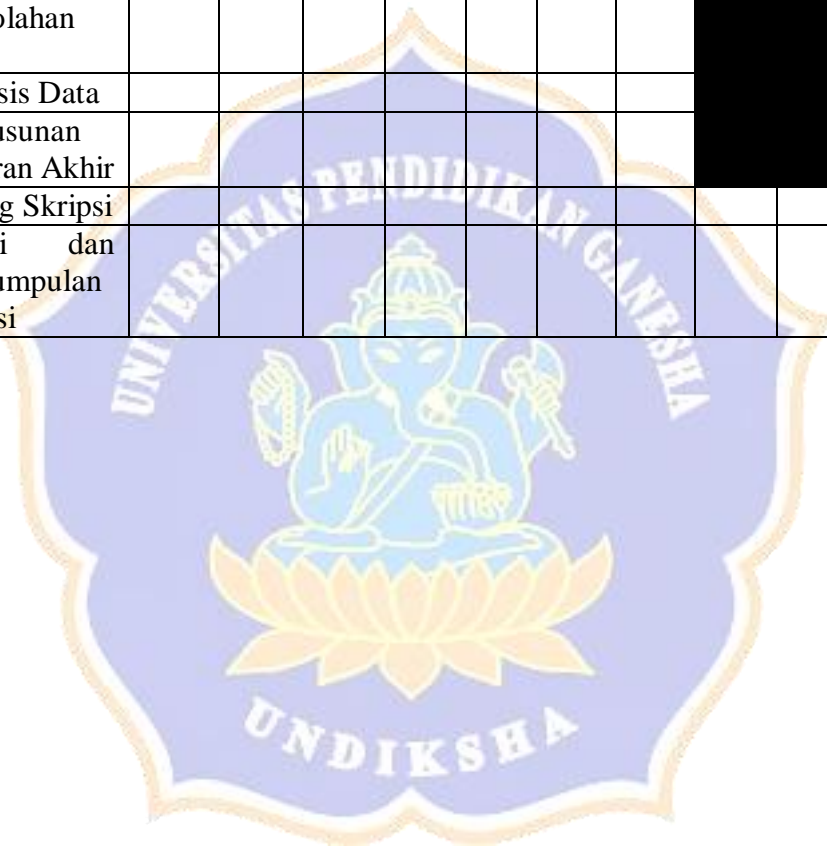


# LAMPIRAN



### Lampiran 1. Jadwal Penelitian

No	Nama Kegiatan	Bulan di Tahun 2025									
		Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agt	Sep	Okt	Nov	Des
1.	Penyusunan Proposal										
2.	Seminar Proposal										
3.	Pelaksanaan Penelitian dan Pengumpulan Data										
4.	Pengolahan Data										
5.	Analisis Data										
6.	Penyusunan Laporan Akhir										
7.	Sidang Skripsi										
8.	Revisi dan Pengumpulan Skripsi										



## Lampiran 2. Surat Keterangan Pembebasan Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
KOMISI ETIK PENELITIAN  
Jalan Udayana Singaraja, Bali Kode Pos  
81116Tlp. (0362) 22570 Fax. (0362) 25735  
Laman: www.undiksha.ac.id

### KETERANGAN PEMBEBASAN ETIK (ETHICAL EXEMPTION) No: 089/UN.48.16.04/PT/2025

Komite Etik Penelitian Universitas Pendidikan Ganesha, dalam upaya melindungi hak asasi manusia dan kesejahteraan subjek penelitian dan menjamin bahwa penelitian yang menggunakan formulir survei/registrasi/surveilans/epidemiologi/humaniora/sosial budaya/bahan biologi tersimpan/sel punca dan non klinis lainnya berjalan dengan memperhatikan implikasi etik, hukum, sosial, non klinis lainnya yang berlaku, telah mengkaji teliti proposal penelitian berjudul :

*The Reaserch Ethics Committee Universitas Pendidikan Ganesha, in order to protect the right and welfare of the research subject, and to guaranty that the research using survei questionnaire/registry/surveillance/epidemiology/humaniora/social-cultural/archived biological materials/stem cell/other non-clinical materials, will carried out according to ethical, legal, social implications and other applicable regulations,has been thoroughly reviewed the proposal entitled:*

