

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN AROMATHERAPY CENDANA TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA PADA IBU MENOPAUSE DI PMB ENY ISLAMIATI, S.Tr. Keb BULULAWANG



OLEH :
NUR AULIA PUTRI
NIM.196014

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN
RS Dr SOEPRAOEN MALANG
2023

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATHERAPY
CENDANA TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA
PADA IBU MENOPAUSE DI PMB ENY
ISLAMIATI, S.Tr. Keb BULULAWANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Program
Studi Sarjana Kebidanan Institut Teknologi Sains
dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



**OLEH :
NUR AULIA PUTRI
NIM 196014**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN
RS Dr SOEPRAOEN MALANG
2023**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nur Aulia Putri
Tempat/tanggal lahir : Balikpapan, 21 Oktober 2000
NIM : 19.60.14
Alamat : Jl. Keben 2c No. 15 Bandungrejosari, Kota
Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Desember 2022

Yang menyatakan



Nur Aulia Putri

NIM. 19.60.14

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**“Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Terhadap Kejadian Insomnia
Pada Ibu Menopause di PMB Eny Islamiati, S.Tr. Keb Bululawang”**

Oleh :

Nama: Nur Aulia Putri

NIM: 196014

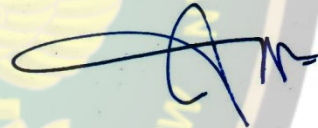
Telah disetujui Untuk Diajukan di Depan Tim Penguji

Tanggal, 10 Juli 2023

Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II



Rani Safitri, S.ST, M.Keb

Anik Sri Purwanti., S.ST., M.Keb

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

"Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Terhadap Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause di PMB Eny Islamiati, S.Tr. Keb Bululawang"

Disusun Oleh:

Nur Aulia Putri

196014

Telah Dipertahankan Dan Disetujui Oleh Tim Penguji
Pada Sidang Skripsi Program Studi Sarjana Kebidanan
Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal: 15 Juli 2023

Oleh Tim Penguji

Raden Maria Veronika Widiatrilupi, S.ST, M.Keb
Penguji I

(.....)
Tanda Tangan

(15 Juli 2023)
Tanggal

Rani Safitri, S.ST, M.Keb
Penguji II

(.....)
Tanda Tangan

(10 Juli 2023)
Tanggal

Anik Sri Purwanti, S.ST., M.Keb
Penguji III

(.....)
Tanda Tangan

(10 Juli 2023)
Tanggal

Malang, Agustus 2023

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen

(.....)
KETUA
Ina Indriah, S.ST., M.Kes

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan Kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Terhadap Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause di PMB Eny Islamiati, S.Tr. Keb Bululawang” sesuai dengan waktu yang ditentukan. Skripsi ini di susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Program Studi Kebidanan Institut Teknologi Sanis dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan skripsi ini penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Arief Efendi, S.MPh., S.H., S.Kep.Ners., MM, selaku Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang
2. Ina Indriati, S.ST., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan
3. Raden Maria Veronika Widiatrilupi, S.ST.,M.Keb Selaku Penguji I Skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis
4. Rani Safitri, S.ST.,M.Keb pembimbing I dan penguji II yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada panulis
5. Anik Sri Purwanti., S.ST.,M.Keb selaku pembimbing II dan penguji III yangtelah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis
6. Eny Islamiati S.Tr. Keb Selaku Bidan yang telah membantu penulis dalam proses penelitian.
7. Seluruh responden yang telah bersedia membantu peneliti mendapatkan data yang sebenarnya

8. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, membantu dan mendoakan saya,serta teman-teman saya yang selalu mendukung dan mensupport saya.

9. Muhammad Alief, terima kasih selalu mensupport dan menemani penulis dalam proses penyusunan skripsi

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya.

Namun, demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak untuk menyempurnakannya.

