

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan



YAYASAN SUKA INSAN SUSTER-SUSTER SANTO PAULUS DARI CHARTRES
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUKA INSAN

Jl. Haji Jafri Zam-Zam No. 8 Banjarmasin, Telp & Fax (0511) 3361654
Email: info@stikessuakainsan.ac.id Website : www.stikessuakainsan.ac.id

Nomor : 36/Stupen_TA_mhs/S-Kep/STIKES-SI/X/2023
Perihal : Permohonan Studi Pendahuluan Pengambilan Data Tugas Akhir Mahasiswa
Lampiran :-

Kepada Yth :
Kepala Sekolah SMK Maestro Islamik School
Banjarmasin
di-
tempat.

Dengan hormat,
Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir akademik bagi mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKES Suaka Insan Banjarmasin, maka kami mohon kesediaan bapak/ibu untuk memperkenankan mahasiswa kami untuk melakukan studi pendahuluan dalam rangka analisis situasi dan pengumpulan data pendahuluan.

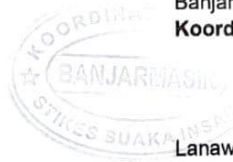
Adapun mahasiswa yang akan melakukan studi pendahuluan ialah;

Nama : Icha Marcilla
NIM : 113063C1120017
Program Studi : Sarjana Ilmu Keperawatan
Topik Penelitian : Efektifitas pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri haid (dismenorea)
Waktu Pelaksanaan : 17 Oktober 2023 sd 17 November 2023
Data Yang diperlukan :

1. Jumlah peserta didik siswi kelas X dan XI tahun 2023
2. Data kunjungan siswi ke UKS dengan keluhan nyeri haid
3. Data terkait kegiatan penyuluhan kesehatan untuk siswi terkait penanganan nyeri haid yang pernah dilakukan di SMK Maestro Islamik School
4. Wawancara singkat kepada beberapa siswi terkait cara penanganan nyeri haid yang pernah dilakukan

Demikian permohonan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerjasamanya, kami mengucapkan terima kasih.

Banjarmasin, 16 Oktober 2023
Koordinator Tugas Akhir Mahasiswa



Lanawati
Lanawati, S.Kep, Ners., M.Kep

Tembusan :
1. Kepala UKS SMK Maestro Islamik School
2. Arsip

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian



YAYASAN SUAKA INSAN SUSTER-SUSTER SANTO PAULUS DARI CHARTRES
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUAKA INSAN
Jl. Haji Jafri Zam-Zam No. 8 Banjarmasin, Telp & Fax (0511) 3361654
Email: info@stikessuakainsan.ac.id Website : www.stikessuakainsan.ac.id

Nomor : 23/Pen_mhs/S-Kep/STIKES-SI/V/2024
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian Tugas Akhir Mahasiswa
Lampiran : -

Kepada Yth :
Kepala Sekolah SMK Maestro Islamik School
Banjarmasin
di-
tempat.

Dengan hormat,

Schubungan dengan penyelesaian tugas akhir akademik bagi mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKES Suaka Insan Banjarmasin, maka kami mohon kesediaan bapak/ibu untuk memperkenalkan mahasiswa kami untuk melakukan **pengumpulan data penelitian** dalam rangka penelitian tugas akhir mahasiswa..

Adapun mahasiswa yang akan melakukan studi pendahuluan ialah;

Nama : Icha Marcilla
NIM : 113063C1120017
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul Penelitian : Pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri haid (Dismenorea) pada remaja putri di SMK Maestro islamik School banjarmasin
Waktu Pelaksanaan : 24 Mei s.d 24 Agustus 2024
Tempat Penelitian : SMK Maestro Islamik School

Demikian permohonan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerjasamanya, kami mengucapkan terima kasih.



