

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. M., Sinrang, A. W., Aras, D., & Tammase, J. (2022). The Effects of the Task Balance Training Program on the Glial Cell Line-Derived Neurotrophic Factor Levels, Cognitive Function, and Postural Balance in Old People. *BioMed Research International*.
- Ade, A. H. (2019). Stres Akademik Siswa SMA Dan Implikasiya Dalam Bimbingan dan Konseling. *Skripsi, Padang*., Universitas Negeri Padang.
- Amanati, S., & Jaleha, B. (2023). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Terhadap Cardiorespiratory Fitness Effect Of Physical Activity On Cardiorespiratory Fitness. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 7(1).
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Andriani, R., Suhrawardi, & Hapisah. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah. *Jurnal Inovasi*, 2(10), 3441–3446. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/1341>
- Bienertova-Vasku, J., Lenart, P., & Scheringer, M. (2020). Eustress and Distress: Neither Good Nor Bad, but Rather the Same? *BioEssays*, 42(7), 1–5. <https://doi.org/10.1002/bies.201900238>
- Bunyamin, R. A., Irasanti, S. N., & ... (2021). Hubungan antara Rutinitas Melakukan Senam Otak terhadap Memori Jangka Pendek pada Lansia di Desa Puncaksari Kabupaten Bandung Barat. *Prosiding Pendidikan ...*, 272–276. <https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/dokter/article/view/26599>
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Djajasaputra, A. D. R., & Halim, M. S. (2019). Fungsi Kognitif Lansia yang Beraktivitas Kognitif secara Rutin dan Tidak Rutin. *Jurnal Psikologi*, 46(2), 85. <https://doi.org/10.22146/jpsi.33192>
- El-Azis, K. M. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Remaja Pada Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 1–8. [http://digilib.unisayogya.ac.id/3908/1/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/3908/1/NASKAH_PUBLIKASI.pdf)
- Farradika, Y., Umniyatun, Y., Nurmansyah, M. I., & Jannah, M. (2019). Perilaku Aktivitas Fisik dan Determinannya pada Mahasiswa Fakultas Ilmu - Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 134–142. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3548>

- Fatimah, S., Tinggi, S., Kesehatan, I., Maju, I., Studi, P., Keperawatan, S. I., & Keperawatan, D. (2021). *Hubungan Stres Akademik Dengan Kejadian Disminore Primer Pada Remaja Putri Di Sma N 1 Ciemas Sukabumi Tahun 2021*.
- Handayani, F., & Fithroni, H. (2022). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Akhir Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(03), 131–138.
- Health, R., Indonesia, U. P., Java, W., Education, P., Health, R., & Riau, U. (2022). *Relationship between physical activity and student cognitive function Beltasar Tarigan 1, Teten Hidayat 1, Rola Angga Lardika 2 1. 8(3)*, 61–70.
- Hueston, C. M., Cryan, J. F., & Nolan, Y. M. (2017). Stress and adolescent hippocampal neurogenesis: Diet and exercise as cognitive modulators. *Translational Psychiatry*, 7(4), 1–17. <https://doi.org/10.1038/tp.2017.48>
- Izzah, A. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Lansia Pada Lansia Usia 60-69 Tahun Di Kelurahan Purwantoro Kecamatan Blimbing Kota Malang. *Saintika Medika*, 10(2), 88. <https://doi.org/10.22219/sm.v10i2.4155>
- Kusuma, A. D., Rachmah, D. N., & Dewi, R. S. (2018). Perbedaan Stres Akademik Pada Siswa Yang Bersekolah Full Day Dan Yang Tidak Full Day Di Man Tanah Bumbu Dan Man 3 Banjarmasin. *Jurnal Kognisia*, 1, 55–62.
- Labrague, L. J., McEnroe-Petitte, D. M., Gloe, D., Thomas, L., Papatthaniou, I. V., & Tsaras, K. (2017). A literature review on stress and coping strategies in nursing students. *Journal of Mental Health*, 26(5), 471–480. <https://doi.org/10.1080/09638237.2016.1244721>
- Lestari, D. R., Citrawati, M., & Hardini, N. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur dengan Dismenorea pada Mahasiswi FK UPN “Veteran” Jakarta. *Majalah Kedokteran Andalas*, 41(2), 48. <https://doi.org/10.25077/mka.v41.i2.p48-58.2018>
- Malahayati, J. P. (2020). *jurnal psikolog*. 2(1), 60–75.
- Manurung, C. H., Karema, W., & Maja, J. (2016). Gambaran fungsi kognitif pada lansia di Desa Koka Kecamatan Tombulu. *E-CliniC*, 4(2), 2–5. <https://doi.org/10.35790/ecl.4.2.2016.14493>
- Maulana, M. A., Dewi, E. I., & M. N, K. R. (2020). Hubungan Antara Tingkat Stres Belajar Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Smk Negeri 2 Jember. *Jurnal Ners Indonesia*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.31258/jni.11.1.1-15>
- Messakh, S. T., Kinasih, A., & Cahyono, Y. (2018). Gambaran Hubungan Aktifitas Fisik dan Perkembangan Kognitif siswa sekolah dasar kristen satya wacana salatiga. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani UMMI*, 5, 249–254.
- Murman, D. L. (2015). The Impact of Age on Cognition. *Semin Hear*, 36(03), 111–121. <https://doi.org/10.1055/s-0035-1555115>

- Nisa, O. S., & Jatmiko, A. W. (2019). Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 12(2), 59–64. <https://doi.org/10.23917/bik.v12i2.9805>
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339/15281>
- Pangestika, G., Lestari, D. R., & Setyowati, A. (2018). Stres dengan Kualitas Tidur pada Remaja. *Dunia Keperawatan*, 6(2), 107–115. <https://doi.org/10.20527/dk.v6i2.4412>
- Pengpid, S., & Peltzer, K. (2019). *Cognitive Functioning and Associated Factors in Older Adults : Results from the Indonesian Family Life Survey-5 (IFLS-5) in 2014-2015*. 2019, 23–25.
- Pongantung, H. Y., & Rosdewi. (2022). Stress Dan Fungsi Kognitif Terhadap Kemandirian Melakukan Adl Pasien Setelah Stroke. *Watson Journal of Nursing*, 1(1), 9–16.
- Pratama, D. S., & Yanti, P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.Org*, 1(3), 1–9.
- Pujiningsih, E., & Hadi, S. (2019). Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Kelas X dan XI di MA Hidayatullah NW Menggala. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan ...*, 7(2), 2017–2020. <http://ejournal.unwmataram.ac.id/jikf/article/view/581>
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & Syah, N. A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.25077/jka.v8.i1.p103-111.2019>
- Ramadhan, R. I. (2021). Workout Sebagai Aktivitas Olahraga Mahasiswa Menjaga Kebugaran Jasmani di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(4), 193–200.
- Ramadhani, A. R., Munawwarah, M., Maratis, J., Ivanali, K., & Fisioterapi, F. (2021). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Keseimbangan Pada Lansia Dengan Mild Cognitive Impairment. In *Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF)* (Vol. 4).
- Rasyid, I. Al, Syafrita, Y., & Sastri, S. (2017). *Artikel Penelitian Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia Kecamatan Padang Panjang Timur Kota Padang Panjang*. 6(1), 49–54.
- Rezky, Irmayanti, D. D. (2019). Level of Stress and Menstrual Disorders in Adolescent Girls : a. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 02(01), 243–251.
- Ridevianti, Y. (2015). *Pengaruh Stres Akademis, Dukungan Sosial, Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dan Psychological Well-Being Pada Murid Sma*.

