

Lampiran 1

SURAT IZIN PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

Denpasar, 3 Maret 2026

Nomor : PP.06.02/F.XXIV.14/0793 /2026
Lampiran : -
Hal : **Mohon izin melaksanakan penelitian**
Yth : Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
Di -
Denpasar

Dalam rangka menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Denpasar Tahun Akademik 2025/2026, mahasiswa diwajibkan melakukan suatu penelitian serta menyusun laporannya dalam bentuk Skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut bersama ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami yaitu :

Nama : Yanerti Bili
NIM : P07124222020
Alamat : Jl. Mandala Sari No.7
Judul Penelitian : Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar Sebelum dan Sesudah Dilakukan Yoga
Tempat Penelitian : Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan
Waktu Penelitian : Februari – April 2026
Jumlah Peneliti : 1 (satu) orang

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik diucapkan terimakasih.


Ketua Jurusan Kebidanan,
Kemenkes
Bdn. Ni Ketut Somovani, SST, M.Biomed.
NIB.496904211989032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.





**Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan**

Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
☎ (0361) 710447
🌐 <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

Denpasar, 3 Maret 2026


Nomor : PP.06.02/F.XXIV.14/0793 /2026
Lampiran : -
Hal : **Mohon izin melaksanakan penelitian**
Yth : Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
Di -
Denpasar

Dalam rangka menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Denpasar Tahun Akademik 2025/2026, mahasiswa diwajibkan melakukan suatu penelitian serta menyusun laporannya dalam bentuk Skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut bersama ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami yaitu :

Nama : Yanerti Bili
NIM : P07124222020
Alamat : Jl. Mandala Sari No.7
Judul Penelitian : Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar Sebelum dan Sesudah Dilakukan Yoga
Tempat Penelitian : Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan
Waktu Penelitian : Februari – April 2026
Jumlah Peneliti : 1 (satu) orang

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik diucapkan terimakasih.

Ketua Jurusan Kebidanan,


Bdn. Ni Ketut Somovani, SST, M. Biomed.
NIP.196904211989032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 2

ETHICAL CLEARANCE



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan

Politeknik Kesehatan Denpasar

Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya

Denpasar Selatan, Bali 80224

(0361) 710447

<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

PERSETUJUAN ETIK/ ETHICAL APPROVAL

Nomor: DP.04.02/F.XXIV.26/ 222 /2026

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar sebelum dan Sesudah Dilakukan Yoga

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

Yanerti Bili

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 5 Maret 2026

Ketua Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran Ethical Approval
Nomor : DP.04.02/F.XXIV.26/ 222 /2026
Tanggal : 5 Maret 2026

SARAN REVIEWER

| Nama Peneliti | Judul | Saran Tindak lanjut | |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------|
| | | Reviewer 1 | Reviewer 2 |
| Yanerti Bili | Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar sebelum dan Sesudah Dilakukan Yoga | Dapat dilanjutkan untuk melaksanakan penelitian | Penelitian dapat dilanjutkan |



Ketua Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar

Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

Lampiran 3

SURAT PENGAJUAN HAK CIPTA

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, pemegang hak cipta:

Nama : Poltekkes Kemenkes Denpasar
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Jl. Sanitasi, No.1 Sidakarya, Denpasar Selatan, Bali

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya Cipta yang saya mohonkan:
 - Berupa : Video
 - Berjudul : Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar Sebelum dan Sesudah Dilakukan Yoga
 - Tidak meniru dan tidak sama secara esensial dengan Karya Cipta milik pihak lain atau obyek kekayaan intelektual lainnya sebagaimana dimaksud dalam Pasal 68 ayat (2);
 - Bukan merupakan Ekspresi Budaya Tradisional sebagaimana dimaksud dalam Pasal 38;
 - Bukan merupakan Ciptaan yang tidak diketahui penciptanya sebagaimana dimaksud dalam Pasal 39;
 - Bukan merupakan hasil karya yang tidak dilindungi Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 41 dan 42;
 - Bukan merupakan Ciptaan seni lukis yang berupa logo atau tanda pembeda yang digunakan sebagai merek dalam perdagangan barang/jasa atau digunakan sebagai lambang organisasi, badan usaha, atau badan hukum sebagaimana dimaksud dalam Pasal 65 dan;
 - Bukan merupakan Ciptaan yang melanggar norma agama, norma susila, ketertiban umum, pertahanan dan keamanan negara atau melanggar peraturan perundang-undangan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 74 ayat (1) huruf d Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.
2. Sebagai pemohon mempunyai kewajiban untuk menyimpan asli contoh ciptaan yang dimohonkan dan harus memberikan apabila dibutuhkan untuk kepentingan penyelesaian sengketa perdata maupun pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan.
3. Karya Cipta yang saya mohonkan pada Angka 1 tersebut di atas tidak pernah dan tidak sedang dalam sengketa pidana dan/atau perdata di Pengadilan.

4. Dalam hal ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Angka 1 dan Angka 3 tersebut di atas saya / kami langgar, maka saya / kami bersedia secara sukarela bahwa:
- a. permohonan karya cipta yang saya ajukan dianggap ditarik kembali; atau
 - b. Karya Cipta yang telah terdaftar dalam Daftar Umum Ciptaan Direktorat Hak Cipta, Direktorat Jenderal Hak Kekayaan Intelektual, Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia R.I dihapuskan sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.
 - c. Dalam hal kepemilikan Hak Cipta yang dimohonkan secara elektronik sedang dalam perkara dan/atau sedang dalam gugatan di Pengadilan maka status kepemilikan surat pencatatan elektronik tersebut ditangguhkan menunggu putusan Pengadilan yang berkekuatan hukum tetap.

Demikian Surat pernyataan ini saya/kami buat dengan sebenarnya dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar , 16 April 2026



(Dr. Sri Rahayu, S.Tr. Keb., S.Kep., Ners., M.Kes)
NIP. 197408181998032001

* Semua pemegang hak cipta agar menandatangani di atas materai.

Lampiran 4

SERTIFIKAS HAK CIPTA


REPUBLIC INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002026051647, 20 April 2026

Pencipta

Nama : **YANERTI BILI**
Alamat : Milla Ate, Wewewa Selatan, Kab. Sumba Barat Daya, Nusa Tenggara Timur, 87254
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **YANERTI BILI**
Alamat : Milla Ate, Wewewa Selatan, Kab. Sumba Barat Daya, Nusa Tenggara Timur
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Karya Rekaman Suara atau Bunyi**
Judul Ciptaan : **YOGA UNTUK KESEHATAN MENTAL REMAJA PUTRI**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 20 April 2026, di Kota Denpasar
Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.
Nomor Pencatatan : 001201910

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri


Agung Damarsasongko,SH.,MH.
NIP. 196912261994031001





Disclaimer:

1. Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.
2. Surat Pencatatan ini telah disegel secara elektronik menggunakan segel elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik, Badan Siber dan Sandi Negara.
3. Surat Pencatatan ini dapat dibuktikan keasliannya dengan memindai kode QR pada dokumen ini dan informasi akan ditampilkan dalam browser.