Malang, Juli 2023

Peneliti



ABSTRAK

Nur Aulia Putri. 2023. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Terhadap Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause di PMB Eny Islamiati Bululawang..* Program Studi Sarjana Kebidanan, ITSK RS. dr SOEPRAOEN Kesdam V Brawijaya, Pembimbing I: Rani Safitri, S.ST., M.Keb, Pembimbing II: Anik Sri Purwanti, S.ST., M.Keb.

Menopause adalah masa proses alami menuju penuaan yang ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi. Menopause terjadi pada usia 45-55 tahun. Diagnosa menopause dapat ditetapkan saat berhentinya menstruasi sekurang-kurangnya satu tahun. Insomnia adalah keadaan sulit dalam memulai tidur, mempertahankan tidur, dan tidur yang tidak menyegarkan. Minyak aromaterapi cendana adalah salah satu terapi komplementer yang juga dapat digunakan dalam mengatasi kejadian insomnia. Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi cendana terhadap kejadian insomnia pada ibu menopause di PMB Eny Islamiati Bululawang. Rancangan penelitian *pra eksperimen* dengan pendekatan satu kelompok (*pre-post test*), populasi seluruh ibu menopause dengan kejadian di PMB Eny Islamiati Bululawang, jumlah 20 orang dengan jumlah sampel 16 orang. Teknik penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar KSPBJ-IRS dan Lembar observasi, dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian insomnia pra-intervensi (43,8%) insomnia tingkat sedang dan pasca-intervensi (75%) insomnia tingkat ringan, *p-value* $0,02 \leq \alpha 0,05$. Kesimpulannya pemberian aromaterapi cendana berpengaruh terhadap kejadian insomnia pada ibu menopause di PMB Eny Islamiati Bululawang. Diharapkan bagi para medis untuk dapat meningkatkan pelayanan baik dalam promosi kesehatan seperti sosialisasi, penyuluhan pada ibu menopause untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang pentingnya istirahat/tidur bagi ibu menopause.

Kata Kunci: Pemberian Aromaterapi, Kejadian Insomnia, Ibu Menopause.

Abstract

Nur Aulia Putri. 2023. *The Effect of Giving Sandalwood Aromatherapy on incidence of insomnia in Menopause Mothers in PMB Yulia Eny Islamiati Bululawang..*
Program Studi Sarjana Kebidanan, ITSK RS. dr SOEPRAOEN Kesdam V
Brawijaya, Pembimbing I: Rani Safitri, S.ST., M.Keb, Pembimbing II: Anik Sri
Purwanti, S.ST, M.Keb.

Menopause is a period of natural process towards aging which is characterized by the cessation of the menstrual cycle. Menopause occurs at the age of 45-55 years. The diagnosis of menopause can be established when menstruation stops for at least one year. Insomnia is a difficult state of initiating sleep, maintaining sleep, and sleep that is not refreshing. Sandalwood aromatherapy is one of the complementary therapies that can also be used in overcoming the incidence of insomnia. The study was conducted at PMB Yulia Eny Islamiati Bululawang to examine the effects of sandalwood aromatherapy on incidence of insomnia in menopausal mother. Pra experimental design. The study population was 20 menopausal mothers with a sample of 16 people. This technique uses purposive sampling. The instruments used by the KRSPBJ-IRS questionnaire and observation sheet, using the Wilcoxon statistical test. According to the data, there was significant incidence of insomnia in 43.6 percent of people prior to the intervention and mild incidence of insomnia in 75 percent of people after it, with a p value of 0.02 to α 0.05. Conclusion: Sandalwood aromatherapy may have an impact on the incidence of insomnia in the menopausal mother. It is hoped that medical personnel will be able to improve services both in health promotion such as socialization, counseling to menopausal mothers to provide health education about the importance of rest / sleep for menopausal mothers.