Banjarmasin, 21 Mei 2024

Koordinator Tugas Akhir Mahasiswa


Lanawati..S.Kep.Ners..M.Kep

Tembusan :
1. Arsip

Lampiran 3 Surat Balasan Dari Sekolah



Yayasan Angrek Banjarmasin
SMK Maestro Islamic School Banjarmasin
Jalan Cempaka Besar No.57, Kelurahan Mawar – Banjarmasin Tengah, 70112
Jalan Pembangunan 1 No.18, Kelurahan Belitung Selatan – Banjarmasin Barat, 70116
Telp: 0511 -5567-441 Call Center: 0811- 5051-123
Website: www.smkmaestrobanjarmasin.sch.id, email: smkmaestroislamicchool@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 568/L/SMK'M/V/2024
Perihal : Surat Balasan Izin Penelitian

Kepada Yth.
Koordinator Tugas Akhir Mahasiswa
STIKES Suaka Insan
Di -
Tempat


Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat Permohonan Izin Penelitian Tugas Akhir Mahasiswa Nomor 23/Pen_mhs/S-Kep/STIKES-S1/V/2024 tanggal 21 Mei 2024 atas nama Icha Marcilla (113063C1120017) dengan judul “Pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri haid (Dismenorea) pada remaja putri di SMK Maestro Islamic School Banjarmasin”.


Berkaitan dengan hal tersebut, Sebelumnya kami ucapkan terimakasih atas karena memilih SMK Maestro dalam melakukan penelitian ini. Kami beritahukan bahwa kami tidak keberatan dan bersedia menerima kerjasamanya untuk penelitian yang akan dilakukan. Kami melihat bahwa hasil penelitian tersebut cukup bermanfaat juga bagi sekolah kami.


Demikian surat balasan ini dibuat, untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.


Banjarmasin, 24 Mei 2024
Kepala SMK Maestro


Drs. H. Asmuri Ardi, M.Pd

smk_maestro
0811-5051-123

smkmaestroislamicchool@gmail.com
www.smkmaestrobanjarmasin.sch.id

Cedung 1: Jl. Cempaka Besar No. 57, Kel. Mawar, Kec. Banjarmasin Tengah, 70112.
Cedung 2: Jl. Pembangunan 1 No.18, kel. Belitung Selatan, Banjarmasin Barat, 70116.

**Program Kompetensi Kejuruan**

- Akuntansi & Keuangan Lembaga
- Manajemen Layanan Basis & Perkantoran
- Farmasi Klinis & Komunitas
- Desain Komunikasi Visual
- Teknik Komputer & Jaringan
- Pengembangan Perangkat Lunak &



KOMITE ETIK PENELITIAN STIKES SUAKA INSAN

Alamat : Kampus STIKES Suaka Insan. Telepon : (0511) 3361654
Web : <https://stikessuakainsan.ac.id> | Email : info@stikessuakainsan.ac.id, stikes.bjm@gmail.com

SERTIFIKAT KELAIKAN ETIK PENELITIAN *ETHICAL APPROVAL LETTER*

No. 125/KEPK-SI/V/2024

Komite Etik Penelitian STIKES Suaka Insan setelah mempelajari dan melakukan kajian etik secara seksama terhadap rancangan penelitian, maka dengan ini menyatakan bahwa penelitian dengan :

Judul : Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam terhadap Penurunan Intensitas
Title Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada Remaja Putri di SMK Maestro Islamic School Banjarmasin

Peneliti : ICHA MARCILLA
Reseacher

NIM : 113063C1120017
Student's Number

Dengan ini menyatakan bahwa protokol tersebut **DITERIMA**
Hereby declared that the protocol is APPROVED

Banjarmasin, 21 Mei 2024



Ermeisi Er Utja, S.Kep. Ns, M.Kep
NIDN. 1110058904

Lampiran 5 Informed Consent

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

(Informed Consent)

Kepada Yth.

Calon respondent penelitian di tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah :

Nama : Icha Marcilla

NIM : 113063C1120017

Status :Mahasiswi STIKES Suaka Insan Banjarmasin

Judul Penelitian :Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada Remaja Putri Di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin Tahun 2024

Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada Remaja Putri Di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin Tahun 2024 Prosedur penelitian ini tidak menimbulkan resiko atau kerugian pada siswi. Bersama ini saya mohon kesediaan saudara untuk menjadi responden dalam penelitian yang saya lakukan. Prosedur penelitian ini dengan mengkonsumsi Kunyit Asam yang kemudian dilakukan observasi yang berhubungan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Adapun identitas dan hasil isian observasi anda akan kami jaga kerahasiaanya.