Lampiran 5

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:
Calon Responden
di Tempat

Dengan hormat,

Bersama dengan surat ini, peneliti bernama Yanerti Bili sebagai mahasiswi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar, bermaksud untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Yoga Terhadap Kesehatan Mental Remaja Putri Di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar”**. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh yoga terhadap kesehatan mental remaja putri di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar. Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar. Berkaitan dengan hal tersebut di atas, saya mohon kesediaan saudara untuk menjadi responden yang merupakan sumber informasi bagi peneliti.

Demikian permohonan ini saya sampaikan. Atas kesediaan dan partisipasi saudara, saya ucapkan terima kasih.

Denpasar, Februari 2026

Peneliti

Yanerti Bili

Lampiran 6

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN

(INFORMED CONSENT)

SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Saudari, Kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

| | |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Judul | Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar Sebelum dan Sudah Dilakukan Yoga |
| Peneliti Utama | Yanerti Bili |
| Institusi | Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan |
| Peneliti Lain | - |
| Lokasi Penelitian | Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan |
| Sumber pendanaan | Swadana |

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar Sebelum dan Sudah Dilakukan Yoga. Jumlah peserta sebanyak 33 orang dengan syaratnya yaitu: Kriteria inklusi pada penelitian ini :

- 1) Mahasiswi aktif yang berusia 18 tahun (fase remaja akhir).
- 2) Mengalami kondisi ansietas dan depresi dengan kategori ringan sampai sedang, yang teridentifikasi berdasarkan hasil skor *pre-test* menggunakan instrumen *Mini MINDHEAR Youth Scale V.1*.
- 3) Memiliki *handphone* pribadi (Android atau iOS) untuk mendukung pemantauan latihan serta koordinasi jadwal melalui WhatsApp grup.
- 4) Bersedia menjadi responden penelitian dan menandatangani *informed consent*.
- 5) Bersedia mengikuti seluruh rangkaian intervensi yoga secara penuh (2-3 kali seminggu selama satu bulan).

Kriteria eksklusi pada penelitian ini :

- 1) Mahasiswi yang memiliki penyakit komplikasi fisik yang tidak memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik (yoga).
- 2) Mahasiswi dengan gangguan kejiwaan berat yang sedang dalam perawatan klinis atau terapi intensif.
- 3) Mahasiswi yang sedang dalam proses atau telah dinyatakan putus studi (*Drop Out*) dari institusi selama penelitian berlangsung.
- 4) Mahasiswi yang tidak dapat mengikuti rangkaian intervensi secara rutin sesuai jadwal yang telah ditentukan (tidak kooperatif).

Peserta penelitian akan diberikan kuesioner untuk mengukur kondisi kesehatan mental yang meliputi tingkat ansietas dan depresi sebelum dan sesudah pelaksanaan intervensi yoga. Pengisian kuesioner diperkirakan memerlukan waktu $\pm 5-10$ menit pada setiap tahap pengukuran. Pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum intervensi (*pre-test*) dan setelah seluruh rangkaian intervensi yoga selesai (*post-test*).

Dalam penelitian ini, responden akan mengikuti intervensi berupa latihan yoga yang dilaksanakan sesuai jadwal yang telah ditentukan peneliti. Keikutsertaan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa peningkatan relaksasi dan keseimbangan mental. Selain itu, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi informasi ilmiah mengenai efektivitas yoga sebagai upaya preventif dalam meningkatkan kesehatan mental mahasiswi di lingkungan pendidikan kesehatan.

Atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini, peserta akan diberikan imbalan berupa kuota internet sebagai bentuk apresiasi atas waktu yang telah diluangkan selama mengikuti rangkaian penelitian. Peneliti menjamin kerahasiaan seluruh data peserta dengan menyimpannya secara aman dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Keikutsertaan Saudari dalam penelitian ini bersifat sukarela. Saudari berhak menolak atau menghentikan keikutsertaan kapan saja tanpa sanksi akademik maupun konsekuensi lainnya. Keputusan untuk tidak melanjutkan sebagai peserta penelitian tidak akan memengaruhi status akademik maupun hubungan dengan institusi pendidikan.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini hanya digunakan untuk tujuan ilmiah dan akan dijaga kerahasiaannya. Seluruh hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk data agregat tanpa mencantumkan identitas pribadi peserta. Penelitian ini dilaksanakan tanpa adanya konflik kepentingan antara peneliti dan pihak lain.

Jika Saudari setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Saudari diminta untuk menandatangani formulir Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) sebagai Peserta Penelitian setelah benar-benar memahami penjelasan

mengenai tujuan, prosedur, manfaat, serta kemungkinan risiko penelitian ini. Saudari akan diberikan satu salinan formulir persetujuan yang telah ditandatangani sebagai arsip pribadi.

Apabila selama pelaksanaan penelitian terdapat informasi atau perkembangan baru yang dapat memengaruhi keputusan Saudari untuk melanjutkan keikutsertaan, peneliti akan menyampaikan hal tersebut secara terbuka dan jelas.

Apabila terdapat pertanyaan lebih lanjut mengenai penelitian ini, Saudari dapat menghubungi peneliti: Yanerti Bili **dengan No. HP/WA: 081237374365**. Tanda tangan Saudari dibawah ini menunjukkan bahwa Saudari telah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta *penelitian/Wali**.

Peserta/ Subyek Penelitian,

Wali,

Tanda Tangan dan Nama

Tanda Tangan dan

Nama

Tanggal (wajib diisi): / /

Tanggal (wajib diisi): / /

(Wali dibutuhkan bila calon peserta adalah anak < 14 tahun, lansia, tuna grahita, pasien dengan kesadaran kurang – koma)

Peneliti

Yanerti Bili

Tanggal

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila

- Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/tidak dapat bicara atau buta
- Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

Saksi:

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

Nama dan Tanda tangan saksi

Tanggal

(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)

* coret yang tidak perlu

Lampiran 7

INSTRUMEN DETEKSI DINI KESEHATAN JIWA (USIA 10-18 TAHUN)

Mini MINDHEAR Youth Scale V.1

DATA IDENTITAS RESPONDEN

Nama/Inisial :

NIM :

Umur : Tahun

Tingkat/Semester :

Riwayat Yoga Sebelumnya : Pernah / Belum Pernah

Status Pengobatan/Konseling : Ya / Tidak

Tanggal Latihan Yoga :

Waktu Latihan (60 Menit) : Jam s.d Jam WITA

Kelengkapan Dokumentasi : Video Timelapse sudah dikirim ke
WhatsApp Group

Petunjuk Pengisian:

Bacalah setiap pertanyaan dengan saksama.