#### "Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian *Tension-Type Headache* Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha"

Nomor Prokotel : 070/01/31/07/2025  
Nama Penelitian Utama : Joycelyn Tan  
*Principal Researcher*  
Pembimbing/Peneliti Lain : 1. dr. I. P. Adi Wibowo, S.Ked., M.Kes.  
*Supervisor/Other Researcher* 2 Dr. dr. Putu Adi Suputra, S.Ked., M.Kes.

Nama Institusi : Fakultas Kedokteran, Undiksha  
*Institution*  
Tempat Penelitian : Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha  
*Research location*

proposal tersebut dibebaskan pelaksanaannya.  
*hereby declare that the proposal is exempted.*

Mengetahui,  
Plt. Kepala LPPM Undiksha,

I Gusti Lanang Agung Parwata  
NIP. 196906061994121001

Ditetapkan di : Singaraja  
*Issued in*  
Tanggal : 14 Agustus 2025  
*Date*

Ketua  
*Chairman,*

Komang Hendra Setiawan  
NIP. 198209302009121003

### Lampiran 3. *Informed Consent*

#### **PERNYATAAN PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP) INFORMED CONSENT**

Saya telah membaca atau memperoleh penjelasan, sepenuhnya menyadari, mengerti, dan memahami tentang tujuan, manfaat, dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta telah diberi kesempatan untuk bertanya dan telah dijawab dengan memuaskan, juga sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya, maka saya **setuju/tidak setuju**<sup>\*)</sup> ikut dalam penelitian ini, yang berjudul:

#### **HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN *TENSION- TYPE HEADACHE* PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

Saya dengan sukarela memilih untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa tekanan/paksaan siapapun. Saya akan diberikan salinan lembar penjelasan dan formulir yang telah saya tandatangani untuk arsip saya.

	Tanggal Persetujuan	Tanda tangan ( bila tidak bisa dapat digunakan cap jempol )
Nama Peserta :		
Usia :		
Jenis Kelamin :		
Alamat :		
No HP :		
Nama Peneliti: Joycelyn Tan		
Nama Saksi:		

\*) Coret yang tidak perlu

## Lampiran 4. Profil Responden

### PROFIL RESPONDEN

#### PENELITIAN “HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN *TENSION-TYPE HEADACHE* PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA”

Nama Lengkap :

NIM :

Usia :

Angkatan :

Berikut merupakan pertanyaan terkait riwayat kesehatan dan riwayat konsumsi obat-obatan yang berkaitan dengan gangguan tidur dan *tension-type headache*. Jawablah dengan memberikan tanda (√) pada pilihan yang sesuai dengan keadaan Anda.

1. Apakah Anda mempunyai riwayat nyeri kepala yang sudah terdiagnosis oleh dokter?

☐

Ya

☐

Tidak

Jika ya, mohon tuliskan diagnosisnya : \_\_\_\_\_

2. Apakah Anda mempunyai riwayat trauma kepala atau leher

☐

Ya

☐

Tidak

Jika ya, mohon tuliskan diagnosisnya : \_\_\_\_\_

3. Apakah Anda sedang mengonsumsi obat-obatan penghilang nyeri (misalnya: paracetamol, ibu profen, asam mefenamat)?

☐

Ya

☐

Tidak

Jika ya, mohon tuliskan obatnya : \_\_\_\_\_

4. Apakah Anda sedang mengonsumsi obat-obatan yang dapat memengaruhi tidur (misalnya: diazepam, lorazepam, antihistamin)?