Banjarmasin, 2024

(Icha Marcilla)

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP)
UNTUK IKUT SERTA DALAM PENELITIAN
(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***) ikut dalam penelitian ini, yang berjudul: Efektifitas Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada Remaja Putri Di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin Tahun 2024

Nama ;

Usia ;

Kelas ;

No. Tlpn/WA :

Saya dengan sukarela memilih untuk ikut dalam penelitian ini tanpa tekanan/paksaan siapapun, saya akan diberikan Salinan lembar penjelasan dan formulir persetujuan yang telah saya tandatangi untuk arsip saya.

Juni 2024

(Nama Responden)

Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PROSEDUR KOMSUMSI KUNYIT ASAM

Kompetensi	Konsumsi Jamu Kunyit Asam
Pengertian	Membantu mengurangi penurunan intensitas nyeri haid (<i>dismenorea</i>) oleh peneliti kepada responden
Tujuan	Mengetahui pengaruh jamu kunyit asam dalam menurunkan intensitas nyeri haid (<i>dismenorea</i>) pada remaja putri di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin.
Persiapan alat dan bahan	Jamu Kunyit Asam dalam kemasan sachet (Konimex Herbadrink jamu kunyit asam) dan lembar observasi pretest dan posttest dan alat tulis.
Waktu	Diberikan 2x sehari pagi hari 1 sachet dan malam hari 1 sachet sesudah makan selama 3 hari Nyeri haid (<i>Dismenorea</i>) berlangsung dalam 4 minggu (satu bulan) pada saat menstruasi
Prosedur Pre Interaksi	<ol style="list-style-type: none">1. Cek catatan medis responden (jika ada)2. Siapkan alat-alat3. Identifikasi faktor atau kondisi yang menyebabkan kontra indikasi4. Cuci tangan
<i>Pretest</i>	<ol style="list-style-type: none">5. Responden diminta untuk menandai salah satu titik pada garis yang dianggap menggambarkan intensitas nyeri haid (<i>dismenorea</i>) yang dirasakan oleh responden sebelum pemberian jamu kunyit asam, menggunakan alat ukur atau skala nyeri yang telah ditentukan yaitu menggunakan skala nyeri NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>) menilai nyeri dengan menggunakan skala 1-10.6. Catat hasil <i>pretest</i> pada lembar observasi yang telah disiapkan

Tahap Kerja

7. Berikan kesempatan responden bertanya sebelum kegiatan
 8. Tanyakan keluhan responden
 9. Jaga privasi responden, memulai kegiatan dengan cara yang baik
 10. Menetapkan perubahan pada perilaku atau fisiologis yang diinginkan seperti relaksasi, stimulasi, konsentrasi, dan mengurangi rasa sakit.
 11. Menetapkan ketertarikan responden pada jamu Kunyit Asam
 12. Berikan jamu kunyit asam kepada responden sesuai dengan dosis yang telah ditentukan. Konsumsi jamu kunyit asam dapat diberikan pada saat hari pertama menstruasi, dengan takaran 1 sachet jamu kunyit asam yang dilarutkan dalam gelas yang berisi air sebanyak 150cc, Namun dalam penelitian ini dosis yang diberikan tidak sesuai dengan dosis yang telah ditentukan, Responden menggunakan gelas yang tidak sesuai dengan ukuran/takaran yang sesuai dengan 150cc air untuk seduhuan jamu kunyit asam.
 13. Instruksikan responden untuk mengonsumsi jamu kunyit asam sesuai dengan jadwal yang ditentukan (Berikan 2x sehari pagi dan malam sesudah makan selama 3 hari nyeri haid (*dismenorea*) selama menstruasi pada tiap respondent)
 14. Monitor responden selama periode konsumsi jamu kunyit asam untuk mencatat efek samping atau keluhan lainnya jika ada.
 15. Pastikan responden tidak mengonsumsi obat-obatan Pereda nyeri lainnya yang bisa mempengaruhi hasil penelitian.
-