Pilih jawaban yang paling sesuai dengan apa yang kamu rasakan atau alami dalam 2 (dua) minggu terakhir.

| No | Domain | Pertanyaan | Ya | Tidak |
|----|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------|
| 1. | Domain Ansietas (Kecemasan) | Dalam 2 minggu terakhir, Saya sering merasa khawatir atau tidak tenang, tegang, deg-degan dan gelisah terutama terhadap hal-hal negatif atau yang belum tentu terjadi | | |
| 2. | | Dalam 2 minggu terakhir, Saya berpikir berlebihan dan tidak bisa mengendalikan diri, terutama terhadap hal-hal negatif atau yang belum tentu terjadi | | |
| 3. | | Dalam 2 minggu terakhir, Saya sulit tidur dan berkonsentrasi terutama saat memikirkan hal-hal negatif yang belum tentu terjadi | | |
| 4. | Domain Depresi | Dalam 2 minggu terakhir, Saya sering merasa sedih atau tertekan padahal tidak ada penyebab yang jelas | | |
| 5. | | Dalam 2 minggu terakhir, Saya tidak tertarik lagi dengan kegiatan atau hal-hal yang biasanya saya sukai | | |
| 6. | | Dalam 2 minggu terakhir, Saya merasa sering capek, sulit tidur, dan sulit fokus saat belajar atau melakukan kegiatan | | |

Hasil Interpretasi Kuesioner *Mini MINDHEAR Youth Scale V.*

Tata Cara pengisian Instrumen Kuesioner Mini MINDHEAR Youth Scale V.1 untuk usia 10-18 tahun

1. Diisi secara mandiri oleh anak dan remaja usia 10 – 18 tahun sesuai dengan kondisi yang dialami dalam 2 (dua) minggu terakhir.
2. Pertanyaan harus dijawab semua tidak boleh dikosongkan, dijawab dengan jujur dan tanpa dipengaruhi oleh orang lain.
3. Untuk setiap pertanyaan, pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan apa yang dirasakan.

| Domain | Jawaban | Interpretasi Hasil |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Ansietas | skor 0-1, bila seluruh jawaban tidak atau terdapat jawaban ya pada pertanyaan 2 saja, sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tidak -tidak - tidak ▪ Tidak -ya - tidak | Tidak menunjukkan kemungkinan gejala ansietas |
| | skor 1-2, bila Terdapat salah satu Jawaban Ya pada pertanyaan 1 atau 3, sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tidak - tidak - ya ▪ Ya – tidak - tidak ▪ Tidak - ya - ya ▪ Ya - ya - tidak | Menunjukkan kemungkinan gejala ansietas ringan |
| | skor 2 - 3, terdapat jawaban Ya pada pertanyaan 1 & 3, sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ya - tidak - ya ▪ Ya - ya - ya | Menunjukkan kemungkinan gejala ansietas berat |
| Depresi | skor 0 - 1, bila seluruh jawaban tidak atau terdapat jawaban ya pada pertanyaan 2 saja, sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tidak - tidak - tidak ▪ Tidak - ya - tidak | Tidak menunjukkan kemungkinan gejala depresi |
| | skor 1 - 2, bila Terdapat salah satu Jawaban Ya pada pertanyaan 1 atau 3, sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tidak - tidak- ya ▪ Ya - tidak - tidak ▪ Tidak - ya - ya ▪ Ya - ya - tidak | Menunjukkan kemungkinan gejala depresi ringan |
| | skor 2 - 3, terdapat jawaban Ya pada pertanyaan 1 & 3, sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ya - tidak - ya ▪ Ya - ya - ya | Menunjukkan kemungkinan gejala depresi berat |

Hasil Interpretasi Kuesioner *Mini MINDHEAR Youth Scale V.1*

Lampiran 9

SURAT TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Sanitasi No 1, Sidakarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

SURAT KETERANGAN

NOMOR: KH.06.01/F.XXIV.14/1396/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini :

nama : Bdn.Ni Ketut Somoyani, SST.,M.Biomed
NIP : 196904211989032001
Jabatan : Ketua Jurusan Kebidanan

dengan ini menerangkan bahwa :

nama : Yanerti Bili
NIM : P07124222020
semester : VIII (Delapan)
Prodi : Sarjana Terapan Kebidanan

Memang benar yang bersangkutan telah mengambil data untuk penelitian yang berjudul "Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar Sebelum dan Sesudah Dilakukan Yoga" dari tanggal 16 Maret sampai dengan 14 April 2026.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 30 April 2026

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
Ketua Jurusan Kebidanan



Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST.,M.Biomed
NIP. 196904211989032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 10**REALISASI ANGGARAN PENELITIAN**

| No. | Kegiatan Proposal dan Penelitian | Biaya (Rp) |
|------------|-----------------------------------------|---------------------|
| 1. | Tahapan Persiapan | |
| | Penyusunan Proposal, Penggandaan | Rp 300.000 |
| | Seminar Proposal | Rp 100.000 |
| | Perbaikan Proposal | Rp 200.000 |
| 2. | Tahap Pelaksanaan | |
| | Pengurusan Izin Penelitian | Rp 250.000 |
| | Pendaftaran Kegiatan Yoga | Rp 800.000 |
| | Persiapan Video | Rp 100.000 |
| | Pembuatan Hak Cipta | Rp. 200.000 |
| | Pengumpulan Data | Rp 100.000 |
| | Pelaksanaan Yoga | Rp 900.000 |
| | Kompensasi | Rp 600.000 |
| 3. | Tahap Akhir Penyusunan | |
| | Penyusunan Skripsi | Rp 200.000 |
| | Seminar Hasil Skripsi | Rp 200.000 |
| | Perbaikan Hasil Penelitian | Rp 150.000 |
| | Pengajuan Hak Cipta | Rp 200.000 |
| | Publikasi Hasil Penelitian | Rp 200.000 |
| | TOTAL | Rp 4.700.000 |

Lampiran 11

HASIL UJI SPSS

Analisi *Univariat*

Usia

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | 18 tahun | 32 | 97.0 | 97.0 | 97.0 |
| | 17 tahun | 1 | 3.0 | 3.0 | 100.0 |
| | Total | 33 | 100.0 | 100.0 | |

Semester

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Semester 2 | 33 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Descriptive Statistics

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|------|----------------|
| Pre_Test_Ansietas | 33 | 0 | 3 | 1.27 | 1.039 |
| Valid N (listwise) | 33 | | | | |