- Rismanita, E., Marto, H., & Sakka, A. (2011). Teori struktur intelektual Guilford. *Sigma (Suara Intelektual Gaya Matematika)*, 3(1), 48–56. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/sigma/article/view/7204>
- Romadhoni, W. N., Nasuka, NasukaRomadhoni, W. N., Nasuka, N., Candra, A. R. D., & Priambodo, E. N. (2022). Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga selama Pandemi COVID-19. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(2), 200–207. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3470>, Candra, A. R. D., & Priambodo, E. N. (2022). Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga selama Pandemi COVID-19. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(2), 200–207. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3470>
- Santoso, S, 2011. (2018). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran (Six Minute Walking Test) Pada Lansia Di Posyandu Lansia Permadi Dinoyo Kota Malang. *Convention Center Di Kota Tegal, 2013*, 6.
- Setiawan, H., Munawwarah, M., & Wibowo, E. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kebugaran dan Tingkat Stres pada Karyawan Back Office Rumah Sakit Omni Alam Sutera dimasa Pandemi Covid-19. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.22219/physiohs.v3i1.16935>
- Shofiyah, M. N., & Salamah, M. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres Siswa Saat Pembelajaran Daring Menggunakan Metode Regresi Logistik Ordinal. *Jurnal Sains Dan Seni ITS*, 11(1). <https://doi.org/10.12962/j23373520.v11i1.62666>
- Suryoadji, K., & Nugraha, D. (2021). Aktivitas Fisik pada Anak dan Remaja selama Pandemi COVID-19: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Khazanah: Jurnal Mahasiswa*, 13(1), 24–29. <https://doi.org/10.20885/khazanah.vol13.iss1.art3>
- Thivel, D., Tremblay, A., Genin, P. M., Panahi, S., Rivière, D., & Duclos, M. (2018). Physical Activity, Inactivity, and Sedentary Behaviors: Definitions and Implications in Occupational Health. *Frontiers in Public Health*, 6(October), 1–5. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00288>
- V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUNGAN DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT UIN SYARIF HIDAYATULLAH JAKARTA TAHUN 2022. In *Braz Dent J.* (Vol. 33, Issue 1).
- Wahyuni, A. (2016). Khairun Nisa | Pengaruh Aktivitas dan Latihan Fisik terhadap Fungsi Kognitif pada Penderita Demensia MAJORITY I Volume 5 I Nomor 4 I Oktober 2016 I 12. *Jurnal Majority*, 5(4), 13–16. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/873>

- Wang, C., Pan, R., Xiaoyang Wan, Tan, Y., Xu, L., McIntyre, R. S., Choo, F. N., Tran, B., Ho, R., Sharmah, V. K., & Hoe, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity journal [revista en Internet]* 2020 [acceso 22 de febrero de 2022]; 87(2020): 40-48. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87(2020), 40–48.
- Wang, J., Xiao, L. D., Wang, K., Luo, Y., & Li, X. (n.d.). *Gender Differences in Cognitive Impairment among Rural Elderly in China*.
- Website, A., Ramadhani, A. H., Hendrati, L. Y., Epidemiologi, D., Masyarakat, K., & Airlangga, U. (2019). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Hubungan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Siswa Sma di Kota Kediri Tahun 2017. In *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Edisi Khusus*.
- Widiyatmoko, F., & Hadi, H. (2018). *JOURNAL SPORT AREA*, 3(2), 140. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(2\).2245](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2245)
- Zakiah, Z., & Khairi, F. (2019). Pengaruh Kemampuan Kognitif Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas V Sdn Gugus 01 Kecamatan Selaparang. *El Midad*, 11(1), 85–100. <https://doi.org/10.20414/elmidad.v11i1.1906>

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. *Informed Consent*

#### LAMPIRAN

#### Lampiran 1. *Informed Consent*

#### LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial :

Umur : 15 tahun


Jenis kelamin : Perempuan

Kelas : X MIA

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti terkait pemeriksaan yang akan diberikan, saya bersedia menjadi responden penelitian yang berjudul "**Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Fungsi Kognitif pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar**" yang akan dilakukan oleh Jinan Raihana Khalisah Mahasiswa Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.

Demikian lembar persetujuan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa dipaksa dari pihak lain untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, Juni 2023

  
.....

UNIVERSITAS HASANUDDIN

## Lampiran 2. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar 90245  
Laman : [keperawatan@unhas.ac.id](mailto:keperawatan@unhas.ac.id)

No. : 1823/UN4.18.1/PT.01.04/2023  
Lamp. : -  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

12 Juni 2023

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP Provinsi Sul Sel.  
C.q Bidang Penyelenggara Pelayanan Perizinan.  
MAKASSAR

Dengan hormat disampaikan bahwa dalam rangka penyelesaian studi Mahasiswa Program Studi Fisioterapi, Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin, maka dengan ini kami mohon agar mahasiswa tersebut namanya di bawah ini :

Nama : **Jinan Raihana Khalisah**  
NIM : R021191048  
Program Studi : Fisioterapi  
Rencana Judul : Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Fungsi Kognitif pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar.

Dapat diberikan izin melakukan penelitian di SMA Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar, yang akan dilaksanakan pada bulan Juni s.d Juli 2023. Adapun Metode pengambilan sampel/data dengan : *Kuantitatif*

Besar harapan kami, agar permohonan izin ini dapat dipertimbangkan untuk diterima.  
Demikian permohonan kami, atas perhatiannya disampaikan terima kasih.