☐

Ya

☐

Tidak

Jika ya, mohon tuliskan obatnya : \_\_\_\_\_

### Lampiran 5. Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*

**Perintah:** Kuesioner ini terdiri atas 19 butir pertanyaan. Pertanyaan berikut berhubungan dengan kebiasaan tidur Anda dalam **sebulan** terakhir. Mohon jawab semua pertanyaan sesuai dengan kondisi Anda. Selama sebulan terakhir ini:

1. Jam berapa biasanya Anda tidur?
2. Berapa lama (dalam menit) Anda bisa mengantuk dan jadi tertidur tiap malam?
3. Jam berapa biasanya Anda bangun pagi?
4. Berapa jam Anda benar-benar tertidur pada malam hari? (Jawaban ini berbeda dengan waktu yang Anda habiskan di tempat tidur)

5. Dalam sebulan yang lalu, seberapa sering Anda mengalami gangguan tidur dikarenakan ....	Tidak selama sebulan yang lalu	Kurang dari sekali dalam seminggu	Sekali atau dua kali dalam seminggu	Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu
a. Tidak bisa tidur selama 30 menit				
b. Terbangun di tengah malam atau dini hari				
c. Terbangun karena harus ke toilet				
d. Tidak bisa bernafas dengan nyaman				
e. Batuk atau mendengkur keras				
f. Merasa kedinginan				
g. Merasa kepanasan				
h. Mengalami mimpi buruk				
i. Mengalami nyeri				
j. Alasan lain, deskripsikan termasuk berapa sering Anda				



mengalami gangguan tidur dikarenakan alasan lain ini				
6. Selama sebulan terakhir, berapa lama Anda mengonsumsi obat (dengan atau tanpa resep) untuk memudahkan Anda tidur?				
7. Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda mengalami masalah untuk tetap terjaga atau mengantuk ketika menyetir kendaraan, saat makan, atau aktivitas sosial?				
8. Selama sebulan terakhir, berapa banyak masalah yang ingin Anda selesaikan?				
	Sangat Bagus	Cukup Bagus	Kurang Bagus	Tidak Bagus
9. Selama sebulan terakhir, bagaimanakah penilaian Anda terhadap kualitas tidur Anda?				

**Lampiran 6. Algoritma *Scoring* Kuesioner PSQI**

<b>Komponen Kualitas Tidur</b>	<b>Soal Nomor</b>	<b>Scoring</b>	<b>Maksimal Poin</b>
Kualitas Tidur Subjektif	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak selama sebulan yang lalu = 0</li> <li>• Kurang dari sekali dalam seminggu = 1</li> <li>• Sekali atau dua kali dalam seminggu = 2</li> <li>• Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu = 3</li> </ul>	3
Latensi Tidur	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• &lt;15 menit = 0</li> <li>• 16 menit – 30 menit = 1</li> <li>• 31 menit – 60 menit = 2</li> <li>• &gt;60 menit = 3</li> </ul>	3
	5a	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak selama sebulan yang lalu = 0</li> <li>• Kurang dari sekali dalam seminggu = 1</li> <li>• Sekali atau dua kali dalam seminggu = 2</li> <li>• Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu = 3</li> </ul>	
		Konversi Skor (2+5a) 0 = 0 1-2 = 1 3-4 = 2 5-6 = 3	
Durasi Tidur	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• &gt;7 jam = 0</li> <li>• 6 jam – 7 jam = 1</li> <li>• 5 jam – 6 jam = 2</li> <li>• &lt;5 jam = 3</li> </ul>	3
Efisiensi Tidur	1, 3, 4	$\frac{\text{Durasi tidur (4)}}{\text{Lama di tempat tidur (3 - 1)}} \times 100\%$	3
		Konversi Skor (1,3,4) >85% = 0 75% - 84% = 1 65% - 74% = 2 <65% = 3	
Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak selama sebulan yang lalu = 0</li> <li>• Kurang dari sekali dalam seminggu = 1</li> <li>• Sekali atau dua kali dalam seminggu = 2</li> <li>• Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu = 3</li> </ul>	3