Descriptive Statistics

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|------|----------------|
| Pre_Depresi | 33 | 0 | 3 | 1.15 | .972 |
| Valid N (listwise) | 33 | | | | |

Descriptive Statistics

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|------|----------------|
| Post_Test_Ansietas | 33 | 0 | 3 | .58 | .936 |
| Valid N (listwise) | 33 | | | | |

Descriptive Statistics

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|------|----------------|
| Post_Depresi | 33 | 0 | 2 | .27 | .574 |
| Valid N (listwise) | 33 | | | | |

Kat_Pre_Ansietas

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Ringan | 20 | 60.6 | 60.6 | 60.6 |
| | Normal | 8 | 24.2 | 24.2 | 84.8 |
| | Berat | 5 | 15.2 | 15.2 | 100.0 |
| | Total | 33 | 100.0 | 100.0 | |

Kat_Post_Ansietas

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Ringan | 27 | 81.8 | 81.8 | 81.8 |
| | Normal | 4 | 12.1 | 12.1 | 93.9 |
| | Berat | 2 | 6.1 | 6.1 | 100.0 |
| | Total | 33 | 100.0 | 100.0 | |

Kat_Pre_Depresi

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Ringan | 21 | 63.6 | 63.6 | 63.6 |
| | Normal | 9 | 27.3 | 27.3 | 90.9 |
| | Berat | 3 | 9.1 | 9.1 | 100.0 |
| | Total | 33 | 100.0 | 100.0 | |

Kat_Post_Depresi

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Ringan | 31 | 93.9 | 93.9 | 93.9 |
| | Normal | 2 | 6.1 | 6.1 | 100.0 |
| | Total | 33 | 100.0 | 100.0 | |

Analisis Bivariat

Tests of Normality

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|--------------------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|-------|
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Pre_Test_Ansietas | .210 | 33 | <,001 | .868 | 33 | <,001 |
| Post_Test_Ansietas | .397 | 33 | <,001 | .662 | 33 | <,001 |

a. Lilliefors Significance Correction

Tests of Normality

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|--------------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|-------|
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Pre_Depresi | .198 | 33 | .002 | .865 | 33 | <,001 |
| Post_Depresi | .471 | 33 | <,001 | .531 | 33 | <,001 |

a. Lilliefors Significance Correction

Test Statistics^a

| Post_Test_An sietas - Pre_Test_An sietas | |
|---------------------------------------------------|---------------------|
| Z | -3.182 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .001 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Test Statistics^a

| Post_Depresi - Pre_Depresi | |
|-------------------------------|---------------------|
| Z | -3.944 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | <,001 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

| | | N | Mean Rank | Sum of Ranks |
|-------------------------------------------|----------------|-----------------|-----------|--------------|
| Post_Test_Ansietas - Pre_Test_Ansietas | Negative Ranks | 16 ^a | 10.75 | 172.00 |
| | Positive Ranks | 3 ^b | 6.00 | 18.00 |
| | Ties | 14 ^c | | |
| | Total | 33 | | |

a. Post_Test_Ansietas < Pre_Test_Ansietas

b. Post_Test_Ansietas > Pre_Test_Ansietas

c. Post_Test_Ansietas = Pre_Test_Ansietas

Test Statistics^a

Post_Test_An
sietas -
Pre_Test_An
sietas

| | |
|------------------------|---------------------|
| Z | -3.182 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .001 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Ranks

| | | N | Mean Rank | Sum of Ranks |
|-------------------------------|----------------|-----------------|-----------|--------------|
| Post_Depresi - Pre_Depresi | Negative Ranks | 22 ^a | 12.82 | 282.00 |
| | Positive Ranks | 2 ^b | 9.00 | 18.00 |
| | Ties | 9 ^c | | |
| | Total | 33 | | |

a. Post_Depresi < Pre_Depresi

b. Post_Depresi > Pre_Depresi

c. Post_Depresi = Pre_Depresi

Test Statistics^a

Post_Depresi
- Pre_Depresi

| | |
|------------------------|---------------------|
| Z | -3.944 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .000 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 12

DOKUMENTASI PENELITIAN





Lampiran 13

HASIL PLAGIARISME

PERBEDAAN KESEHATAN MENTAL REMAJA PUTRI JURUSAN
KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES DENPASAR SEBELUM DAN
SESUDAH DILAKUKAN YOGA

ORIGINALITY REPORT

| | | | |
|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------|------------------------------|
| 23% SIMILARITY INDEX | 16% INTERNET SOURCES | 10% PUBLICATIONS | 11% STUDENT PAPERS |
|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------|------------------------------|

PRIMARY SOURCES

| | | |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 1 | Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper | 6% |
| 2 | meandpsy.blogspot.com Internet Source | 1% |
| 3 | www.journal.unusia.ac.id Internet Source | <1% |
| 4 | files.core.ac.uk Internet Source | <1% |
| 5 | ojs.unud.ac.id Internet Source | <1% |
| 6 | Submitted to Universitas Riau Student Paper | <1% |
| 7 | stahnmpukuturan.ac.id Internet Source | <1% |
| 8 | Submitted to KOMBI FISIP Student Paper | <1% |
| 9 | journal3.um.ac.id Internet Source | <1% |
| 10 | academicjournal.yarsi.ac.id Internet Source | <1% |
| 11 | ejournal.unuja.ac.id Internet Source | <1% |
| 12 | Putu Hening Wedanthi. "Studi Kasus Dinamika Psikologis Penderita Bipolar Disorder", Jurnal Pendidikan Tambusai, 2022 Publication | <1% |

| | | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 13 | Submitted to LSPR Communication & Business Institute <small>Student Paper</small> | <1 % |
| 14 | Submitted to Universitas Sultan Ageng Tirtayasa <small>Student Paper</small> | <1 % |
| 15 | proceeding.unnes.ac.id <small>Internet Source</small> | <1 % |
| 16 | Lia Dian Ayuningrum, Kholis Frendika, Hasna Widya Nastiti, Fatimatasari. "PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN PADA SISWA SANGGAR BIMBINGAN (SB) AT TANZIL SERDANG, MALAYSIA", Jurnal Berdaya Mandiri, 2024 <small>Publication</small> | <1 % |
| 17 | jkhws.itsk-soepraoen.ac.id <small>Internet Source</small> | <1 % |
| 18 | Annisa Yuliani Putri, Rahmat Doko, Suaib. "Hubungan Antara Kesehatan Mental Dengan Prestasi Akademik Pada Siswa di SMP Negeri 17 Palu Menggunakan Metode Strengths And Difficulties Questionnaire (SDQ)", Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan, 2026 <small>Publication</small> | <1 % |
| 19 | jurnal.globalscients.com <small>Internet Source</small> | <1 % |
| 20 | Submitted to Yonkers High School <small>Student Paper</small> | <1 % |
| 21 | eprints.umpo.ac.id <small>Internet Source</small> | <1 % |
| 22 | jurnal.poltekkespalu.ac.id <small>Internet Source</small> | <1 % |
| 23 | journal.unimma.ac.id <small>Internet Source</small> | <1 % |

