

Lanjutan Lampiran 5.

MASTER TABEL HASIL PENELITIAN

Kode Resp.	Aktivitas Olahraga					Perubahan Siklus Menstruasi							
	1	2	3	Kriteria	Nilai	1	2	3	4	5	Gangguan	Kriteria	Nilai
1	1	1	1	Rutin	1	18 Des	10-Jan	06-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
2	0	1	0	Kurang	0	26 Des	24-Jan	26-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
3	0	0	0	Kurang	0	21 Des	22-Jan	23-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
4	1	1	1	Rutin	1	14 Des	10-Jan	04-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
5	0	1	0	Kurang	0	10 Des	17-Jan	23-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
6	1	1	1	Rutin	1	5 Des	04-Jan	05-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
7	1	1	1	Rutin	1	8 Des	10-Jan	11-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
8	0	1	0	Kurang	0	15 Des	09-Jan	04-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
9	0	1	1	Kurang	0	23 Des	16-Jan	11-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
10	1	1	1	Rutin	1	7 Des	05-Jan	08-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
11	1	1	1	Rutin	1	19 Des	20-Jan	22-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
12	0	0	0	Kurang	0	20 Des	15-Jan	10-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
13	0	1	0	Kurang	0	11 Des	18-Jan	25-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
14	0	0	0	Kurang	0	24 Des	19-Jan	13-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
15	1	1	1	Rutin	1	13 Des	20-Jan	26-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
16	1	1	1	Rutin	1	21 Des	22-Jan	21-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
17	0	1	1	Kurang	0	16 Des	16 Des	18-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
18	0	0	0	Kurang	0	10 Des	11-Jan	13-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
19	1	1	1	Rutin	1	12 Des	07-Jan	02-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
20	0	1	0	Kurang	0	14 Des	17-Jan	19-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
21	0	0	0	Kurang	0	22 Des	15-Jan	10-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
22	1	1	1	Rutin	1	8 Des	11-Jan	13-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
23	0	0	0	Kurang	0	4 Des	12-Jan	21-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
24	0	0	1	Kurang	0	18 Des	19-Jan	19-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
25	1	1	1	Rutin	1	11 Des	10-Jan	12-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
26	1	1	1	Rutin	1	22 Des	18-Jan	12-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
27	1	1	1	Rutin	1	24 Des	20-Jan	15-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
28	0	0	0	Kurang	0	15 Des	22-Jan	28-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
29	1	1	1	Rutin	1	20 Des	23-Jan	24-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
30	0	0	0	Kurang	0	17 Des	20-Jan	22-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
31	0	1	0	Kurang	0	27 Des	22-Jan	16-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
32	1	1	1	Rutin	1	12 Des	12-Jan	14-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
33	0	1	0	Kurang	0	16 Des	15-Jan	17-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
34	0	0	0	Kurang	0	29 Des	23-Jan	18-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
35	1	1	1	Rutin	1	21 Des	19-Jan	20-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
36	1	1	1	Rutin	1	24 Des	20-Jan	15-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
37	1	1	1	Rutin	1	30 Des	28-Jan	28-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
38	0	0	0	Kurang	0	3 Des	10-Jan	19-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
39	0	1	1	Kurang	0	12 Des	13-Jan	14-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
40	1	1	1	Rutin	1	20 Des	18-Jan	20-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
41	0	1	0	Kurang	0	26 Des	24-Jan	23-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
42	0	0	0	Kurang	0	30 Des	28-Jan	26-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
43	0	1	0	Kurang	0	17 Des	25-Jan	28-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
44	1	1	1	Rutin	1	24 Des	20-Jan	15-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
45	1	1	1	Rutin	1	12 Des	14-Jan	17-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
46	0	1	0	Kurang	0	28 Des	23-Jan	15-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
47	1	1	1	Rutin	1	19 Des	20-Jan	20-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
48	1	1	1	Rutin	1	16 Des	14-Jan	16-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
49	0	0	0	Kurang	0	25 Des	20-Jan	14-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
50	1	1	1	Rutin	1	10 Des	19-Jan	27-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
51	0	1	1	Kurang	0	31 Des	23-Jan	17-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0