		Konversi Skor $(5b+5c+5d+5e+5f+5g+5h+5i+5j)$ $0 = 0$ $1-9 = 1$ $10-18 = 2$ $19-27 = 3$	
Penggunaan Obat Tidur	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak selama sebulan yang lalu = 0</li> <li>• Kurang dari sekali dalam seminggu = 1</li> <li>• Sekali atau dua kali dalam seminggu = 2</li> <li>• Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu = 3</li> </ul>	3
Disfungsi Siang Hari	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak selama sebulan yang lalu = 0</li> <li>• Kurang dari sekali dalam seminggu = 1</li> <li>• Sekali atau dua kali dalam seminggu = 2</li> <li>• Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu = 3</li> </ul>	3
	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak selama sebulan yang lalu = 0</li> <li>• Kurang dari sekali dalam seminggu = 1</li> <li>• Sekali atau dua kali dalam seminggu = 2</li> <li>• Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu = 3</li> </ul>	
		Konversi Skor (7+8) $0 = 0$ $1-2 = 1$ $3-4 = 2$ $5-6 = 3$	
Total Poin Maksimal			21

### Lampiran 7. Kuesioner *Headache Screening Questionnaire* (HSQ)

**Petunjuk pengisian:** Kuesioner ini terdiri atas 10 butir pertanyaan. Pertanyaan berikut berhubungan dengan nyeri kepala yang Anda alami. Mohon pilih salah satu jawaban sesuai dengan kondisi Anda.

1. Berapa kali anda pernah menderita nyeri kepala **selama hidup** anda?  
(termasuk nyeri kepala ringan atau berat)
  - A. 1 - 4 kali
  - B. 5 - 9 kali
  - C.  $\geq 10$  kali
2. Terkait dengan pertanyaan sebelumnya, berapa kali anda merasakan nyeri kepala tersebut seperti **serangan nyeri kepala**? (nyeri kepala berat yang dirasakan secara tiba-tiba)
  - A. 0 - 4 kali
  - B. 5 - 9 kali
  - C.  $\geq 10$  kali
3. Dalam satu bulan, berapa hari anda menderita nyeri kepala?
  - A.  $< 1$  per bulan
  - B.  $\geq 1 - < 15$  per bulan
  - C.  $\geq 15$  per bulan
4. Berapa lama nyeri kepala berlangsung bila anda tidak minum obat?
  - A. 0 - 30 menit
  - B. 30 menit - 4 jam
  - C. 4 jam - 3 hari
  - D. 3 – 7 hari

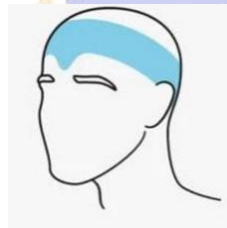
- E.  $\geq 7$  hari
5. Di antara deskripsi di bawah ini, yang mana yang paling cocok menggambarkan nyeri kepala yang anda derita
- A. Rasanya berdenyut-denyut
  - B. Ada rasa kaku atau seperti ditekan atau seperti tertarik pada kepala dan leher
  - C. Rasa panas seperti terbakar atau tertusuk
  - D. Lainnya, seperti ....