Wakil Bidang Akademik dan  
Mahasiswaan

Syahrul S.Kep, Ns, M.Kes., Ph.D.


Makassar 19820419 200604 1 002

Tembusan :

1. Dekan "sebagai laporan".
2. Kepala SMA Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar.
3. Kepala Bagian Tata Usaha Fak. Keperawatan Unhas.
4. Arsip



## Lampiran 3. Surat Telah Menyelesaikan Penelitian

**SEKOLAH MENENGAH ATAS ISLAM TERPADU  
IBNU SINA  
MAKASSAR**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor: 011/SMAIT-IS/B/VII/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Muhammad Haerul, S.Pd., M.Pd., Gr.
Jabatan	: Kepala SMAIT Ibnu Sina
NIY	: 901013081008

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	: Jinan Raihana Khalisah
NIM	: R021191048
Program Studi	: S1 Fisioterapi
Fakultas	: Keperawatan Universitas Hasanuddin

Benar telah melaksanakan penelitian pada Program Studi Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin dengan Judul Skripsi "Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Fungsi Kognitif pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar" yang dilaksanakan pada tanggal 19 Juni - 24 Juli 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya, dalam rangka proses penyelesaian studi (Skripsi) pada Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.





Makassar, 6 Muharram 1445 H  
24 Juli 2023 M

Kepala SMAIT Ibnu Sina



Muhammad Haerul, S.Pd., M.Pd., Gr.  
NIY. 901013081008

**YAYASAN AMAL JARIYAH IBNU SINA**  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS ISLAM TERPADU IBNU SINA**  
HEAD OFFICE : Jl. Andi Tadde No. 26, Tallo, Makassar, Sulawesi Selatan 90214 NPSN : 69972283

 admin\_makassar@sitibnusina.sch.id 
  085242535492 
  www.sit-ibnusina.sch.id 
  @sitibnusinamks 
  SIT Ibnu Sina Makassar Official



## Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**  
Jln. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar 90245, Telp. (0411) 585658,  
E-mail : [fkm.unhas@gmail.com](mailto:fkm.unhas@gmail.com), website: <https://fkm.unhas.ac.id/>

**REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK**

Nomor: 4446/UN4.14.1/TP.01.02/2023

Tanggal: 18 Juli 2023

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No. Protokol	5723091218	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	<b>Jinan Raihana Khalisah</b>	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	<b>Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres Dengan Fungsi Kognitif Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar</b>		
No. Versi Protokol	1	Tanggal Versi	5 Juli 2023
No. Versi PSP	1	Tanggal Versi	5 Juli 2023
Tempat Penelitian	<b>Sekolah Menengah Atas Islam TERPADU Ibnu Sina Makassar</b>		
Judul Review	<input checked="" type="checkbox"/> Exempted <input type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku <b>18 Juli 2023 Sampai 18 Juli 2024</b>	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof. dr. Veni Hadju, M.Sc, Ph.D	Tanda tangan 	Tanggal 18 Juli 2023 
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM., M.Kes	Tanda tangan 	Tanggal 18 Juli 2023 

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporkan penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan



Lampiran 5. *International Physical Activity Questioner (IPAQ)*Lampiran 2. *International Physical Activity Questioner (IPAQ)***International Physical Activity Questioner (IPAQ)****Data Umum :**

Nama/Inisial :

Umur : 15 tahun

Jenis kelamin : wanita

Kelas : X MIA

**Petunjuk Pengisian :**

Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dan isilah jawaban isian sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya. Tidak ada jawaban benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan anda yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran anda. Semua pertanyaan dan pernyataan dijawab sesuai urutan dikuisisioner.

Pikirkan tentang semua aktivitas berat yang Anda lakukan dalam 7 hari terakhir. Aktivitas fisik yang berat mengacu pada aktivitas yang membutuhkan upaya fisik yang keras dan membuat Anda bernapas lebih keras dari biasanya. Pikirkan hanya tentang aktivitas fisik yang Anda lakukan setidaknya 10 menit setiap kalinya.

1. Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik yang kuat seperti mengangkat berat, menggali, aerobik, atau bersepeda cepat?

2 hari per minggu

Tidak ada aktivitas fisik yang kuat lanjut ke pertanyaan 3

2. Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik yang kuat dalam sehari?

       jam per hari 30 menit per hari

Tidak tahu / tidak yakin

Pikirkan semua aktivitas sedang yang anda lakukan dalam 7 hari terakhir. Aktivitas sedang mengacu pada aktivitas yang membutuhkan upaya fisik sedang dan membuat anda bernapas lebih keras dari biasanya. Pikirkan hanya tentang aktivitas fisik yang anda lakukan setidaknya 10 menit setiap kalinya.

Universitas Hasanuddin

3. Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti membawa beban ringan, bersepeda secara teratur, atau bermain tenis ganda? Jangan termasuk berjalan.

1 hari per minggu

Tidak ada aktivitas fisik sedang Lompat ke pertanyaan 5

4. Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik sedang sehari?

Jam 30 menit per hari

Tidak tahu/ tidak yakin

Pikirkan tentang waktu yang Anda habiskan untuk berjalan dalam 7 hari terakhir. Ini termasuk di tempat kerja dan di rumah, berjalan kaki untuk bepergian dari satu tempat ke tempat lain, dan setiap jalan kaki lain yang telah Anda lakukan semata-mata untuk rekreasi atau berolahraga.

5. Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda berjalan setidaknya selama 10 menit?

1 hari per minggu

Tidak ada berjalan lanjutkan ke pertanyaan nomor 7

6. Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk berjalan selama satu hari?

jam per hari 90 menit per hari

Tidak tahu/ tidak yakin

Pertanyaan terakhir adalah tentang waktu yang Anda habiskan untuk duduk di hari kerja selama 7 hari terakhir. Termasuk waktu yang dihabiskan di tempat kerja, di rumah, saat melakukan kursus dan selama waktu luang. Ini mungkin termasuk waktu yang dihabiskan untuk duduk di meja, mengunjungi teman, membaca, atau duduk atau berbaring untuk menonton televisi.

7. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk duduk di hari kerja?

