

DAFTAR PUSTAKA

- Agustianah, R. B. (2018). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi*. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- Amalia & Tulus. (2019). *Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Giver*. Jakarta : Bumi Medika
- Asbar, A. dan Mawarpury, M. (2018) “*Hidup Berkualitas : (Studi Kasus Pada Perempuan Menopause)*,” *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*, 17(1), hal. 96. doi:10.24014/marwah.v17i1.4516.
- Ikhsan, M. N. (2019). *Dasar Ilmu Akupresur dan Moksibusi*.
- Jalilah, N.H. & Prapitasari, R. (2020). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*. Jawa Barat: Penerbit Adab.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Pedoman Pembinaan Pengobatan Tradisional Akupresur Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Lubis, N. L. (2016). *Psikologi Kespro : Wanita dan Perkembangan Reproduksi*. Jakarta: Kencana.
- Meylana, N. (2015). *Efektivitas akupresur dan aromaterapi lavender terhadap insomnia pada wanita perimenopausedi desa pancuranmas magelang*. *Journal of Holistic Nursing Science*, 2(2), 28-37.
- Meylana, N. (2015) "*Efektivitas akupresur dan aromaterapi lavender terhadap insomnia pada wanita perimenopause di desa pancuranmas magelang*." *Journal of Holistic Nursing Science* 2.2 (2015): 28-37.
- MEYLANA, Nathazia (2015). *Efektivitas akupresur dan aromaterapi lavender terhadap insomnia pada wanita perimenopause di desa pancuranmas magelang*. *Journal of Holistic Nursing Science*, 2015, 2.2: 28-37.
- Nurlina. (2021). *Kualitas Hidup Wanita Menopause*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* : Jakarta : Salemba Medika.
- Nurarif & Kusuma, (2016). *Terapi Komplementer Akupresure*.

- Posadzki, P., Watson, L., Ernst, E., 2012, *Herb-Drug Interactions: an overview of systematic reviews*. British Journal of Pharmacology.
- Riyadina, W. (2019). *Hipertensi Pada Wanita Menopause*. Jakarta: Lipi Press.
- Setyowati, H. (2018). *Akupresur Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Unimma Press
- Suparni, I. E., & Astutik, R. Y. (2016). *Menopause masalah dan penanganannya*. Yogyakarta: Deepublish
- Suparni, I.E. & Astutik, R. Y. (2016). *Menopause Masalah dan Penanganannya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Suryoprajogo, N. (2019). *Tips Menyenangkan Menghadapi Menopause*. Jawa Tengah: Desa Pustaka Indonesia.
- Susanto, A. V., & Fitriana, Y. (2017). *Kebutuhan Dasar Manusia (p. 9)*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Syalfina, A. D. (2017). *Body Mass Index (BMI) dan Lama Menopause Berpengaruh Terhadap Kualitas Hidup Menopause*. Hospital Majapahit, 9(1), 28–42.
- Tsuraya et al. (2016). *Gambaran Mekanisme Koping Wanita Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Akibat Menopause*. Universitas Riau, 5, 164–173.
- Widjayanti, Y. (2017). *Gambaran Kualitas Tidur Wanita Menopause*. Jurnal Keperawatan, X(1), 1–5.
- Widjayanti, Yhenti, Katolik, S., Vincentius, S. T., & Surabaya, A. P. (2016). *Gambaran Keluhan Akibat Penurunan Kadar Hormon Estrogen Pada Masa Menopause (Studi Deskriptif di Wanita Hindu Dharma Indonesia Pura Jagad Dumadi Desa Laban Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik)*. 2(1), 96–101.
- World Health Organization, *Research on the Menopause in the 1990s: Report of a WHO Scientific Group*, 1996, <http://apps.who.int/iris/handle/10665/41841>. Diakses Desember 2019.