| | | |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 24 | trysohard88.blogspot.com Internet Source | <1 % |
| 25 | Ayu Surya Ningsih, Raden Maria Veronika Widiatrilupi. "PENGARUH MINUMAN JAHE TERHADAP PENGURANGAN KELUHAN MORNING SICKNESS PADA IBU HAMIL TRIMESTER PERTAMA", <i>Jurnal Kesehatan Tambusai</i> , 2025 Publication | <1 % |
| 26 | indojurnal.com Internet Source | <1 % |
| 27 | Submitted to Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar Student Paper | <1 % |
| 28 | www.ipm2kpe.or.id Internet Source | <1 % |
| 29 | Hasnaeni Hasnaeni, Arisna Kadir, Firawati Firawati, Hasnita Hasnita. "Manfaat Yoga Prenatal Terhadap Kesehatan Mental Ibu Hamil: Literatur Review", <i>Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)</i> , 2026 Publication | <1 % |
| 30 | jurnal.researchideas.org Internet Source | <1 % |
| 31 | repository.uwn.ac.id Internet Source | <1 % |
| 32 | e-journal.hamzanwadi.ac.id Internet Source | <1 % |
| 33 | jurnal.uia.ac.id Internet Source | <1 % |
| 34 | prosiding.uhb.ac.id Internet Source | <1 % |
| 35 | repo.itera.ac.id Internet Source | <1 % |
| 36 |  akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id | |

| | | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| | Internet Source | <1% |
| 37 | conference.upgris.ac.id Internet Source | <1% |
| 38 | repository.stikesrpadgs.ac.id Internet Source | <1% |
| 39 | Ni Luh Lusi Triani, Gusti Ayu Marhaeni, Gusti Ayu Eka Utarini. "Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Kesehatan Reproduksi pada Perilaku Seks Pranikah pada Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Tegallalang", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2026 Publication | <1% |
| 40 | Silvia Dewi Styaningrum, Zenni Puspitarini, Siska Puspita Sari. "Program edukasi terpadu di sekolah berbasis asrama untuk pencegahan anemia pada remaja putri", Ilmu Gizi Indonesia, 2020 Publication | <1% |
| 41 | Titik Juwariah, Erni Setiyorini. "The Effect of GardPengaruh Terapi Okupasi Berkebun terhadap Penurunan Depresi Lansia: Studi Quasi Eksperimenening-Based Occupational Therapy on Reducing Depression Levels in the Elderly", Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran, 2026 Publication | <1% |
| 42 | Submitted to Universitas Sains Alquran Student Paper | <1% |
| 43 | eprints.aiska-university.ac.id Internet Source | <1% |
| 44 | idhamank.blogspot.com Internet Source | <1% |
| 45 | seminar.uad.ac.id Internet Source | <1% |

| | | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 46 | Asyraf Suryadin. "POLA PENDIDIKAN KARAKTER DALAM MENGATASI KENAKALAN REMAJA DI KABUPATEN BANGKA BARAT", <i>Jurnal Penelitian Kebijakan Pendidikan</i> , 2020 Publication | <1 % |
| 47 | journal.stikessuakainsan.ac.id Internet Source | <1 % |
| 48 | jurnal.umb.ac.id Internet Source | <1 % |
| 49 | repository.trisakti.ac.id Internet Source | <1 % |
| 50 | Submitted to Lampasas High School Student Paper | <1 % |
| 51 | Submitted to Telkom University Student Paper | <1 % |
| 52 | Yenni, Nilawati Uly, Andi Alim. "Pengaruh Prenatal Yoga terhadap Persiapan dan Hasil Persalinan: Suatu Tinjauan Literatur", <i>Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)</i> , 2025 Publication | <1 % |
| 53 | www.ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source | <1 % |
| 54 | Nurlaili Ramli, Putri Santy. "Efektifitas Pemberian Ramuan Jahe (<i>Zingibers officinale</i>) dan Teh Rosella (<i>Hibiscus sabdariffa</i>) terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Haid", <i>Action: Aceh Nutrition Journal</i> , 2017 Publication | <1 % |
| 55 | dunsscotusofm.wixsite.com Internet Source | <1 % |
| 56 | risetpress.com Internet Source | <1 % |
| 57 |  Feliksia Bas, Simon Kleden, Antonia Hamu. "The Effect of Audiovisual Health Education on Cervical Cancer Early Detection and | <1 % |

Prevention Knowledge Among Female Students at SMAK Sint Carolus Kupang",
Journal of Tropical Diseases and Health Science, 2024

Publication

| | | |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 58 | eprints.unipdu.ac.id Internet Source | <1 % |
| 59 | jayapanguspress.penerbit.org Internet Source | <1 % |
| 60 | nanopdf.com Internet Source | <1 % |
| 61 | ranahresearch.com Internet Source | <1 % |
| 62 | www.journal.al-matani.com Internet Source | <1 % |
| 63 | www.lib.ui.ac.id Internet Source | <1 % |
| 64 | www.sciencepg.com Internet Source | <1 % |
| 65 | Tiara Tri Ariani, Tuti Rahmi. "Hardiness dengan Eudaimonic Workplace Well-Being pada Petugas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan", YASIN, 2025 Publication | <1 % |
| 66 | jkip.poltekkes-mataram.ac.id Internet Source | <1 % |
| 67 | journal.ipb.ac.id Internet Source | <1 % |
| 68 | jurnal.stikesbudiluhurcimahi.ac.id Internet Source | <1 % |
| 69 | repository.stei.ac.id Internet Source | <1 % |
| 70 | Dwi Susanti Susanti, Afi Lutfiyati. "Hubungan status gizi dengan gangguan siklus"  | <1 % |

menstruasi Di SMPN 1 Sleman Yogyakarta",
Riset Informasi Kesehatan, 2021

Publication

| | | |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 71 | Nasrah, Kismiyati Kismiyati, Zeth Roberth Felle, Frengky Apay, Theresia Febriana Christi Tyas Utami. "Hubungan antara tingkat stres dan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir", JURNAL KEPERAWATAN TROPIS PAPUA, 2024 Publication | <1% |
| 72 | Netti Herawati, Nuraidah Nuraidah. "Peningkatan Pengetahuan tentang Pernikahan Dini Melalui Kegiatan Sosialisasi pada Siswa SMA Negeri 8 Muara Jambi", Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 2026 Publication | <1% |
| 73 | d3keperawatan.akesrustida.ac.id Internet Source | <1% |
| 74 | etheses.iainkediri.ac.id Internet Source | <1% |
| 75 | www.jurnalfarmasihigea.org Internet Source | <1% |
| 76 | www.perumperindo.co.id Internet Source | <1% |
| 77 | Submitted to IAIN Palopo Student Paper | <1% |
| 78 | Submitted to Konsorsium 4 Perguruan Tinggi Swasta Student Paper | <1% |
| 79 | Njo Anastasia, Steve Kayne. "Pengaruh personality traits pada cognitive bias dalam pengambilan keputusan investasi saham", Jurnal Psikologi Sosial, 2024 Publication | <1% |
| 80 | Putri Al Zahra, Muhammad Imadudin Akbar, Beatrix Elizabeth. "Edukasi Kesehatan Reproduksi Dengan Menggunakan Media | <1% |