10 jam per hari \_\_\_\_\_ menit per hari

Tidak tahu/ tidak yakin

$$\begin{aligned}
 \text{Total Pn} &: (\text{ak. berat}) + (\text{ik. sedang}) + (\text{ak. ringan}) \\
 &: (8.2.30) + (4.1.30) + (3.3.1.40.10) \\
 &: 480 + 120 + 1.320 \\
 &: 1920 \\
 &= \text{sedang}
 \end{aligned}$$

Universitas Hasanuddin

## Lampiran 6. Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA)

## Lampiran 3. Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA)

## Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA)

Data Umum :

Nama/Inisial :

Umur : 15 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Kelas : X IPA

## Petunjuk Pengisian Kuesioner :

- Bacalah secara cermat dan teliti setiap bagian pertanyaan dalam kuesioner ini.
- Mohon Mengisi pertanyaan dibawah ini sesuai dengan kondisi dengan memberikan tanda ceklist (✓) pada pilihan yang dipilih.

Sangat Setuju (SS) : 5

Setuju (S) : 4

Netral (N) : 3

Tidak Setuju (TS) : 2

Sangat Tidak Setuju (STS) : 1

NO	PERTANYAAN	JAWABAN					
		STS	TS	N	S	SS	
1	Saya tidak merasa puas pada nilai pelajaran saya			✓			3
2	Saya merasa banyak tugas di sekolah				✓		4
3	Saya merasa banyak PR				✓		4
4	Pendidikan lanjut dan pekerjaan akan membawa banyak tekanan akademis			✓			3
5	Orangtua saya terlalu memperhatikan nilai pelajaran dimana itu membawa tekanan berat untuk saya			✓			3

Universitas Hasanuddin

6	Saya merasa banyak tekanan di hari-hari sekolah saya		✓			3
7	Saya merasa terlalu banyak tes dan ulangan di sekolah		✓			2
8	Nilai sekolah itu penting untuk masa depan dan akan menentukan di segala hidup saya		✓			2
9	Saya merasa kecewa pada guru saya ketika hasil tes saya jelek		✓			2
10	Saya merasa kecewa sama guru saya ketika nilai tes saya tidak sesuai hasil yang harapan		✓			2
11	Terdapat banyak kompetisi diantara teman kelas dimana akan membawa tekanan belajar		✓			2
12	Saya merasa kurang percaya diri dengan hasil nilai pelajaran saya		✓			3
13	Sangat sulit untuk berkonsentrasi di kelas		✓			3
14	Saya merasa stress ketika saya tidak sesuai melakakun standar saya		✓			3
15	Ketika saya gagal pada harapan yang saya inginkan, saya merasa saya belum cukup baik		✓			3
16	Saya selalu tidak dapat tidur karena khawatir belum berhasil mencapai tujuan saya yang sudah saya rencanakan sebelumnya		✓			2

11 pin  
sedang

Universitas Hasanuddin



Lampiran 7. *Digit Span Test*Lampiran 4. *Digit Span Test*

**Data Umum :**  
 Nama/Inisial :  
 Umur : 15 tahun  
 Jenis kelamin : wanita  
 Kelas : X MIPA

**Petunjuk Pengisian Kuesioner :**

Prosedur pengukuran *digit span forward and backward* : Peneliti meminta responden untuk mengulangi angka yang diucapkan peneliti dengan urutan maju. Peneliti mengujicoba responden terlebih dahulu apakah paham dengan perintah peneliti. Peneliti memberikan perintah “tolong ulangi angka yang saya sebutkan dengan urutan maju 2-5- 8”. Bila responden mengulang dengan “ 2-5-8”, maka pengukuran bisa dilakukan. Namun bila responden salah, maka peneliti mengulangi perintah dengan bahasa yang lebih mudah dipahami tanpa memberi tahu jawabannya. Hal yang sama juga dilakukan sebelum pengukuran *digit span backward*.

Peneliti mencoba responden terlebih dahulu. Peneliti memberikan perintah “tolong ulangi angka yang saya sebutkan dengan urutan mundur 2-5-8”. Bila responden mengulang dengan “8-5-2”, maka pengukuran bisa dilakukan. Namun bila responden salah, maka peneliti mengulangi perintah dengan bahasa yang lebih mudah dipahami tanpa memberi tahu jawaban ke responden.

Universitas Hasanuddin

Universitas Hasanuddin

1. Digit Span Test Forward

Item	First Trial	Pass or Fail	Second Trial	Pass or Fail	Total
A	4-3	1	1-6	1	1
B	7-9-2	1	8-4-7	1	1
C	5-9-4-1	1	7-2-5-3	1	1
D	9-3-8-7-2	1	7-5-3-9-6	1	1
E	1-5-2-6-4-9	1	2-1-4-7-4-8	1	1
F	3-7-4-5-2-6-1	1	4-9-2-5-3-1-6	1	1
G	8-2-9-7-3-5-4-6	1	4-9-2-5-3-1-6	1	1
H	2-4-6-9-3-7-1-8-5	0	3-7-1-6-2-5-9-4-8	0	0
				Forward Score:	7

2. Digit Span Test Backward

Item	First Trial	Pass or Fail	Second Trial	Pass or Fail	Total
A	8-3	1	2-9	1	1
B	4-7-5	1	6-1-5	1	1
C	2-6-1-9	0	3-8-5-2	0	0
D	2-6-7-3-6	0	5-9-4-1-3	0	0
E	6-2-4-7-1-9	1	2-7-6-3-9-1	0	0
F	3-4-1-8-3-6-3-7	0	1-5-8-6-9-3-7	0	0
G	5-2-6-2-4-1-9-7	1	9-4-6-1-7-3-8-5	1	0
				Backward Score:	2