Posttest

16. Setelah periode konsumsi jamu kunyit asam selesai (setelah 3 hari sesuai dengan yang telah ditetapkan peneliti), ukur kembali intensitas nyeri haid (dismenorea) responden menggunakan skala nyeri yang sama dengan *pretest* menggunakan skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*) setelah responden mengonsumsi jamu kunyit asam.
17. Mencatat hasil penilaian ke dalam dokumentasi.

Terminasi

18. Saat selesai melakukan penelitian dengan memberikan intervensi selama satu bulan, peneliti mengakhiri penelitian dengan mengucapkan terimakasih kepada responden yang sudah berpartisipasi dalam penelitian ini peneliti memberikan ATK dan snack sebagai tanda terima kasih.
-

Lampiran 7 lembar observasi SOP

Lembar observasi Standar Operasional Prosedur (SOP)

Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin

R	Evalulasi	Frekuensi Hari Pertama		Frekuensi Hari Kedua		Frekuensi Hari Ketiga		Evalulasi
	<i>Pretest</i>	Pagi	Malam	pagi	Malam	pagi	Malam	<i>Posstets</i>
D	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
S	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Tidak Nyeri)
H	Nyeri Berat	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
L	Nyeri Ringan	√	√	√	√	√	√	(Tidak Nyeri)
D	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
F	Nyeri Ringan	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
C	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
R	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
A	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
RL	Nyeri Berat	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Sedang)
N	Nyeri Berat	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Sedang)
Z	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Tidak Nyeri)
G	Nyeri Berat	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
P	Nyeri Berat	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
S	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)
V	Nyeri Sedang	√	√	√	√	√	√	(Nyeri Ringan)

Lampiran 8 Instrumen Penelitian

LEMBAR PENGUKURAN SKALA NYERI HAID

Hari/Tanggal :

A. Identitas Respondent

Nama :

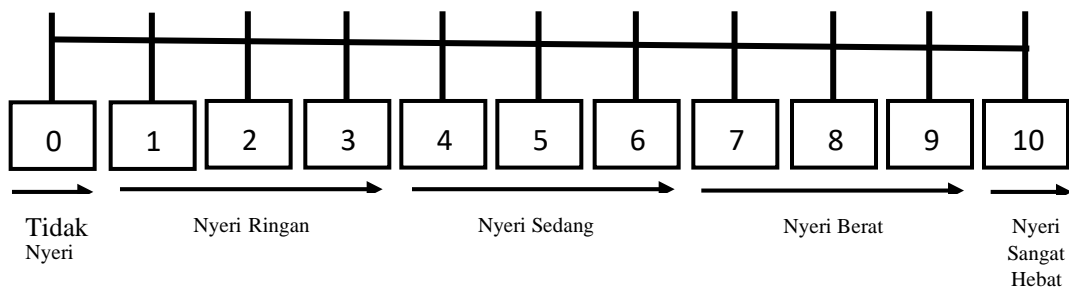
Usia Saat ini :

Kelas :

Siklus Menstruasi :

B. Pengukuran Nyeri Haid Sebelum Konsumsi Jamu Kunyit Asam

Tunjukkan angka yang menggambarkan skala nyeri yang anda rasakan.



Skala	Keterangan
0	Pasien tidak merasakan nyeri
1	Pasien merasakan nyeri sangat sedikit dan tidak terfokus ke nyeri yang dirasakan.
2	Pasien merasakan nyeri ringan dan mulai tidak menyenangkan
3	Nyeri lebih terasa namun bisa ditoleransi dan pasien masih bisa berkomunikasi dengan baik.
4	Pasien merasakan nyeri yang kuat dan terlihat mendesis,
5	Pasien merasakan nyeri yang dalam, terlihat menyeringai dan masih mampu menunjukkan lokasi nyeri
6	Pasien merasakan nyeri yang begitu kuat sehingga pasien tidak fokus, komunikasi mulai terganggu, namun masih dapat mengikuti perintah dengan baik
7	Pasien merasakan nyeri yang sangat kuat, sehingga pasien tidak bisa berkomunikasi dengan baik namun masih memiliki respon terhadap Tindakan