Keywords: Aromatherapy Administration, incidence of insomnia, Menopausal Mother

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN DAN ARTI LAMBANG	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat penelitian.....	4
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian.....	5
1.4.3 Bagi Instituti Pendidikan.....	5
1.4.4 Bagi Peneliti.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Menopause.....	6
2.1.1 Pengertian.....	6
2.1.2 Patofisiologi.....	6
2.1.3 Perubahan Fisik dan Psikologis Pada Wanita Menopause.....	7
2.2 Konsep Insomnia.....	10
2.2.1 Pengertian Insomnia.....	10
2.2.2 Penyebab Insomnia.....	11
2.2.3 Tanda dan Gejala Insomnia.....	11
2.2.4 Klasifikasi Insomnia.....	12
2.2.5 Alat Ukur Insomnia.....	12
2.2.6 Penanganan Penyakit Insomnia.....	16
2.3 Aromatherapy Cendana.....	17
2.3.1 Pengertian Aromatherapy Cendana.....	17

2.3.2 Mekanisme Aromatherapy Cendana	17
2.3.3 Teknik Pemberian Aromatherapy Cendana	18
2.4 Penelitian Relevan	18
2.5 Kerangka Konsep	19
2.6 Hipotesis	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Jenis atau Desain Penelitian	22
3.2 Kerangka Kerja.....	22
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	24
3.3.1 Populasi	24
3.3.2 Sampel.....	24
3.3.3 Sampling	24
3.4 Variabel Penelitian	25
3.4.1 Variabel Independen atau bebas	25
3.4.2 Variabel Dependen atau terikat	25
3.5 Definisi Operasional	25
3.6 Waktu dan Tempat Penelitian.....	26
3.7 Teknik Pengumpulan Data	26
3.8 Instrumen Penelitian.....	27
3.9 Teknik Analisa Data	27
3.9.1 Analisa Univariat	27
3.9.2 Analisa Bivariat	27
3.10 Pengolahan Data.....	27
3.11 Etika Penelitian.....	29
3.11.1 Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	29
3.11.2 Tanpa Nama (<i>Anonimity</i>).....	29
3.11.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>).....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	31
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	31
4.2 Data Umum	31
4.3 Data Khusus.....	33
4.4 Hasil Analisa Data Uji Statistik Pada Table Uji Wilcoxon	36
BAB V PEMBAHASAN	37
5.1 Karakteristik Ibu Menopause Dengan Kejadian Insomnia Yang Diberikan Aromaterapi Cendana Di PMB Eny Islamiatl Kec. Bululawang Kab.	

Malang	37
5.2 Menganalisis Kejadian Insomnia Sebelum Diberikan Aromaterapi Cendana Pada Ibu Menopause di PMB Eny Islamiati Kec. Bululawang Kab. Malang	38
5.3 Menganalisis Kejadian Insomnia Sesudah Diberikan Aromaterapi Cendana Pada Ibu Menopause di PMB Eny Islamiati Kec. Bululawang Kab. Malang	40
5.4 Menganalisis Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Dengan Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause di PMB Eny Islamiati Kec. Bululawang Kab. Malang.....	40
BAB VI PENUTUP	43
6.1 Kesimpulan	43
6.2 Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45