9 point  
selang

## Lampiran 8. Laporan Belajar Siswa

		Mata Pelajaran																											
No.	Nama Siswa	PAI				PPKn				BAHASA INDONESIA				MATEMATIKA				SEJARAH INDONESIA				BAHASA INGGRIS				SBK			
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE
1		79	C	79	C	56	D	56	D	20	D	18	D	12	12	27	D	27	D	42	D	42	D	60	D	60	D		
2		88	B	88	B	87	B	87	B	82	C	83	C	81	81	83	C	83	C	87	B	87	B	84	C	84	C		
3		84	C	84	C	78	C	78	C	69	D	69	D	43	43	44	D	44	D	78	C	78	C	80	C	80	C		
4		88	B	88	B	87	B	87	B	82	C	77	D	74	74	82	C	82	C	87	B	87	B	84	C	84	C		
5		78	C	78	C	88	B	88	B	68	D	67	D	59	59	57	D	57	D	72	D	72	D	86	B	86	B		
6		53	D	53	D	49	D	49	D	21	D	22	D	27	27	22	D	22	D	36	D	36	D	47	D	47	D		
7		83	C	83	C	71	D	71	D	55	D	56	D	53	53	66	D	66	D	67	D	67	D	63	D	63	D		
8		86	B	86	B	87	B	87	B	73	D	67	D	59	59	80	C	80	C	85	C	85	C	85	C	85	C		
9		71	D	71	D	78	C	78	C	73	D	68	D	46	46	58	D	58	D	77	D	77	D	64	D	64	D		
10		65	D	65	D	60	D	60	D	39	D	40	D	40	40	22	D	22	D	50	D	50	D	51	D	51	D		
11		88	B	88	B	80	C	80	C	84	C	85	C	71	71	79	C	79	C	88	B	88	B	85	C	85	C		
12		89	B	89	B	91	B	91	B	83	C	78	C	70	70	85	C	85	C	87	B	87	B	86	B	86	B		
13		84	C	84	C	70	C	70	C	46	D	48	D	54	54	75	D	75	D	68	D	68	D	71	D	71	D		
14		79	C	79	C	82	C	82	C	46	D	52	D	47	47	42	D	42	D	61	D	61	D	71	D	71	D		
15		89	B	89	B	90	B	90	B	82	C	81	C	72	72	87	B	87	B	83	C	83	C	87	B	87	B		
16		90	B	90	B	89	B	89	B	76	D	77	D	68	68	82	C	82	C	81	C	81	C	83	C	83	C		
17		81	C	81	C	64	D	64	D	32	D	29	D	13	13	45	D	45	D	66	D	66	D	74	D	74	D		
Nilai Rata-rata Kelas		81	81	77	77	61	60	52	52	61	61	71	71	74	74														
KBM		78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78														
Mengetahui																				Makassar, 23 Juni 2023									
Kepala SMAIT Ibnu Sina																				Wali Kelas									

		Mata Pelajaran																															
No.	Nama Siswa	PJOK				INFORMATIKA				MATEMATIKA MINAT				FISIKA				BIOLOGI				KIMIA				QURAN				TAHFIDZ			
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE				
1		58	D	78	C	50	D	50	D	20	20	55	D	55	D	59	D	78	D	78	C	78	C	64	D	64	D	81	C	81	C		
2		87	B	83	C	83	C	85	C	84	84	88	B	88	B	83	C	85	C	90	B	90	B										
3		82	C	87	B	70	D	60	D	55	55	78	C	78	C	82	C	79	C	80	C	80	C										
4		83	C	90	B	81	C	83	C	74	74	87	B	87	B	82	C	76	D	87	B	87	B	87	B	88	B	87	B				
5		80	C	82	C	79	C	79	C	52	52	85	C	85	C	80	C	80	C	90	B	90	B	90	B	90	B	78	C	78	C		
6		61	D	58	D	27	D	8	D	35	35	49	D	49	D	55	D	66	D	69	D	69	D	78	C	78	C	78	C				
7		79	C	86	B	69	D	59	D	42	42	72	D	72	D	74	D	80	C	79	C	90	B	91	B	90	B	89	B				
8		83	C	90	B	80	C	81	C	63	63	86	B	86	B	80	C	82	C	81	C	81	C	88	B	87	B	88	B	86	B		
9		79	C	88	B	79	C	79	C	27	27	82	C	82	C	79	C	76	D	78	C	78	C	88	B	88	B	86	B	86	B		
10		80	C	87	B	69	D	59	D	48	48	56	D	56	D	77	D	66	D	78	C	78	C	87	B	87	B	87	B	87	B		
11		88	B	88	B	67	D	59	D	78	78	79	C	79	C	75	D	90	B	90	B												
12		90	B	86	B	72	D	64	D	50	50	89	B	89	B	84	C	85	C	93	B	93	B					90	B	90	B		
13		80	C	81	C	55	D	46	D	80	80	72	C	72	C	72	D	72	D	82	C	82	C	86	B	86	B	88	B	88	B		
14		79	C	80	C	58	D	48	D	60	60	82	C	82	C	71	D	83	C	79	C	79	C					94	B	94	B		
15		87	B	86	B	85	C	86	C	74	74	87	B	87	B	84	C	83	C	88	B	88	B					90	B	91	B		
16		80	C	82	C	84	C	87	B	77	77	87	B	87	B	85	C	85	C	86	B	86	B	94	A	94	A	94	A	94	A		
17		72	D	79	C	49	D	40	D	43	43	60	D	60	D	79	C	80	C	79	C	86	B	86	B	87	B	87	B	87	B		
Nilai Rata-rata Kelas		79	83	68	63	56	56	76	76	77	78	83	83	85	85	87	87	87	87	85	85	87	87	87	87	87	87	87	87	87			
KBM		78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78			
Mengetahui																				Makassar, 23 Juni 2023													
Kepala SMAIT Ibnu Sina																				Wali Kelas													



No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran								Ekstrakurikuler				Kokurikuler		Kehadiran		
		BAHASA ARAB				ADAB/HADITS				Pramuka	BSMR	Ekskul	Bina Pribadi Islam	S	I	A		
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE									
1		80	C	79	C	52	D	52	D									
2		83	C	83	C	86	B	86	B									
3		70	D	72	D	61	D	61	D									
4		84	C	83	C	86	B	86	B									
5		83	C	79	C	73	D	73	D									
6		44	D	44	D	43	D	43	D									
7		82	C	82	C	70	D	70	D									
8		83	C	82	C	79	C	79	C									
9		80	C	79	C	61	D	61	D									
10		79	C	79	C	36	D	36	D									
11		92	B	90	B	91	B	91	B									
12		85	C	85	C	89	B	89	B									
13		80	C	79	C	60	D	60	D									
14		53	D	55	D	85	C	85	C									
15		88	B	87	B	91	B	91	B									
16		81	C	83	C	86	B	86	B									
17		81	C	79	C	69	D	69	D									
18																		
Nilai Rata-rata Kelas		78		78		72		72										
KBM		78		78		78		78										
														Makassar, 23 Juni 2023				
Mengetahui														Wali Kelas				
Kepala SMAIT Ibnu Sina																		