6. Apakah nyeri kepala yang anda derita muncul pada satu sisi atau dua sisi?

- A. Nyeri kepala di salah satu sisi saja antara kanan atau kiri



- B. Nyeri kepala pada kedua sisi kanan dan kiri

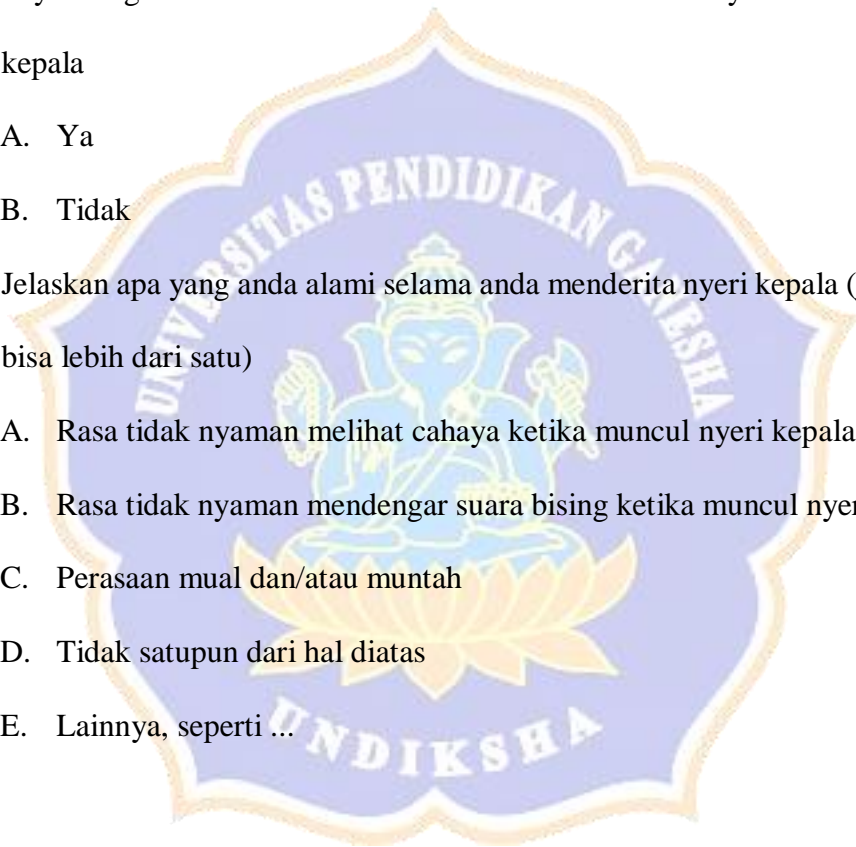


7. Jelaskan sejauh mana parahnya nyeri kepala yang anda derita?

- A. Ringan
- B. Sedang
- C. Parah
- D. Sangat parah

*Tunjukkan melalui pernyataan berikut jika ini berlaku saat anda mengalami nyeri kepala*

8. Aktivitas sehari-hari (seperti menaiki tangga atau berjalan kaki) menyebabkan nyeri kepala bertambah parah
  - A. Ya
  - B. Tidak
9. Saya menghindari melakukan aktivitas sehari-hari saat saya menderita nyeri kepala
  - A. Ya
  - B. Tidak
10. Jelaskan apa yang anda alami selama anda menderita nyeri kepala (jawaban bisa lebih dari satu)
  - A. Rasa tidak nyaman melihat cahaya ketika muncul nyeri kepala
  - B. Rasa tidak nyaman mendengar suara bising ketika muncul nyeri kepala
  - C. Perasaan mual dan/atau muntah
  - D. Tidak satupun dari hal diatas
  - E. Lainnya, seperti ...



**Lampiran 8. Algoritma *Scoring* Kuesioner HSQ**

Domain	Soal Nomor	A	B	C	D	E	Maksimal Poin
A (Frekuensi)	1	0	0	2	-	-	2
B (Rentang Waktu)	4	0	2	2	2	2	2
C (Karakteristik)	5	0	1	0	0	-	2
	6	0	1	-	-	-	
	7	0	1	0	0	-	
	8	0	1	-	-	-	
	9	0	0	-	-	-	
D (Gejala)	10	1	1	0	2	2	2
Total Poin Maksimal							8