Lampiran 1

LEMBAR KONSULTASI/BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Maria Rosalia Antonia Nesi
NPM : 225401446081
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Efektifitas Pemberian Akupresur dan Aromaterapi
Lavender Terhadap Insomnia Pada Wanita
Menopause di Puskesmas Oesapa Kota Kupang
provinsi NTT

Dosen Pembimbing I : Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., MKes., MH

Dosen Pembimbing II : Dra. Suprihatin, M.Si

No	Hari/Tanggal	Materi konsultasi	Saran pembimbing	Tanda tangan pembimbing
1.	Rabu, 12 April 2023	Pengajuan judul penelitian via whatsapp	-	Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., Mkes., MH
2.	Rabu, 12 April 2023	Pengajuan judul penelitian via whatsapp	-	Dra. Suprihatin, M.Si
3.	Sabtu, 29 April 2023	Pengajuan outline via whatsapp	-	Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., Mkes., MH
4.	Sabtu, 29 April 2023	Pengajuan outline via whatsapp	-	Dra. Suprihatin, M.Si
5.	Senin, 15 Mei 2023	Konsultasi BAB I-III onsite	Kurangi latar belakang, ikuti panduan	Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., Mkes., MH

6.	Senin, 15 Mei 2023	Konsultasi BAB I-III via e-mail	Revisi penulisan, ikuti panduan	Dra. Suprihatin, M.Si
7.	Jumat, 2 Juni 2023	Konsultasi BAB I-III via APPSTA	Revisi sistematika penulisan, ikuti panduan	Anni Suciawati, SST,. Bdn., SH., Mkes., MH
8.	Jumat, 2 Juni 2023	Konsultasi BAB I-III via APPSTA	Revisi sistematika penulisan, perbaiki kerangka konsep dan kerangka teori	Dra. Suprihatin, M.Si
9.	Jumat, 23 Juni 2023	Konsultasi BAB I-III via APPSTA	Revisi perbaiki penulisan ikuti panduan	Anni Suciawati, SST,. Bdn., SH., Mkes., MH
10.	Senin, 26 Juni 2023	Konsultasi Bab I-III via APPSTA	ACC proposal dan lanjut penelitian	Dra. Suprihatin, M.Si
11.	Selasa, 8 Agustus 2023	Konsultasi BAB I-V	Revisi cover, definisi operasional, ikuti panduan	Anni Suciawati, SST,. Bdn., SH., Mkes., MH
12.	Selasa, 8 Agustus 2023	Konsultasi BAB I-V	Revisi cover, definisi operasional, ikuti panduan	Dra. Suprihatin, M.Si
13.	Minggu, 13 Agustus 2023	Konsultasi BAB I-V	Revisi abstrak	Anni Suciawati, SST,. Bdn., SH., Mkes., MH

14.	Senin, 14 Agustus	Konsultasi BAB I-V	ACC ujian	Anni Suciawati, SST,. Bdn,. SH,. Mkes., MH
15.	Senin, 14 Agustus	Konsultasi BAB I-V	ACC ujian	Dra. Suprihatin, M.Si



Lampiran 2

SURAT IZIN PENELITIAN DARI FAKULTAS



UNIVERSITAS NASIONAL FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Harsono RM No. 1 Ragunan, Jakarta Selatan 12550, Telp. 27870882
Website: www.unas.ac.id; Email: fikes@civitas.unas.ac.id

Jakarta, 07 Juli 2023

Nomor : 392/D/SP/FIKES/VII/2023
Lampiran : -
Perihal : **Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian**

Kepada Yth : Kepala Puskesmas Oesapa Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur.
Jl. Suratim, Oesapa, Klp. Lima, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur.

Dengan hormat,

Pimpinan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Maria Rosalia Antonia Nesi
NPM : 2254 01446081
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana
No. Telepon/HP : 0821-4719-4484

Mahasiswa tersebut bermaksud melakukan Studi Pendahuluan dan Penelitian di Puskesmas Kedaung Wetan yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul : **"Efektifitas Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Insomnia Pada Wanita Menopause Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang NTT."** Adapun sebagai pembimbing skripsi mahasiswa tersebut, yaitu :

Pembimbing 1 : Anni Suciawati, S.Si.T., Bdn., SH., M.Kes., MH
Pembimbing 2 : Dra. Suprihatin, M.Si.


Sehubungan dengan hal tersebut mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan bantuan.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.


Dr. Retno Widowati, M.Si.