REKAPITULASI NILAI RAPOR PENILAIAN AKHIR TAHUN																													
TAHUN PELAJARAN 2022/2023																													
KELAS X IIS																													
No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran																											
		PAI			PPKn			BAHASA INDONESIA			MATEMATIKA			SEJARAH			BAHASA INGGRIS			SBK									
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE				
1		89	B	89	B	91	B	91	B	63	D	57	D	65	D	65	D	83	C	83	C	71	D	71	D	87	B	87	B
2		67	D	67	D	49	D	49	D	58	D	54	D	37	D	61	D	56	D	59	D	59	D	59	D	59	D	59	D
3		63	D	63	D	73	D	73	D	47	D	46	D	51	D	51	D	36	D	36	D	48	D	48	D	72	D	72	D
Nilai Rata-rata Kelas		73		73		71		71		56		52		51		51		60		58		59		59		72		72	
KBM		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78	
																		Makassar, 23 Juni 2023											
Mengetahui																		Wali Kelas											
Kepala SMAIT Ibnu Sina																													

REKAPITULASI NILAI RAPOR PENILAIAN AKHIR TAHUN																																	
TAHUN PELAJARAN 2022/2023																																	
KELAS X IIS																																	
No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran																															
		PJOK				INFORMATIKA				SEJARAH				GEOGRAFI				EKONOMI				SOSIOLOGI				QURAN				TAHFIDZ			
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE				
1		85	C	84	C	72	D	68	D	78	C	78	C	92	B	92	B	88	B	88	B	91	B	91	B								
2		61	D	80	C	61	D	58	D	27	D	27	D	66	D	66	D	76	D	76	D	66	D	66	D	86	B	86	B				
3		79	C	79	C	60	D	57	D	41	D	41	D	55	D	55	D	80	C	80	C	64	D	64	D	86	B	86	B				
Nilai Rata-rata Kelas		75		81		64		61		49		49		71		71		81		81		74		74		86		86					
KBM		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78		78					
																		Makassar, 23 Juni 2023															
Mengetahui																		Wali Kelas															
Kepala SMAIT Ibnu Sina																																	

REKAPITULASI NILAI RAPOR PENILAIAN AKHIR SEMESTER  
TAHUN PELAJARAN 2022/2023  
KELAS X IIS

No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran								Ekstrakurikuler			Kokurikuler		Kehadiran		
		BAHASA ARAB				ADAB/HADITS				Pramuka	BSMR	Ekskul	Bina Pribadi Islam	S	I	A	
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE								
1		92	B	91	B	81	C	81	C								
2		61	D	61	D	78	C	78	C								
3		47	D	47	D	72	D	72	D								
Nilai Rata-rata Kelas		66		66		77		77									
KBM		78				78											

Makassar, 23 Juni 2023

Mengetahui  
Kepala SMAIT Ibnu Sina

Wali Kelas

No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran																											
		PAI				PPKn				BAHASA INDONESIA				MATEMATIKA				EJARAH INDONESIA				BAHASA INGGRIS				SBK			
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE
1		89	B	89	B	82	C	86	B	51	D	45	D	42	D	42	D	80	C	80	C	84	C	84	C	75	D	75	D
2		87	B	87	B	87	B	86	B	64	D	62	D	61	D	61	D	87	C	87	C	84	C	84	C	76	D	76	D
3		93	B	93	B	93	B	94	A	83	C	83	C	82	C	82	C	91	B	91	B	92	B	92	B	92	B	92	B
4		74	D	74	D	80	C	84	C	54	D	51	D	59	D	59	D	79	C	79	C	50	D	50	D	64	D	64	D
5		87	B	87	B	79	C	86	B	70	D	69	D	65	D	65	D	85	C	85	C	83	C	83	C	82	C	82	C
6		84	C	84	C	84	C	85	C	69	D	64	D	56	D	56	D	84	C	84	C	83	C	83	C	68	D	68	D
7		92	B	92	B	86	B	89	B	83	C	83	C	84	C	84	C	90	B	89	B	87	B	87	B	90	B	90	B
8		86	B	86	B	87	B	87	B	67	D	66	D	77	D	77	D	87	B	86	C	85	C	85	C	88	B	88	B
9		86	B	86	B	91	B	90	B	87	B	86	B	76	D	76	D	82	C	86	C	87	B	87	B	87	B	87	B
10		60	D	60	D	47	D	39	D	39	D	37	D	16	D	16	D	5	D	5	D	36	D	36	D	25	D	25	D
11		94	A	94	A	93	B	96	A	87	B	86	B	86	B	86	B	91	B	90	B	93	B	93	B	93	B	93	B
12		84	C	84	C	82	C	85	C	56	D	50	D	55	D	55	D	78	C	82	C	84	C	84	C	60	D	60	D
13		92	B	92	B	90	B	91	B	79	C	74	D	83	C	83	C	92	B	89	B	90	B	90	B	89	B	89	B
Nilai Rata-rata Kelas		84		84		83		84		68		66		65		65		79		79		80		80		76		76	
KBM		78				78				78				78				78				78							

No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran																															
		PJOK				PKWU				MATEMATIKA MINA				FISIKA				BIOLOGI				KIMIA				QURAN				TAHFIDZ			
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE
1		86	B	85	C	42	D	45	D	43	D	43	D	81	C	81	C	83	C	83	C	84	C	84	C	90	B	90	B	90	B		
2		87	B	90	B	75	D	72	D	61	D	61	D	80	C	80	C	81	C	81	C	83	C	83	C	94	A	93	B	93	B		
3		88	B	90	B	95	A	98	A	89	B	89	B	96	A	96	A	92	B	92	B	94	A	94	A	89	B	89	B	89	B		
4		83	B	85	C	33	D	37	D	46	D	46	D	55	D	55	D	84	C	84	C	79	C	79	C	86	B	84	B	80	C		
5		82	B	87	B	73	D	71	D	62	D	62	D	80	C	80	C	83	C	83	C	85	C	85	C	89	B	90	B	88	B		
6		85	B	87	B	63	D	57	D	53	D	53	D	83	C	83	C	79	C	79	C	83	C	83	C	91	B	90	B	90	B		
7		87	B	89	B	84	C	84	C	85	C	85	C	82	C	82	C	88	B	88	B	90	B	90	B	90	B	90	B	90	B		
8		85	B	88	B	62	D	56	D	77	D	77	D	82	C	82	C	85	C	85	C	85	C	85	C	89	B	89	B	89	B		
9		88	B	89	B	90	B	93	B	77	D	77	D	85	C	85	C	89	B	89	B	88	B	88	B	89	B	89	B	91	B		
10		54	D	54	D	11	D	11	D	14	D	14	D	28	D	28	D	49	D	49	D	54	D	54	D	0	D	0	D	0	D		
11		89	B	89	B	88	B	89	B	89	B	89	B	94	A	94	A	93	B	93	B	94	A	94	A	91	B	91	B	90	B		
12		86	B	85	C	65	D	59	D	51	D	51	D	80	C	80	C	82	C	83	C	83	C	83	C	89	B	90	B	88	B		
13		89	B	87	B	85	C	85	C	84	C	84	C	90	B	90	B	89	B	89	B	90	B	90	B	89	B	89	B	89	B		
Nilai Rata-rata Kelas		83		85		67		67		62		62		77		77		83		83		84		84		83		83		82			
KBM		78				78				78				78				78				78											