**Keterangan**

Domain D: Jika A dan B bersama maka poin = 0, jika C tidak ada maka poin = 1



**Lampiran 9. Hasil Perhitungan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI)**

No Responden	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Total	Kategori
1	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik
2	2	2	1	0	1	0	1	7	Buruk
3	2	3	2	1	1	0	1	10	Buruk
4	1	1	2	0	1	0	2	7	Buruk
5	1	2	1	0	1	0	1	6	Buruk
6	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik
7	1	1	0	0	1	0	1	4	Baik
8	1	0	2	0	2	0	2	7	Buruk
9	1	0	2	0	1	0	0	4	Baik
10	1	2	2	0	1	0	1	7	Buruk
11	2	1	1	0	2	0	2	8	Buruk
12	1	1	1	0	2	0	2	7	Buruk
13	0	2	1	0	2	0	3	8	Buruk
14	2	2	1	0	1	0	1	7	Buruk
15	1	1	0	0	1	1	1	5	Baik
16	2	1	2	2	1	0	3	11	Buruk
17	0	0	0	0	2	0	1	3	Baik
18	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik
19	1	2	1	0	1	0	0	5	Baik
20	0	0	1	0	1	0	2	4	Baik
21	1	2	1	0	1	0	1	6	Buruk
22	0	1	1	0	0	0	1	3	Baik
23	1	2	1	0	1	0	2	7	Buruk
24	0	0	1	0	1	0	1	3	Baik
25									
26	1	3	2	1	1	0	1	9	Buruk
27	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik
28	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik
29	2	1	1	0	1	0	1	6	Buruk
30	0	1	2	0	1	0	1	5	Baik
31	2	2	2	0	1	0	1	8	Buruk
32	1	2	2	2	1	0	1	9	Buruk
33	2	0	1	0	1	0	1	5	Baik
34	1	0	1	0	1	0	1	4	Baik
35	1	2	1	0	1	0	1	6	Buruk
36	1	0	2	0	1	0	1	5	Baik
37	1	0	0	0	1	0	2	4	Baik



38	0	1	1	0	1	0	0	3	Baik
39	1	2	0	0	1	0	1	5	Baik
40	2	1	1	0	2	0	3	9	Buruk
41	0	0	1	1	0	0	0	2	Baik
42	2	1	3	0	2	0	2	10	Buruk
43	0	0	1	0	1	0	0	2	Baik



**Lampiran 10. Hasil Perhitungan *Headache Screening Questionnaire* (HSQ)**

No Responden	Domain A	Domain B	Domain C	Domain D	Total	Kategori
1	2	0	2	2	6	TTH
2	2	2	1	2	7	TTH
3	2	2	1	1	6	TTH
4	2	0	2	2	6	TTH
5	0	2	1	1	4	Tidak TTH
6	0	0	0	0	0	Tidak TTH
7	0	0	1	2	3	Tidak TTH
8	2	2	2	2	8	TTH
9	0	0	2	2	4	Tidak TTH
10	2	0	2	2	6	TTH
11	0	0	1	2	3	Tidak TTH
12	0	0	1	2	3	Tidak TTH
13	2	2	2	0	6	TTH
14	0	2	1	2	5	Tidak TTH
15	2	2	2	2	8	TTH
16	2	2	2	1	7	TTH
17	0	0	1	2	3	Tidak TTH
18	0	0	2	2	4	Tidak TTH
19	0	0	1	2	3	Tidak TTH
20	0	0	1	2	3	Tidak TTH
21	2	2	2	1	7	TTH
22	0	2	0	0	2	Tidak TTH
23	2	2	2	2	8	TTH
24	0	0	2	2	4	Tidak TTH
25						
26	0	2	1	1	4	Tidak TTH
27	2	2	0	2	6	TTH
28	0	0	2	2	4	Tidak TTH
29	0	2	1	0	3	Tidak TTH
30	0	0	1	2	3	Tidak TTH
31	0	2	2	2	6	TTH
32	0	0	1	2	3	Tidak TTH
33	2	0	1	2	5	Tidak TTH
34	0	0	2	1	3	Tidak TTH
35	2	2	2	2	8	TTH
36	2	2	1	2	7	TTH
37	2	2	2	1	7	TTH

38	2	0	1	2	5	Tidak TTH
39	0	0	1	0	1	Tidak TTH
40	2	2	2	0	6	TTH
41	0	0	2	2	4	Tidak TTH
42	0	2	2	1	5	Tidak TTH
43	2	0	2	2	6	TTH



## Lampiran 11. Analisis Univariat dan Bivariat

### Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	18	42.9	42.9	42.9
	Perempuan	24	57.1	57.1	100.0
	Total	42	100.0	100.0	

### Distribusi Responden Berdasarkan Usia

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18 tahun	5	11.9	11.9	11.9
	19 tahun	9	21.4	21.4	33.3
	20 tahun	12	28.6	28.6	61.9
	21 tahun	13	31.0	31.0	92.9
	22 tahun	2	4.8	4.8	97.6
	23 tahun	1	2.4	2.4	100.0
	Total	42	100.0	100.0	