EMIVO*, Citra Delima Scientific journal of Citra
Internasional Institute, 2025

Publication

| | | |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 81 | Submitted to Universitas Muslim Indonesia Student Paper | <1 % |
| 82 | Submitted to Universitas Pertamina Student Paper | <1 % |
| 83 | Submitted to University of Wollongong Student Paper | <1 % |
| 84 | journal.ikipsiliwangi.ac.id Internet Source | <1 % |
| 85 | journal.ubm.ac.id Internet Source | <1 % |
| 86 | repository.ubb.ac.id Internet Source | <1 % |
| 87 | repository.upnvj.ac.id Internet Source | <1 % |
| 88 | www.inilahtasik.com Internet Source | <1 % |
| 89 | Teguh Irawan, Yulis Indriyani, Agustina Ayu Prasyanti, Zubaidah Tsania Ulul Azmi et al. "Gambaran Literasi Kesehatan Mental Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Semester II Universitas Pekalongan", Jurnal Medika Malahayati, 2025 Publication | <1 % |
| 90 | Submitted to Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Student Paper | <1 % |
| 91 | ejournal.untirta.ac.id Internet Source | <1 % |
| 92 | geograf.id Internet Source | <1 % |
| 93 | indopediajurnal.my.id Internet Source | <1 % |

f

| | | |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 94 | jurnal.dokicti.org Internet Source | <1 % |
| 95 | jurnal.syntaxliterate.co.id Internet Source | <1 % |
| 96 | kpd.ejournal.unri.ac.id Internet Source | <1 % |
| 97 | repository.stieyapan.ac.id Internet Source | <1 % |
| 98 | repository.unmuha.ac.id Internet Source | <1 % |
| 99 | skripsi-konsultasi.blogspot.com Internet Source | <1 % |
| 100 | www.jurnalp4i.com Internet Source | <1 % |
| 101 | Submitted to Fakultas ISIP Student Paper | <1 % |
| 102 | Listiani Amana, Santi Esterlita Purnamasari. "EFEKTIVITAS MENDENGARKAN BACAAN AL- QURAN TERHADAP PENURUNAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA", Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi, 2017 Publication | <1 % |
| 103 | Nisa Rizki Nurfiti, Diani Magasida, Sri Ayu Kurnia, Nunung Nurjanah. "Effectiveness Of Acupressure At Point Pericardium 6 Against Emesis Gravidarum In Pregnant Women At The Arsy Medika Clinic, Cikalang Village, Dukupuntang District, Cirebon District, 2024", Jurnal Kesehatan Mahardika, 2025 Publication | <1 % |
| 104 | Rosdianah Rosdianah, Irmawati S. "PEMBERIAN EKSTRAK DAUN KATUK TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU MENYUSUI", Jurnal Kebidanan Malahayati, 2021 Publication | <1 % |

105 ejournal.warunayama.org <1 %
Internet Source

106 eprints.perbanas.ac.id <1 %
Internet Source

107 eprints.poltekkesadisutjipto.ac.id <1 %
Internet Source

108 epub.imandiri.id <1 %
Internet Source

109 ijurnal.com <1 %
Internet Source

110 ortotikprostetiksolo.com <1 %
Internet Source

111 Muhammad Perwiranegara, Suhardoyo -,
Nurul Ismi. "Analisis Kuantitatif Pengaruh
Gaya Kepemimpinan dan Motivasi Kerja
Terhadap Kinerja Karyawan pada PT.
Pegadaian Cabang Kalimantan", Jurnal Ilmu
Komunikasi dan Bisnis, 2026
Publication

112 Seni Nuryanti, Epul Saepudin, Masta Hutajulu,
Heris Herdiana. "Meningkatkan Kemampuan
Komunikasi Matematis dan Kepercayaan Diri
Siswa SMP dengan Menggunakan Pendekatan
Contextual Teaching and Learning", PRISMA,
2019
Publication

113 digilib.uns.ac.id <1 %
Internet Source

114 ejournalskalakesehatan-poltekkesbjm.com <1 %
Internet Source

115 journal.unnes.ac.id <1 %
Internet Source

116 jurnal.stkipmb.ac.id <1 %
Internet Source



jurnal.unismuhpalu.ac.id

| | | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 117 | Internet Source | <1 % |
| 118 | jurnalku.org Internet Source | <1 % |
| 119 | ourarchive.otago.ac.nz Internet Source | <1 % |
| 120 | repository.institutpendidikan.ac.id Internet Source | <1 % |
| 121 | repository.unigal.ac.id:8080 Internet Source | <1 % |
| 122 | repository.unipasby.ac.id Internet Source | <1 % |
| 123 | www.kostdankontrakan.com Internet Source | <1 % |
| 124 | www.pareparekota.go.id Internet Source | <1 % |
| 125 | Brigitta A. Tendeau, Damajanty H. C. Pangemanan, Ivonny M. Sapulete. "Perbandingan Persentase Lemak Tubuh Sebelum dan Setelah Melakukan Senam Zumba pada Wanita Dewasa", Jurnal e-Biomedik, 2018 Publication | <1 % |
| 126 | Danur Azissah RS, Handi Rustandi, Yalta Hasasnudin Nuh, Jipri Suyanto. "Enhancing Maternal Comfort: The Impact of Endorphin Massage Therapy on Reducing Preoperative Pain and Anxiety in Primigravida Mothers Undergoing Cesarean Section", Journal of Current Health Sciences, 2024 Publication | <1 % |
| 127 | Maria Kornelia Ringgi Kuwa, Mediatrix Santi Gaharpung, Kristoforus Samson, Maria Clemensia Lomu. "Gambaran Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Penyakit Menular Seksual pada Remaja di Asrama Don Bosco | <1 % |

Maumere: A Deskriptif Kuantitatif', RIGGS:
Journal of Artificial Intelligence and Digital
Business, 2026