Lampiran 3

SURAT BALASAN PENELITIAN DARI INSTANSI PENELITIAN

**PEMERINTAH KOTA KUPANG**
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS OESAPA

Jl. Suratim RT 015/ RW 006, Kel. Oesapa, Kode Pos 85228 Telp. 0380-8802180
Website : puskosp.dinkes-kotakupang.web.id, Email : puskesmas.oesapa@kupangkota.go.id

SURAT SELESAI PENELITIAN
Nomor : PUSK.OSP.445.870/ 155.h / VII /2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Made D.A. Paramitha, S.KM
NIP : 19860918 201001 2 024
Jabatan : Penanggung Jawab Administrasi


Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :


Nama : Maria Rosalia Antonia Nesi
NPM : 225401446081
Pekerjaan : Mahasiswa
Fakultas/Jurusan : Ilmu Kesehatan / Sarjana Kebidanan

Yang bersangkutan benar-benar telah selesai melakukan penelitian sejak tanggal 15 Juli – 26 Juli 2023 dengan Judul : **“EFEKTIFITAS PEMBERIAN AKUPRESUR DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP INSOMNIA PADA WANITA MENOPAUSE DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG NTT ”**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 26 Juli 2023
An. Kepala UPTD Puskesmas Oesapa
Penanggung Jawab Administrasi


Ni Made D. A. Paramitha, S.KM
NIP. 19860918 201001 2 024



Tembusan disampaikan Dengan Hormat kepada :

1. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang di Kupang
2. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta di Jakarta Selatan
3. Arsip

Lampiran 4

UJI ETIK



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PURWOKERTO
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Kampus Ahmad Dahlan
Jl. K.H. Ahmad Dahlan
P.O. Box 202 Purwokerto 53182
Telp. 0281- 636751, 630463
Fax. 0281- 637239

Kampus Soepardjo Roestam
Jl. Lejen Soepardjo Roestam
P.O. Box 229 Purwokerto 53181
Telp. 0281- 6844252, 6844253
Fax. 0281- 6844253

IZIN ETIK PENELITIAN

Nomor Registrasi: KEPK/UMP/39/VII/2023

Judul Penelitian : EFEKTIFITAS PEMBERIAN AKUPRESUR DAN AROMA TERAPI
LAVENDER TERHADAP INSOMNIA PADA WANITA
MENOPAUSE DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG NTT
TAHUN 2023

Dokumen : 1. Study Protocol
Penerimaan : 2. Informasi Subyek
3. Informed Consent

Peneliti Utama : MARIA ROSALIA ANTONIA NESI

Pembimbing/
Supervisor : 1. Anni Suciawati, SH, S.SiT., Bdn., M.Kes., HM
2. Dra. Suprihatin, M.Si

Tanggal : 5 Juli 2023
Penerimaan

Lokasi Penelitian : PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG NTT

Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto (KEPK-UMP) telah memeriksa rancangan penelitian terkait berdasarkan prinsip-prinsip *ethical research*, oleh karena itu dapat diakui kebenarannya.

Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto (KEPK-UMP) berhak melakukan monitoring terhadap aktifitas penelitian kapan saja diperlukan.

Keputusan investigasi:

Final Complete

Ketua



Assoc. Prof. Dr. Ns. Umi Solikhah
NIDN. 0622087401

Lampiran 5

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 Akupresur Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Insomnia Pada Wanita Menopause Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang Ntt Tahun 2023”

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

Saya setuju:

(Ya/Tidak*)

	Tgl:	Tanda tangan (bila tidak bisa dapat digunakan cap jempol)
Nama Peserta :		
Usia :		
Alamat:		
Nama Peneliti :		
Nama Saksi:		

Lampiran 6

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat, Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maria Rosalia Antonia Nesi

NPM : 2254 01446081

Adalah Mahasiswa Universitas Nasioanal Jakarta Selatan Program Sarjana Kebidanan yang akan melakukan penelitian dengan judul “Efektifitas Pemberian Akupresur dan Aromaterapi Lavender Terhadap Insomnia Pada Wanita Menopausedi Puskesmas Oesapa Kota Kupang Ntt Tahun 2023” untuk memenuhi ketentuan melakukan kegiatan penyusunan skripsi sebagai persyaratan mencapai derajat Sarjana Kebidanan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis efektifitas Pemberian Terapi Akupresure dan Aromaterapilavender Terhadap Insomnia Pada Wanita Menopausedi Puskesmas Oesapa Kota Kupang Tahun 2023.