### Analisis Univariat

#### Descriptives

		Statistic	Std. Error
Kualitas Tidur	Mean	5.8571	.34177
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	5.1669	
	Upper Bound	6.5474	
	5% Trimmed Mean	5.8122	
	Median	5.0000	
	Variance	4.906	
	Std. Deviation	2.21493	
	Minimum	2.00	
	Maximum	11.00	
	Range	9.00	
	Interquartile Range	3.00	
	Skewness	.387	.365
	Kurtosis	-.380	.717
Tension-Type Headache	Mean	4.8095	.30527
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	4.1930	
	Upper Bound	5.4260	

5% Trimmed Mean	4.8677	
Median	5.0000	
Variance	3.914	
Std. Deviation	1.97840	
Minimum	.00	
Maximum	8.00	
Range	8.00	
Interquartile Range	3.00	
Skewness	-.179	.365
Kurtosis	-.531	.717

### Uji Normalitas

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kualitas Tidur	.174	42	.003	.960	42	.150
Tension-Type Headache	.155	42	.013	.946	42	.045

a. Lilliefors Significance Correction

### Uji Rank Spearman

#### Correlations

		Kualitas Tidur	Tension-Type Headache
Spearman's rho	Kualitas Tidur	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	42
	Tension-Type Headache	Correlation Coefficient	.309*
		Sig. (2-tailed)	.046
		N	42

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## Lampiran 12. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing 1



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
Jl. Udayana No. 11, Singaraja Kabupaten Buleleng, Bali  
E-Mail : [FKUndiksha@gmail.com](mailto:FKUndiksha@gmail.com)  
Laman : [www.fk.undiksha.ac.id](http://www.fk.undiksha.ac.id)

### LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI(TA/PA\*)

Nama Mahasiswa/NIM : Joycelyn Tan / 2218011036  
Judul Skripsi : Hubungan kualitas Tidur dengan Kejadian Tension Type Headache  
pada Mahasiswa kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha  
Pembimbing I/II\*\* : dr. I.P. Adi Wibowo, S.Ked., M.Kes

No.	Tanggal	Uraian bimbingan	Tanda tangan Dosen	Tanda tangan Mahasiswa
1.	19/03/2025	Bimbingan judul dan bab 1		
2.	21/04/2025	Bimbingan bab 1 dan bab 2		
3.	30/04/2025	Bimbingan bab 2		
4.	27/05/2025	Bimbingan bab 3		
5.	03/06/2025	Bimbingan bab 1, bab 2, dan bab 3		
6.	10/10/2025	Bimbingan bab 4 dan publikasi		
7.	15/10/2025	Bimbingan bab 5 dan bab 6		
8.	27/11/2025	Bimbingan final		

\*Lembar Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing



### Lampiran 13. Daftar Hadir Bimbingan Dosen Pembimbing 1



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
Jl. Udayana No. 11, Singaraja Kabupaten Buleleng, Bali  
E-Mail : [FKUndiksha@gmail.com](mailto:FKUndiksha@gmail.com)  
Laman : [www.fk.undiksha.ac.id](http://www.fk.undiksha.ac.id)

#### DAFTAR HADIR MAHASISWA BIMBINGAN SKRIPSI(TA/PA\*)

Nama Mahasiswa : Joyrelyn Tan  
NIM : 2218011036  
Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Tension Type Headache pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha

No.	Tanggal	Perihal Bimbingan/Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1.	19/03/2025	Bimbingan judul dan bab 1	AS
2.	21/04/2025	Bimbingan bab 1 dan bab 2	AS
3.	30/04/2025	Bimbingan bab 2	AS
4.	27/05/2025	Bimbingan bab 3	AS
5.	05/06/2025	Bimbingan bab 1, bab 2, dan bab 3	AS
6.	10/10/2025	Bimbingan bab 4 dan publikasi	AS
7.	15/10/2025	Bimbingan bab 5 dan bab 6	AS
8.	27/11/2025	Bimbingan final	AS