Publication

128 Nur Afifa Ardila, Nungki Marlian Yuliadarwati,
Nikmatur Rosidah. "Pengaruh Kombinasi
Antara Senam Aerobic Low Impact Dengan
Diaphragma Breathing Exercise Terhadap
Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Komunitas
Lansia Malang", Jurnal Ilmu Kedokteran dan
Kesehatan, 2025

Publication

129 Sri Mumpuni Yuniarsih, Rahajeng Win
Martani. "PENGARUH ONLINE HANDBOOK
EDUCATION TERHADAP KECEMASAN COVID-
19", MEDIA ILMU KESEHATAN, 2021

Publication

130 Theresia Eriyani, Iwan Shalahuddin, Indra
Maulana. "PENGARUH MOBILISASI DINI
TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA POST
OPERASI SECTIO CAESAREA", Media Informasi,
2018

Publication

131 Submitted to Universitas Djuanda
Student Paper

132 Widyanita K. Silo, M. C. P. Wongkar, Yuanita A.
Langi. "ANGKA KEJADIAN MEROKOK PADA
PASIEIN TB PARU YANG BEROBAT DI
POLIKLINIK DOTS PADA BULAN NOVEMBER
2014", e-CliniC, 2015

Publication

133 artikelpendidikan.id
Internet Source

134 ejournal.mandalanursa.org
Internet Source

135 ejournal.sthd-jateng.ac.id
Internet Source

4

| | | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 136 | ejournal.unp.ac.id Internet Source | <1 % |
| 137 | ejournal3.undip.ac.id Internet Source | <1 % |
| 138 | ejurnal.ibisa.ac.id Internet Source | <1 % |
| 139 | id.sportsinfotv.com Internet Source | <1 % |
| 140 | ilmukelautan.com Internet Source | <1 % |
| 141 | israkid.blogspot.com Internet Source | <1 % |
| 142 | journal-haaroiba.com Internet Source | <1 % |
| 143 | jurnal.poltekkespangkalpinang.ac.id Internet Source | <1 % |
| 144 | jurnalisticomah.org Internet Source | <1 % |
| 145 | just-a-diary-dash.blogspot.com Internet Source | <1 % |
| 146 | media154.wordpress.com Internet Source | <1 % |
| 147 | mulok.library.um.ac.id Internet Source | <1 % |
| 148 | ojs.stkippi.ac.id Internet Source | <1 % |
| 149 | one2land.wordpress.com Internet Source | <1 % |
| 150 | pnsremunerasi.blogspot.com Internet Source | <1 % |
| 151 | repo.stikesperintis.ac.id Internet Source | <1 % |



repositoryfh.unla.ac.id

152 Internet Source <1%

153 www.grafiati.com Internet Source <1%

154 www.utupub.fi Internet Source <1%

155 Agustina Frasawi, Robert J Rompas, Juliaan Ch. Watung. "Potensi budidaya ikan di Waduk Embung Klamalu Kabupaten Sorong Provinsi Papua Barat: Kajian kualitas fisika kimia air", e-Journal BUDIDAYA PERAIRAN, 2013
Publication

156 Anak Agung Made Ayuni Putri Artati, Ni Luh Putu Thrisna Dewi, Ni Putu Wiwik Oktaviani. "Hubungan Deteksi Dini Kesehatan Mental dengan Academic Burnout Syndrom pada Remaja", Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 2026
Publication

157 Submitted to Canvas Plagiarism Framework Acct <1%
Student Paper

158 Hildan Nauril Azhar, Christine Widilestari, Fajar Sari Kurniawan, Widanto Mukti Adi. "Penerapan Ketentuan Kesehatan Awak Kapal Berdasarkan Maritime Labour Convention 2006: Studi Kasus di PT MeratusLineSurabaya", Jurnal Maritim Polimarin, 2025
Publication

159 Ittai Hosan Rirendri, Stefanus Andang Ides. "The The Relationship Between Mental Health Literacy And Anxiety Among Students At SMA PSKD II", Jurnal Kajian Ilmiah Kesehatan dan Teknologi, 2025
Publication

f

| | | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 160 | Margaretha Kurniastuti, Bernadetta Eka Novianti, Emmelia Ratnawati. "Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Lansia melalui Pelatihan Penerapan 5 Meja di Desa Ngestirejo, Tanjungsari Gunungkidul", Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi, 2025 <small>Publication</small> | <1% |
| 161 | Maryanto Maryanto, Irwan Triadi. "Penerapan Nilai Etik, Norma, dan Disiplin Kesehatan dalam Praktik Pelayanan Kesehatan dengan Penyelesaian Sengketa Etik", Journal of Contemporary Law Studies, 2025 <small>Publication</small> | <1% |
| 162 | Nailah Kamilia, Arif Siswanto, Anisyah Dewi Syah Fitri. "Early Literacy Skills Anak TK B di Kota Surakarta: Studi Pemetaan Lintas Sekolah", Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 2026 <small>Publication</small> | <1% |
| 163 | Submitted to Politeknik Negeri Bandung <small>Student Paper</small> | <1% |
| 164 | Purnama Banjarnahor, Sulidah Sulidah. "Pengaruh Relaksasi Nafas dalam Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Fraktur", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2024 <small>Publication</small> | <1% |
| 165 | Sindi Aulia Putri, Ihsanudin, Cecep Anwar Hadi Firdos Santosa. "THE EFFECT OF PROBLEM BASED LEARNING MODEL ASSISTED BY E-LKPD BASED ON WIZER.ME WEBSITE ON MATHEMATICAL PROBLEM SOLVING ABILITY", EMTEKA: Jurnal Pendidikan Matematika, 2025 <small>Publication</small> | <1% |
| 166 | e-journal.lppmdianhusada.ac.id <small>Internet Source</small> | <1% |

| | | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 167 | e-journal.unair.ac.id Internet Source | <1 % |
| 168 | e-journals.unmul.ac.id Internet Source | <1 % |
| 169 | ejournal.stikku.ac.id Internet Source | <1 % |
| 170 | ejournal2.undip.ac.id Internet Source | <1 % |
| 171 | ejurnal.politeknikpratama.ac.id Internet Source | <1 % |
| 172 | ejurnal.stkipddipinrang.ac.id Internet Source | <1 % |
| 173 | elibrary.ub.ac.id Internet Source | <1 % |
| 174 | eprints.ums.ac.id Internet Source | <1 % |
| 175 | eprints.uniska-bjm.ac.id Internet Source | <1 % |
| 176 | garuda.ristekbrin.go.id Internet Source | <1 % |
| 177 | gln.kemdikbud.go.id Internet Source | <1 % |
| 178 | id.drderamus.com Internet Source | <1 % |
| 179 | indonesiainside.id Internet Source | <1 % |
| 180 | journal.aripafi.or.id Internet Source | <1 % |
| 181 | journal.um-surabaya.ac.id Internet Source | <1 % |
| 182 | jurnal-umbuton.ac.id Internet Source | <1 % |
| 183 | jurnal.citrabakti.ac.id | |

| | | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 183 | Internet Source | <1 % |
| 184 | jurnal.stokbinaguna.ac.id Internet Source | <1 % |
| 185 | mahasiswaindonesia.id Internet Source | <1 % |
| 186 | mcrhjournal.or.id Internet Source | <1 % |
| 187 | ojs.unimal.ac.id Internet Source | <1 % |
| 188 | repository.iainpare.ac.id Internet Source | <1 % |
| 189 | repository.ukdw.ac.id Internet Source | <1 % |
| 190 | repository.umy.ac.id:8080 Internet Source | <1 % |
| 191 | repository.unika.ac.id Internet Source | <1 % |
| 192 | repository.whstikes.com Internet Source | <1 % |
| 193 | s1-kebidanan.unw.ac.id Internet Source | <1 % |
| 194 | syariah.iainkediri.ac.id Internet Source | <1 % |
| 195 | tr-ex.me Internet Source | <1 % |
| 196 | wikep.net Internet Source | <1 % |
| 197 | www.govserv.org Internet Source | <1 % |
| 198 | www.neliti.com Internet Source | <1 % |
| 199 |  www.unikom.ac.id Internet Source | <1 % |

| | | |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| | | <1 % |
| 200 | Hartaty Hartaty, Abdul Haris. "Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Stroke", Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020 <small>Publication</small> | <1 % |
| 201 | Mizan Mizan, Loeziana Uce. "Pengelolaan Emosi Negatif dalam Konteks Pendidikan Remaja", Educational Studies and Research Journal, 2025 <small>Publication</small> | <1 % |
| 202 | Shiota, Michelle (Lani), Cavanagh, Sarah Rose. "Emotion and Motivation", Emotion and Motivation, 2023 <small>Publication</small> | <1 % |
| 203 | Supratti Supratti, Nur Hikmah, Hasir Hasir, Nurbaya Nurbaya. "PEMBERDAYAAN KADER DALAM PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN STUNTING", JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 2026 <small>Publication</small> | <1 % |
| 204 | Velisia Sariayu Lawuri, Djuwartini, Elifa Ihda Rahmayanti. "Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki di SMKN 3 Palu", Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan, 2026 <small>Publication</small> | <1 % |
| 205 | Anaria Anaria, Riski Novera Yenita, Hirza Rahmita, Fatma Nadia. "EFEKTIVITAS PIJAT OKSITOSIN UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI UPT PUSKESMAS LUBUK MUDA", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2025 <small>Publication</small> | <1 % |
| 206 | Elvin A. Herlambang, Vanda D. Doda, Helina I. S. Wungouw. "Faktor risiko yang berhubungan dengan nyeri ekstremitas inferior pada guru sekolah dasar di | <1 % |

Kecamatan Tuminting", Jurnal e-Biomedik,
2016

Publication

207 Nur Wulan, Moch. Didik Nugraha, Neng Sri Nurfallah, Dena Afriliani. "Inovasi Psikososial : Pengaruh Self-Affirmation dengan Media Self Card terhadap Tingkat Stres dan Kesehatan Mental Remaja", Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal, 2025

<1 %

Publication

208 Rindu Rindu, Zainab Husin Mulachela, Indah Sevti Wardani, Lulu'ul Badriyah. "Penyuluhan Kesehatan Mental Sebagai Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Kelas XII", Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju, 2022

<1 %

Publication

209 Gusnarib Gusnarib. "PERAN BAHASA IBU SEBAGAI PENETRALISASI BAHASA "GAUL" TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK DI KOTA PALU", Musawa: Journal for Gender Studies, 2019

<1 %

Publication

A

ACC/Ka. Unit Perpus/Admin


Abdur Rahman<SKM.S.IPL.MA
NIP.196809171989031005

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

HASIL BIMBINGAN SKRIPSI

11/06/2026, 18:10

Data Skripsi Mahasiswa



Portal

Perkuliahan

Perkuliahan (mhs)

Laporan (Mhs)

Yudisium (Mhs)

Kuesioner

Sistem
Informasi Akademik



Data Skripsi Mahasiswa

N I M * P07124222020
Nama Mahasiswa Yanerti Bili
Info Akademik Fakultas : Jurusan Kebidanan - Program Studi Program Studi Sarjana Terapan
 Kebidanan + Profesi Kebidanan
 Semester : 8

Bimbingan

| No | Dosen | Topik | Masukan Dosen | Tanggal Bimbingan | Validasi Dosen | Aksi |
|----|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|----------------|---------------------------------------|
| 1 | 198101302002122001 - NI WAYAN ARMINI, S.ST, M.Keb | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I – Bab VI | revisi sesuai arahan | 21 April 2026 | ✓ | |
| 2 | 198101302002122001 - NI WAYAN ARMINI, S.ST, M.Keb | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I-Bab VI | revisi sesuai arahan | 22 April 2026 | ✓ | |
| 3 | 198101302002122001 - NI WAYAN ARMINI, S.ST, M.Keb | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I – Bab VI | revisi sesuai arahan | 24 April 2026 | ✓ | |
| 4 | 198101302002122001 - NI WAYAN ARMINI, S.ST, M.Keb | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I-Bab VI | revisi sesuai arahan | 28 April 2026 | ✓ | |
| 5 | 196601101992031017 - Drg. ASEP ARIFIN SENJAYA, M.Kes | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I – Bab VI Melakukan | ACC | 28 April 2026 | ✓ | |
| 6 | 196601101992031017 - Drg. ASEP ARIFIN SENJAYA, M.Kes | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I-Bab VI | ACC | 29 April 2026 | ✓ | |
| 7 | 196601101992031017 - Drg. ASEP ARIFIN SENJAYA, M.Kes | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I – Bab VI | ACC | 30 April 2026 | ✓ | |
| 8 | 196601101992031017 - Drg. ASEP ARIFIN SENJAYA, M.Kes | Melakukan bimbingan skripsi dari bab I-Bab VI | ACC | 4 Mei 2026 | ✓ | |
| 9 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | <input type="text"/> | | <input type="button" value="Simpan"/> |

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yanerti Bili
NIM : P07124222020
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Lingkungan Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2025/2026
Alamat : Jl. Mandala Sari No.7, Dangin Puri Klod,
Kec.Denpasar Timur
Nomor HP/Email : [081237374365](tel:081237374365)/yanebili882@gmail.com

Dengan ini menyerahkan berkas Skripsi dengan Judul:

Perbedaan Kesehatan Mental Remaja Putri Jurusan Kebidanan Poltekkes
Kemenkes Denpasar Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Yoga

1. Dan Menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialihkan mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 11 Juni 2026
Yang membuat pernyataan


Yanerti Bili
P07124222020