 Sinjai
4. SMA Negeri 1 Sinjai

Jurusan Ilmu Gizi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan

Masyarakat Universitas Hasanuddin



Optimization Software:
www.balesio.com