\*Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing

## Lampiran 14. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing 2



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS KEDOKTERAN

Jl. Udayana No. 11, Singaraja Kabupaten Buleleng, Bali

E-Mail : [FKUndiksha@gmail.com](mailto:FKUndiksha@gmail.com)

Laman : [www.fk.undiksha.ac.id](http://www.fk.undiksha.ac.id)

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI/TA/PA\*)

Nama Mahasiswa/NIM : Joycelyn Tan / 2218011086  
Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur dengan kejadian Tension - Type Headache  
pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha  
Pembimbing/II\*\* : Dr. dr. Putu Adi Suputra, S.ked., M.kes

No.	Tanggal	Uraian bimbingan	Tanda tangan Dosen	Tanda tangan Mahasiswa
1.	21/03/2025	Bimbingan judul dan bab 1		-td-
2.	30/04/2025	Bimbingan bab 1 dan bab 2		-td-
3.	26/05/2025	Bimbingan bab 3		-td-
4.	02/06/2025	Bimbingan bab 3		-td-
5.	05/06/2025	Bimbingan bab 1, bab 2, dan bab 3		-td-
6.	29/08/2025	Bimbingan pendahuluan dan pustaka		-td-
7.	16/10/2025	Bimbingan bab 4, bab 5, dan bab 6		-td-
8.	01/12/2025	Bimbingan bab 5 dan bab 6		-td-
9.	10/12/2025	Bimbingan bab 5		-td-
10.	11/12/2025	Bimbingan final		-td-

\*Lembar Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing

## Lampiran 15. Daftar Hadir Bimbingan Dosen Pembimbing 2



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS KEDOKTERAN

Jl. Udayana No. 11, Singaraja Kabupaten Buleleng, Bali

E-Mail : PKUndiksba@gmail.com

Laman : www.fk.updiksha.ac.id

### DAFTAR HADIR

#### MAHASISWA BIMBINGAN SKRIPSI/TA/PA\*)

Nama Mahasiswa : Joyelyn Tan  
NIM : 2218011036  
Judul Skripsi : Hubungan kualitas tidur dengan kejadian Tension-Type Headache pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha

No.	Tanggal	Perihal Bimbingan/Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1.	21/03/2025	Bimbingan judul dan bab 1	
2.	30/04/2025	Bimbingan bab 1 dan bab 2	
3.	24/05/2025	Bimbingan bab 3	
4.	02/06/2025	Bimbingan bab 3	
5.	05/06/2025	Bimbingan bab 1, bab 2, dan bab 3	
6.	29/08/2025	Bimbingan penelitian dan publikasi	
7.	16/10/2025	Bimbingan bab 4, bab 5, dan bab 6	
8.	01/12/2025	Bimbingan bab 5 dan bab 6	
9.	10/12/2025	Bimbingan bab 5	
10.	11/12/2025	Bimbingan final	

\*Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing

**Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian**

### Lampiran 17. Riwayat Hidup



Penulis bernama Joycelyn Tan. Lahir di Singaraja pada tanggal 30 Oktober 2003. Penulis lahir dari pasangan suami istri Bapak Tanto Handoyo dan Ibu Sian Nie. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Kristen Protestan. Kini penulis beralamat di Perum Wira Sambangan Blok Gadung Raya No. 21-22, Kecamatan

Buleleng, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan Pendidikan Dasar di SD Triamerta Singaraja dan lulus pada tahun 2016. Selanjutnya, penulis melanjutkan pendidikan di SMPN 1 Singaraja dan lulus pada tahun 2019. Pada tahun 2022, penulis lulus dari SMAN 1 Singaraja Jurusan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (MIPA) dan melanjutkan pendidikan ke Sarjana di Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha pada tahun 2022. Pada semester akhir tahun 2025, penulis telah menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian *Tension-Type Headache* pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha”. Selanjutnya, mulai tahun 2022 sampai dengan penulisan tugas akhir ini, penulis masih terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi S1 Kedokteran di Universitas Pendidikan Ganesha.