52	1	1	1	Rutin	1	23 Des	23-Jan	26-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
53	0	1	0	Kurang	0	27 Des	22-Jan	17-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
54	0	0	0	Kurang	0	18 Des	20-Jan	22-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
55	0	1	0	Kurang	0	29 Des	23-Jan	19-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
56	1	1	1	Rutin	1	24 Des	25-Jan	27-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
57	0	0	0	Kurang	0	2 Des	12-Jan	20-Feb	Tidak	-	Oligomenorea	Tidak Normal	0
58	1	1	1	Rutin	1	17 Des	20-Jan	22-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
59	1	1	1	Rutin	1	8 Des	11-Jan	13-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
60	1	1	1	Rutin	1	26 Des	24-Jan	23-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
61	0	0	1	Kurang	0	14 Des	10-Jan	04-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0
62	1	1	1	Rutin	1	21 Des	22-Jan	21-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
63	0	1	0	Kurang	0	5 Des	04-Jan	05-Feb	Tidak	-	Normal	Normal	1
64	0	0	0	Kurang	0	30 Des	28-Jan	26-Feb	Tidak	-	Polimenorea	Tidak Normal	0

Lampiran 5.

MASTER TABEL HASIL PENELITIAN

Kode Resp.	Tingkat Stress																																										Jml	Kriteria	Nilai	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42				
1	0	1	0	2	0	0	2	2	1	2	2	1	1	0	1	2	2	1	3	3	0	0	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	1	0	1	2	68	Normal	1	
2	1	3	2	1	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	2	3	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	2	2	1	97	Stres	0		
3	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	3	0	2	1	1	0	2	2	2	2	0	3	3	2	0	1	3	2	2	2	2	1	1	0	2	2	3	2	1	2	2	74	Stres	0	
4	0	1	2	1	1	1	1	2	0	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	0	1	49	Normal	1	
5	3	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	1	2	1	1	3	3	2	1	3	1	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	1	80	Stres	0	
6	1	1	2	1	1	0	0	2	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	3	0	0	0	3	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	2	0	1	2	2	1	2	2	57	Normal	1	
7	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	2	0	0	0	2	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	1	0	1	1	0	1	1	1	28	Normal	1	
8	1	1	1	2	2	2	0	1	1	1	1	2	0	1	2	1	3	2	2	1	1	2	3	0	1	0	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	73	Stres	0	
9	2	0	0	3	0	3	1	2	3	2	0	0	1	0	3	3	2	2	1	3	1	2	1	3	3	3	2	3	3	0	3	3	0	1	2	3	3	2	3	2	3	2	79	Stres	0	
10	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	3	2	1	3	2	1	3	2	3	2	2	1	2	2	1	2	73	Stres	0	
11	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	0	2	1	1	2	1	0	1	34	Normal	1
12	1	0	0	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	0	1	2	0	2	3	2	3	1	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	70	Stres	0	
13	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	79	Stres	0	
14	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	0	1	3	1	3	2	3	2	1	2	2	1	3	1	2	2	1	0	1	3	2	0	1	2	2	3	3	2	3	2	71	Stres	0	
15	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	0	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	1	2	2	88	Stres	0		
16	1	2	1	1	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2	2	3	74	Stres	0	
17	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	3	3	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2	73	Stres	0	
18	1	1	2	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	2	1	0	1	1	1	0	0	1	2	1	1	3	2	1	2	2	1	0	1	2	1	1	0	1	2	1	42	Normal	1	
19	2	0	1	1	0	2	0	1	1	2	0	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	0	1	0	1	1	2	39	Normal	1	
20	1	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	62	Stres	0	
21	1	1	2	1	2	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	3	1	2	0	3	3	3	1	2	3	1	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	2	70	Stres	0	
22	1	1	3	2	3	1	1	3	2	2	2	3	1	3	1	3	3	3	1	3	2	2	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	3	2	92	Stres	0
23	1	0	3	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	2	1	2	1	2	1	2	3	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	85	Stres	0	
24	0	1	1	0	0	2	1	0	0	1	2	1	1	1	0	1	2	2	1	3	1	2	3	3	2	1	0	1	3	2	2	0	1	2	1	1	0	3	2	1	1	2	54	Normal	1	
25	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	2	2	0	0	1	0	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	0	1	0	2	1	43	Normal	1	
26	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	1	71	Stres	0	
27	1	1	2	2	1	3	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	0	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	89	Stres	0	
28	1	1	0	0	0	2	0	0	0	2	0	1	0	1	3	3	0	1	1	1	1	1	2	3	2	0	0	1	1	0	0	1	1	3	2	1	0	1	0	1	2	1	41	Normal	1	
29	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	2	1	0	0	1	0	1	1	24	Normal	1		
30	2	1	0	1	0	1	2	0	1	1	2	0	1	0	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	1	2	0	1	1	0	1	2	1	55	Normal	1	
31	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	0	3	2	1	2	3	3	3	2	3	3	3	1	0	2	1	1	2	3	2	61	Normal	1	
32	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	1	2	3	1	1	1	2	2	3	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	92	Stres	0	
33	1	1	1	2	0	1	1	0	1	2	0	0	1	0	0	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	48	Normal	1	