No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran								Ekstrakurikuler			Kokurikuler	Kehadiran			Total Nilai
		BAHASA ARAB				ADAB/HADITS				Pramuka	BSMR	Ekskul	Bina Pribadi Islam	S	I	A	
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE								
1		86	B	83	C	78	C	78	C	B	C	B	B				2529
2		85	C	82	C	88	B	88	B	B	C	B	B				2739
3		94	A	94	A	96	A	96	A	A	A	A	B				3102
4		81	C	81	C	84	C	84	C	B	D	D	B				2387
5		84	C	85	C	84	C	84	C	B	B	B	B				2735
6		85	C	84	C	84	C	84	C	A	C	A	B				2638
7		88	B	87	B	93	B	93	B	B	A	A	B				2981
8		86	B	87	B	88	B	88	B	B	A	A	B				2806
9		89	B	91	B	94	A	94	A	B	A	A	B				2960
10		0	D	0	D	79	C	79	C	D	D	D	B				1004
11		95	A	94	A	98	A	98	A	B	A	A	B				3117
12		83	C	84	C	80	C	80	C	B	D	B	B				2569
13		95	A	95	A	98	A	98	A	B	A	A	B				2816
Nilai Rata-rata Kelas		80	79	88	88												
KBM		78	78														

REKAPITULASI NILAI RAPOR PENILAIAN AKHIR TAHUN																													
TAHUN PELAJARAN 2022/2023																													
KELAS XI IIS																													
No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran																											
		PAI				PPKn				BAHASA INDONESIA				MATEMATIKA				EJARAH INDONESIA				BAHASA INGGRIS				SBK			
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE
1		88	B	88	B	91	B	94	A	67	D	64	D	73	D	73	D	85	C	85	C	86	B	86	B	82	C	82	C
2		45	D	45	D	81	C	81	C	19	D	16	D	22	D	69	D	65	D	48	D	48	D	63	D	63	D	63	D
3		83	C	83	C	83	C	83	C	41	D	35	D	54	D	54	D	80	C	80	C	83	C	83	C	64	D	64	D
4		87	B	87	B	83	C	87	B	60	D	58	D	62	D	62	D	85	C	85	C	83	C	83	C	79	C	79	C
5		83	C	83	C	82	C	83	C	53	D	49	D	58	D	58	D	85	C	85	C	85	C	85	C	79	C	79	C
6		88	B	88	B	86	B	86	B	59	D	59	D	65	D	65	D	87	B	87	B	87	B	87	B	80	C	80	C
7		90	B	90	B	85	C	86	B	72	D	70	D	70	D	70	D	81	C	81	C	80	C	80	C	74	D	74	D
Nilai Rata-rata Kelas		81	81	84	86	53	50	58	58	82	82	79	79	74	74														
KKM		78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78

REKAPITULASI NILAI RAPOR PENILAIAN AKHIR TAHUN																																	
TAHUN PELAJARAN 2022/2023																																	
KELAS XI IIS																																	
No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran																															
		PJOK				PRAKARYA				SEJARAH				GEOGRAFI				EKONOMI				SOSIOLOGI				QURAN				TAHFIDZ			
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE				
1		82	C	81	C	85	B	86	B	87	B	87	B	87	B	87	B	87	B	85	C	85	C	91	B	91	B	86	B	86	B		
2		59	D	80	C	40	D	43	D	78	C	78	C	51	D	51	D	26	D	27	D	49	D	49	D	75	D	75	D	75	D		
3		82	C	83	C	62	D	69	D	78	C	78	C	83	C	83	C	82	C	82	C	82	C	87	B	87	B	86	B	86	B		
4		81	C	81	C	74	D	71	D	86	B	86	B	88	B	88	B	86	B	86	B	86	B	88	B	88	B	89	B	89	B		
5		78	C	81	C	79	C	80	C	81	C	81	C	84	C	84	C	82	C	82	C	80	C	80	C	84	C	84	C	84	C		
6		79	C	79	C	74	D	72	D	86	B	86	B	90	B	90	B	86	B	86	B	85	C	85	C	86	B	85	C	86	B		
7		83	C	81	C	63	D	58	D	79	C	79	C	83	C	83	C	85	C	86	C	79	C	79	C	89	B	89	B	82	C		
Nilai Rata-rata Kelas		74	81			#REF!	#REF!	74	74	76	77	72	72	84	84	82	82																
KKM		78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78		

No.	Nama Siswa	Mata Pelajaran								Ekstrakurikuler			Kokurikuler	Kehadira			Total Nilai
		BAHASA ARAB				ADAB/HADITS				Pramuka	BSMR	Ekskul	Bina Pribadi Islam	S	I	A	
		NP	PRE	NK	PRE	NP	PRE	NK	PRE								
1		87	B	88	B	95	A	95	A		B	A	B				2889
2		67	D	67	D	76	D	76	D		D	C	C				1904
3		78	C	78	C	80	C	80	C		C	B	B				2578
4		86	B	86	B	86	B	86	B		B	B	A				2777
5		80	C	80	C	80	C	80	C		C	B	B				2675
6		84	C	85	C	84	C	84	C		C	B	B				2781
7		86	B	85	C	87	B	87	B		C	B	B				2728
Nilai Rata-rata Kelas		81		81		84		84									
KKM		78				78											

## Lampiran 9. Hasil Olah Data

**Statistics Karakteristik Responden****Statistics**

		Jenis Kelamin	Tingkatan Akademik
N	Valid	43	43
	Missing	0	0

**Jenis Kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	24	55.8	55.8	55.8
	Perempuan	19	44.2	44.2	100.0
Total		43	100.0	100.0	

**Tingkatan Akademik**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kelas 10	20	46.5	46.5	46.5
	Kelas 11	23	53.5	53.5	100.0
Total		43	100.0	100.0	