8	Pasien merasakan nyeri yang sangat kuat sehingga mempengaruhi emosi pasien, dan pasien tidak dapat mendeskripsikan nyeri yang dirasakan
9	Pasien merasakan nyeri yang tidak bisa ditolerir lagi dan menuntut untuk segera menghilangkan rasa sakit apapun caranya. Tidak peduli efek samping/resikonya
10	Pasien merasakan sakit yang tidak terbayangkan dan tidak dapat diungkapkan serta pasien tidak mampu lagi berkomunikasi dan memukul.

Dengan Pengelompokan Skala:

Tidak nyeri (0)

Nyeri ringan (1-3)

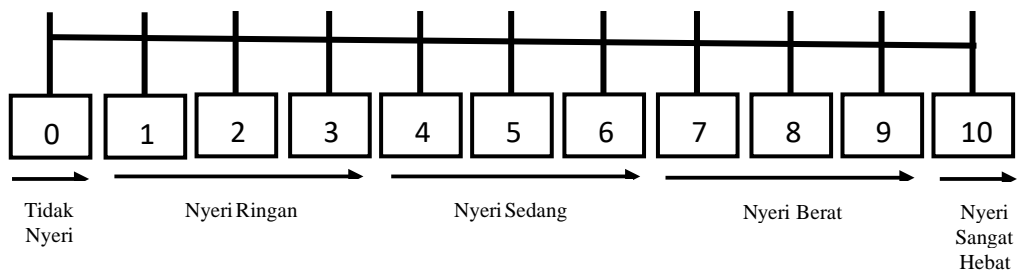
Nyeri sedang (4-6)

Nyeri berat (terkontrol) (7-9)

Nyeri sangat berat (tidak terkontrol) (10)

Pengukuran Nyeri Haid Sesudah Konsumsi Jamu Kunyit Asam

Tunjukkan angka yang menggambarkan skala nyeri yang anda rasakan.



Dengan Pengelompokan Skala :

Tidak nyeri (0)

Nyeri ringan (1-3)

Nyeri sedang (4-6)

Nyeri berat (terkontrol) (7-9)

Nyeri sangat berat (tidak terkontrol) (10)

Lampiran 9 Hasil Output SPSS

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PRETEST	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%
POSTTEST	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
PRETEST	Mean	11.94	.892	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	10.46	
		Upper Bound	13.41	
	5% Trimmed Mean	12.10		
	Median	12.50		
	Variance	7.663		
	Std. Deviation	2.768		
	Minimum	6		
	Maximum	15		
	Range	9		
	Interquartile Range	4		
	Skewness	-.681	.564	
	Kurtosis	-.442	1.091	
POSTTEST	Mean	10.69	.681	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	9.24	
		Upper Bound	12.14	
	5% Trimmed Mean	10.82		
	Median	11.50		
	Variance	7.429		
	Std. Deviation	2.726		
	Minimum	5		
	Maximum	14		
	Range	9		
	Interquartile Range	5		
	Skewness	-.843	.564	
	Kurtosis	-.273	1.091	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.209	16	.059	.909	16	.111
POSTTEST	.185	16	.146	.890	16	.055

a. Lilliefors Significance Correction

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TEST	2,19	16	0,655	0,164
	POST TEST	0,94	16	0,574	0,143