34	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	0	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	1	2	107	Stres	0									
35	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	2	0	1	1	0	1	2	1	2	0	0	1	1	2	3	1	1	2	0	1	0	1	2	0	1	38	Normal	1		
36	2	1	1	2	1	2	2	0	2	2	2	2	1	2	1	2	3	3	1	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	3	2	3	71	Stres	0					
37	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	2	2	1	1	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	1	2	73	Stres	0		
38	0	1	0	0	0	2	1	2	0	1	1	1	2	1	0	2	3	2	1	1	2	3	2	2	3	2	1	1	2	3	3	3	2	3	1	2	1	1	0	2	2	1	63	Normal	1		
39	1	2	2	1	1	1	1	2	0	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	58	Stres	0	
40	1	1	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	0	1	0	2	1	1	0	2	1	0	0	0	2	2	1	0	32	Normal	1		
41	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	1	3	2	1	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	3	3	3	2	3	2	71	Stres	0		
42	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	3	2	3	1	2	3	1	2	3	73	Stres	0
43	1	1	3	1	3	3	3	3	1	1	3	1	1	0	1	1	1	1	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	1	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	3	1	2	78	Stres	0	
44	3	3	0	1	1	0	2	0	2	3	2	0	0	0	3	2	3	2	3	1	2	2	3	3	1	0	3	1	1	2	1	1	1	2	3	3	2	3	1	2	2	3	73	Stres	0		
45	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	2	0	2	1	1	1	0	2	0	2	1	1	0	2	0	1	1	0	2	1	2	0	31	Normal	1		
46	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	0	3	3	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	2	2	1	0	2	1	100	Stres	0		
47	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	1	0	1	1	1	2	1	2	2	3	2	1	3	2	1	1	2	1	1	2	0	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	71	Stres	0		
48	1	1	2	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1	0	1	1	40	Normal	1		
49	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	3	0	2	2	2	2	0	0	0	0	2	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	2	2	29	Normal	1		
50	3	2	2	3	2	3	3	3	1	2	3	2	3	3	1	3	3	1	3	1	2	2	3	3	2	3	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	96	Stres	0		
51	2	2	1	2	3	1	1	1	3	2	1	3	2	1	1	2	1	2	1	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	0	2	1	2	80	Stres	0		
52	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	3	1	2	1	1	2	2	3	2	1	1	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	0	1	2	1	1	58	Normal	1		
53	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	3	3	2	3	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	1	3	2	2	77	Stres	0		
54	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	2	3	2	2	2	0	2	2	3	2	3	1	2	1	0	3	0	2	1	2	0	2	1	0	2	3	2	53	Normal	1		
55	2	2	2	3	1	3	3	1	2	1	2	1	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	3	2	3	2	1	0	3	1	83	Stres	0		
56	1	2	2	1	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	80	Stres	0			
57	1	1	0	1	0	0	2	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	2	1	1	0	1	2	1	2	2	0	0	2	2	3	1	1	2	0	1	0	1	1	2	1	0	40	Normal	1		
58	2	3	2	3	2	3	3	1	2	1	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	96	Stres	0		
59	1	3	0	2	1	2	2	0	1	2	1	1	1	1	3	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	3	71	Stres	0	
60	1	1	2	1	1	1	2	1	0	0	1	0	0	0	0	1	2	1	0	3	3	3	3	3	2	1	1	3	2	1	2	2	3	1	2	1	1	0	3	1	0	1	57	Normal	1		
61	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	101	Stres	0	
62	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	43	Normal	1		
63	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	2	2	3	1	3	3	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	0	1	0	1	50	Normal	1	
64	3	3	2	2	0	1	2	0	3	1	1	1	2	1	3	1	3	3	2	2	0	3	2	2	1	3	0	1	1	3	2	0	1	3	1	3	2	3	2	3	3	2	77	Stres	0		