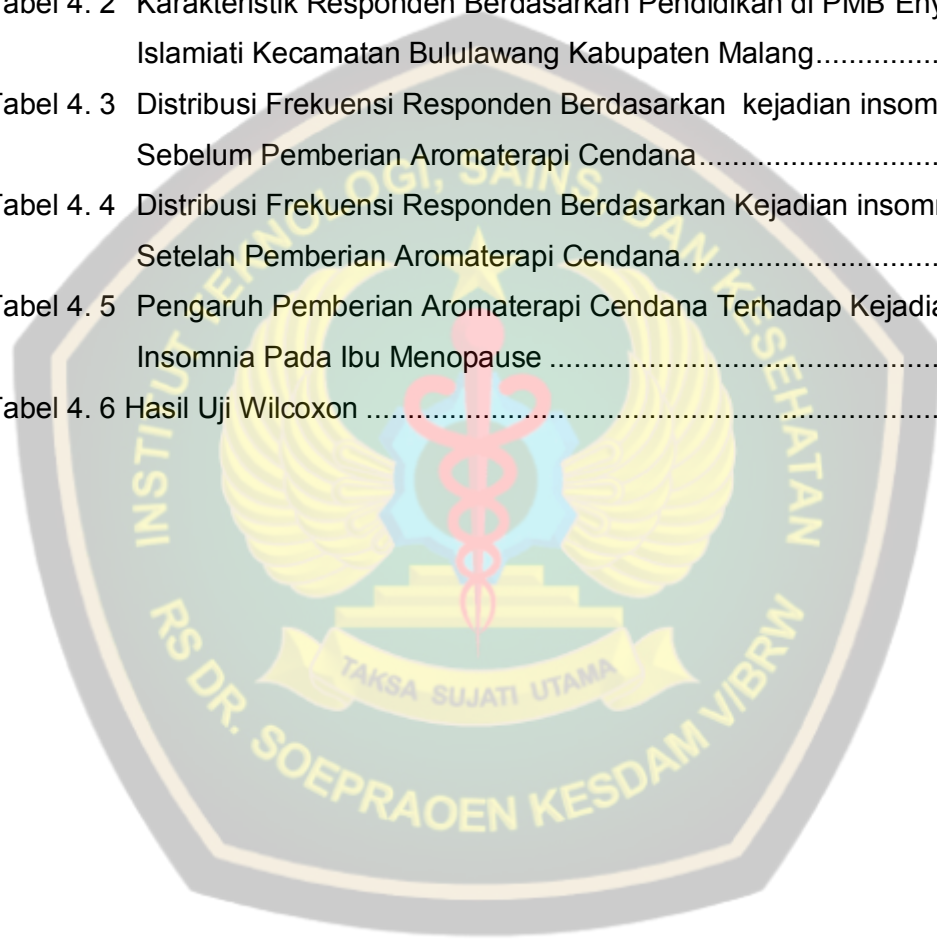
DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2. 1 Kerangka Konsep Pengaruh Aromaterapi Cendana Terhadap
Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause 20
- Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cenada
Terhadap Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause 23