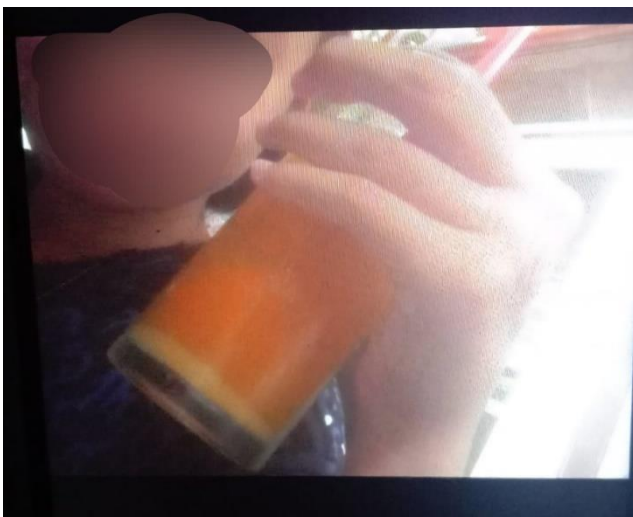
Paired Samples Correlations					
		N	Correlation	Significance	
				One-Sided p	Two-Sided p
Pair 1	PRE TEST & POST TEST	16	0,565	0,011	0,022

Paired Samples Test										
		Paired Differences					t	df	Significance	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pair 1	PRE TEST - POST TEST	1,250	0,577	0,144	0,942	1,558	8,660	15	0,000	0,000

Lampiran 10 Rincian Biaya Penelitian

No	Rincian Biaya Kegiatan	Jumlah
1.	Herbadrink jamu kunyit asam	Rp. 350.000
2.	Kertas dua kotak	Rp. 458.000
3.	Konsumsi seminar proposal	Rp. 150.000
4.	Konsumsi responden	Rp. 300.000
5.	Pulpen	Rp. 50.000
6.	Kaji Etik	Rp. 150.000
Total		Rp. 1.458.000

Lampiran 10 Dokumentasi



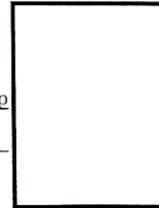


Lampiran 11 Lembar konsultasi/bimbingan Skripsi



LEMBAR KONSULTASI TUGAS AKHIR MAHASISWA
SKRIPSI
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
STIKES SUAKA INSAN BANJARMASIN
TAHUN AKADEMIK 2023/2024

Nama Mahasiswa : Icha Marcilla _____
 NIM : 113063C1120017 _____
 Judul Tugas Akhir : Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap
 Penurunan Intensitas Nyeri Haid (*Dismenorea*) Pada Remaja Putri
 Di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin Tahun 2024



Tim Pembimbing :

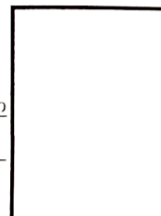
- Pembimbing 1 : Ermeisi Er Unja, S., Kep., Ners., M. Kep
- Pembimbing 2 : Warjiman, NS, MSN

Konsul ke	Hari/Tanggal	Item yang dikonsulkan	Saran	Paraf Dosen
1	Kamis, 26 Juni 2024	Bab 3 bab 4 bab 5	1. kata Proposa di ganti menjadi kata Skripsi 2. lengkapi peta lokasi 3. tambahkan gambar pendahuluan	
2	Kamis, 1 Juli 2024	Bab 1 Bab 2 bab 3 bab 4 bab 5	acc maju sidang	



LEMBAR KONSULTASI TUGAS AKHIR MAHASISWA
SKRIPSI
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
STIKES SUAKA INSAN BANJARMASIN
TAHUN AKADEMIK 2023/2024

Nama Mahasiswa : Icha Marcilla _____
NIM : 113063C1120017 _____
Judul Tugas Akhir : Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap
Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Remaja Putri
Di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin Tahun 2024



Tim Pembimbing :

- Pembimbing 1 : Ermeisi Er Unja, S., Kep., Ners., M. Kep.
- Pembimbing 2 : Warjiman, NS, MSN

Konsul ke	Hari/Tanggal	Item yang dikonsulkan	Saran	Paraf Dosen
1.	Rabu 26 Juni 2024	Bab 3 bab 4: lengkapi pembabakan	- lengkapi Pembahasan	
2.	Kamis 4 Juli 2024	Bab 4 Bab 5	lengkapi bab 4	
3.	Kamis 4 Juli 2024	Bab 3 Bab 4 Bab 5	acc maju sdang	