**Statistics Aktivitas Fisik Responden****Statistics**

## Aktivitas Fisik

N	Valid	43
	Missing	0

**Aktivitas Fisik**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	14	32.6	32.6	32.6
	Sedang	22	51.2	51.2	83.7
	Tinggi	7	16.3	16.3	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

### Statistics Tingkat Stres Responden

#### Statistics

Tingkat Stres

N	Valid	43
	Missing	0

#### Tingkat Stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	40	93.0	93.0	93.0
	Tinggi	3	7.0	7.0	100.0
Total		43	100.0	100.0	

### Statistics Fungsi Kognitif Responden

#### Statistics

Fungsi Kognitif

N	Valid	43
	Missing	0

#### Fungsi Kognitif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	67.4	67.4	67.4
	Sedang	12	27.9	27.9	95.3
	Tinggi	2	4.7	4.7	100.0
Total		43	100.0	100.0	

## Statistics Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktivitas Fisik * Fungsi Kognitif	43	100.0%	0	0.0%	43	100.0%

### Aktivitas Fisik \* Fungsi Kognitif Crosstabulation

			Fungsi Kognitif			Total
			rendah	sedang	tinggi	
Aktivitas Fisik	Rendah	Count	12 <sub>a</sub>	2 <sub>a</sub>	0 <sub>a</sub>	14
		% within Aktivitas Fisik	85.7%	14.3%	0.0%	100.0%
	Sedang	Count	13 <sub>a</sub>	8 <sub>a</sub>	1 <sub>a</sub>	22
		% within Aktivitas Fisik	59.1%	36.4%	4.5%	100.0%
	Tinggi	Count	4 <sub>a</sub>	2 <sub>a</sub>	1 <sub>a</sub>	7
		% within Aktivitas Fisik	57.1%	28.6%	14.3%	100.0%
Total		Count	29	12	2	43
		% within Aktivitas Fisik	67.4%	27.9%	4.7%	100.0%

Each subscript letter denotes a subset of Fungsi Kognitif categories whose column proportions do not differ significantly from each other at the ,05 level.

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	4.575 <sup>a</sup>	4	.334
Likelihood Ratio	4.841	4	.304
Linear-by-Linear Association	3.192	1	.074
N of Valid Cases	43		

a. 6 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,33.

## Statistics Tingkat Stres dengan Fungsi Kognitif

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Tingkat Stres * Fungsi Kognitif	43	100.0%	0	0.0%	43	100.0%

### Tingkat Stres \* Fungsi Kognitif Crosstabulation

		Fungsi Kognitif			Total	
		rendah	sedang	tinggi		
Tingkat Stres	Sedang	Count	27 <sub>a</sub>	11 <sub>a</sub>	2 <sub>a</sub>	40
		% within Tingkat Stres	67.5%	27.5%	5.0%	100.0%
	Tinggi	Count	2 <sub>a</sub>	1 <sub>a</sub>	0 <sub>a</sub>	3
		% within Tingkat Stres	66.7%	33.3%	0.0%	100.0%
Total	Count	29	12	2	43	
	% within Tingkat Stres	67.4%	27.9%	4.7%	100.0%	

Each subscript letter denotes a subset of Fungsi Kognitif categories whose column proportions do not differ significantly from each other at the ,05 level.

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	.184 <sup>a</sup>	2	.912
Likelihood Ratio	.322	2	.851
Linear-by-Linear Association	.014	1	.904
N of Valid Cases	43		

a. 4 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,14.



**Uji Spearman's Rho Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif**

**Correlations**

			Aktivitas Fisik	Fungsi Kognitif
Spearman's rho	Aktivitas Fisik	Correlation Coefficient	1.000	.146
		Sig. (2-tailed)	.	.351
		N	43	43
	Fungsi Kognitif	Correlation Coefficient	.146	1.000
		Sig. (2-tailed)	.351	.
		N	43	43

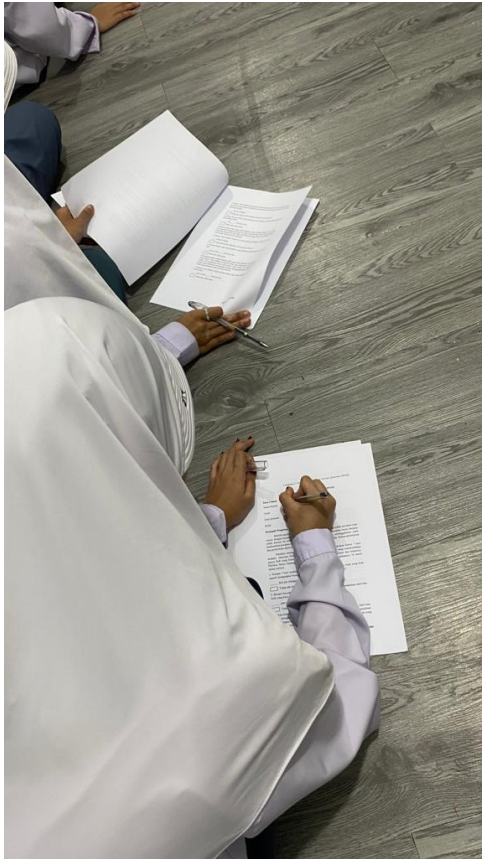
**Uji Spearman's Rho Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Fungsi**

**Kognitif**

**Correlations**

			Tingkat Stres	Fungsi Kognitif
Spearman's rho	Tingkat Stres	Correlation Coefficient	1.000	-.004
		Sig. (2-tailed)	.	.977
		N	43	43
	Fungsi Kognitif	Correlation Coefficient	-.004	1.000
		Sig. (2-tailed)	.977	.
		N	43	43

## Lampiran 10. Dokumentasi





## Lampiran 11 Riwayat Peneliti

**BIODATA**

Nama : Jinan Raihana Khalisah  
 Tempat/Tanggal Lahur : Makassar, 25 Desember 2001  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Email : Jnanrhna12@gmail.com  
 Alamat Asal : Jalan Sibula Dalam No.18  
 Alamat Sekarang : Jalan Sibula Dalam No.18  
 Nama Ayah : Arman Muis, S.T  
 Nama Ibu : Herlina, STr.Keb

**Riwayat Pendidikan**

Program Studi S1 Fisioterapi Universitas Hasanuddin	Tahun 2019 - Sekarang
SMA Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar	Tahun 2016 - 2019
SMP Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar	Tahun 2013 - 2016
SD Inpres Tabaringan	Tahun 2007 - 2013
Tk Asiyah Layang Bustanul Alfa	Tahun 2006 -2007