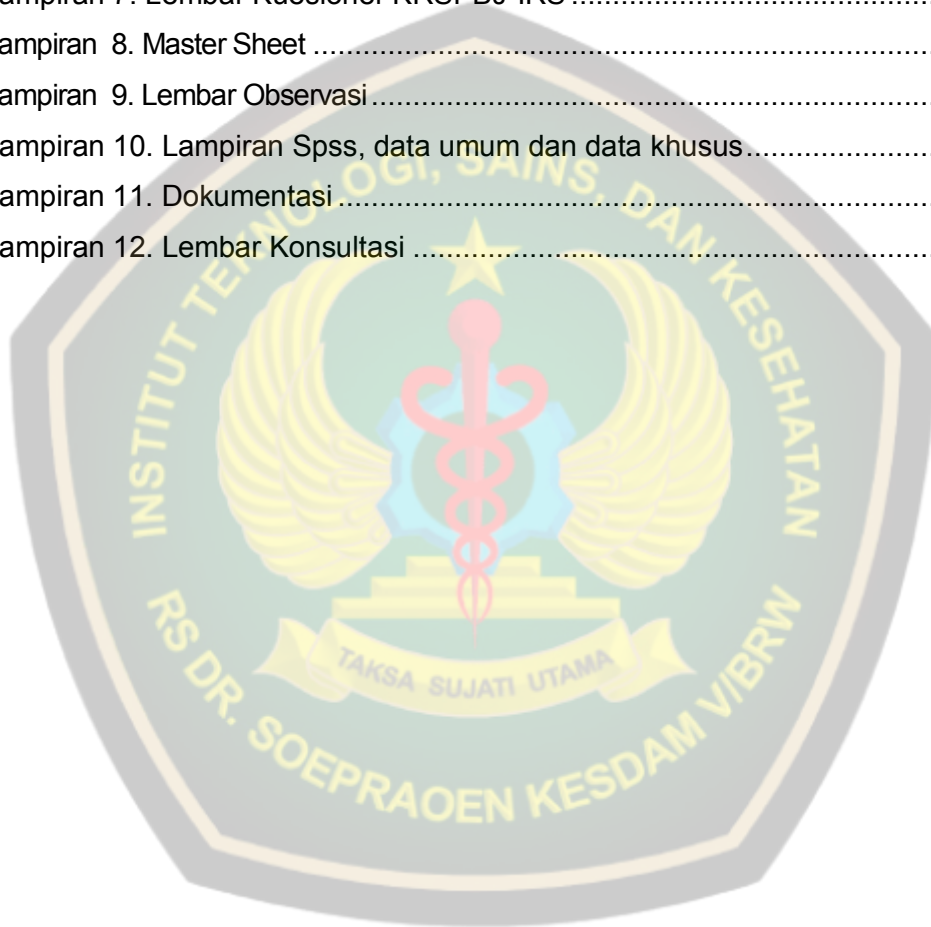
DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Penelitian Relevan Pengaruh Aromaterapi Cendana Terhadap Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause.....	18
Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Terhadap kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause	25
Tabel 4. 1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di PMB Eny Islamiati Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang	32
Tabel 4. 2	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di PMB Eny Islamiati Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang.....	32
Tabel 4. 3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kejadian insomnia Sebelum Pemberian Aromaterapi Cendana.....	33
Tabel 4. 4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian insomnia Setelah Pemberian Aromaterapi Cendana.....	34
Tabel 4. 5	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Terhadap Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause	35
Tabel 4. 6	Hasil Uji Wilcoxon	36



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penyusunan Skripsi.....	50
Lampiran 2. Surat Balasan Ijin Penelitian.....	52
Lampiran 3. Lembar Studi Pendahuluan.....	53
Lampiran 4. Inform Consent.....	54
Lampiran 5. Surat Uji Etik.....	55
Lampiran 6. Standar Operasional Prosedur Pemberian Aromaterapi.....	56
Lampiran 7. Lembar Kuesioner KRSPBJ-IRS.....	58
Lampiran 8. Master Sheet.....	61
Lampiran 9. Lembar Observasi.....	64
Lampiran 10. Lampiran Spss, data umum dan data khusus.....	65
Lampiran 11. Dokumentasi.....	68
Lampiran 12. Lembar Konsultasi.....	70



DAFTAR SINGKATAN DAN ARTI LAMBANG

Lambang	Arti lambing
%	: Presentase
=	: Sama dengan
.	: Titik
,	: Koma
“	: Tanda petik
/	: Atau
?	: Tanda tanya
(...)	: Kurung buka dan tutup
-	: Sampai
Singkatan	Arti Singkatan
Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
Dinkes	: Dinas Kesehatan
DM	: Diabetes Militus
GABA	: <i>Gama Amino Butiric Acid</i>
Kaprodi	: Ketua Program Studi
KEMENKES RI	: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
KSPBJ-IRS	: Kelompok Studi Psikotri Biologik Jakarta-Insomnia Rating Scale
M.Keb	: Magister Kebidanan
M.Kes	: Magister Kesehatan
MM	: Magister Manajemen
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa

No	: Nomor
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
PKM	: Pusat Kesehatan Masyarakat
PMB	: Praktek Mandiri Bidan
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
SAR	: Sistem Aktivis Retikular
S.H	: Sarjana Hukum
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
S.ST	: Sarjana Sains Terapan
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SPO	: Standar Prosedur Operational
WHO	: <i>World Health Organization</i>
Yth	: Yang Terhormat