Sehubungan dengan hal tersebut, saya memohon kesediaan Saudara untuk menjadi responden penelitian dengan memberikan jawaban secara jujur dan tulus atas pernyataan-pernyataan dalam penelitian ini. Seluruh data yang diperoleh akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Sebagai bukti ketersediaan Saudara menjadi responden dalam penelitian ini, saya mohon ketersediaan Saudara untuk mengisi dan menandatangani lembar persetujuan yang telah dipersiapkan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan partisipasi Saudara saya mengucapkan terimakasih.

Jakarta, juli 2023

Peneliti

Lampiran 7

KUESIONER INSOMNIA

Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai menurut pendapat anda, lalu lingkari jawaban yang sama dengan yang dirasakan pada setiap pertanyaan.

1. Berapa jam bapak/ibu tidur dalam satu hari?
 - a. Lebih dari 6,5 jam
 - b. 5,5 - 6,5 jam
 - c. 4,5 - 5,5 jam
 - d. Kurang dari 4,5 jam
2. Apakah bapak/ibu bermimpi setiap tidur?
 - a. Tidak ada mimpi
 - b. Terkadang mimpi yang menyenangkan atau mimpi biasa saja
 - c. Selalu bermimpi
 - d. Mimpi buruk atau mimpi yang tidak menyenangkan
3. Bagaimana tidur bapak/ibu?
 - a. Dalam (nyenyak), sulit untuk terbangun
 - b. Tidur yang baik, tetapi sulit untuk terbangun
 - c. Tidur yang baik, tetapi mudah terbangun
 - d. Tidur dangkal, mudah terbangun
4. Berapa lama waktu yang bapak/ibu butuhkan untuk jatuh tertidur?
 - a. Kurang dari setengah jam
 - b. Antara setengah jam – 1 jam
 - c. Antara 1 – 3 jam
 - d. Lebih dari 3 jam atau saya tidak tidur sama sekali
5. Berapa kali bapak/ibu terbangun dari tidur di malam hari?
 - a. Tidak terbangun sama sekali
 - b. 1 – 2 kali terbangun
 - c. 3 – 4 kali terbangun
 - d. Lebih dari 4 kali terbangun
6. Berapa lama waktu yang bapak/ibu butuhkan untuk dapat tertidur kembali setelah bangun dimalam hari?

- a. Kurang dari setengah jam
 - b. Antara setengah - 1 jam
 - c. Antara 1 – 3 jam
 - d. Lebih dari 3 jam atau saya tidak dapat jatuh tidur lagi
7. Berapa jam rata-rata tidur bapak/ibu kembali terbangun dimalam hari?
- a. Lebih dari 3 jam
 - b. Antara 1 – 3 jam
 - c. Antara setengah jam – 1 jam
 - d. Kurang dari setengah jam
8. Sudah berapa lama bapak/ibu sering terbangun dimalam hari dan mengalami kesulitan untuk tidur kembali?
- a. Tidak sama sekali atau 1 malam
 - b. 2 – 7 hari
 - c. 2 – 4 minggu
 - d. Lebih dari 4 minggu
9. Jam berapa bapak/ibu bangun tidur?
- a. Jam 4.30 wib
 - b. Jam 4.00 wib dan tidak dapat tertidur kembali
 - c. Jam 3.00 wib dan tidak dapat tertidur kembali
 - d. Sebelum jam 3.00 wib dan tidak dapat tertidur kembali
10. Bagaimana perasaan bapak/ibu saat bangun tidur?
- a. Terasa segar
 - b. Tidak terlalu baik
 - c. Buruk
 - d. Sangat buruk (tidak merasa segar)
11. Sudah berapa hari diwaktu pagi bapak/ibu bangun tapi merasa segar badannya?
- a. Tidak sama sekali atau 1 pagi
 - b. 2 – 7 hari
 - c. 2 – 4 minggu
 - d. Lebih dari 4 minggu

Lampiran 8

MASTER TABEL

TABULASI DATA SBELUM TERAPI AKUPRESUR

RESP	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	PRE.AK
R1	3	2	2	2	2	3	1	3	2	1	1	22
R2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	2	25
R3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	1	21
R4	2	2	2	2	3	1	1	3	2	2	2	22
R5	2	2	2	2	3	1	3	3	2	1	1	22
R6	2	2	2	2	3	1	2	3	3	1	2	23
R7	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	1	24
R8	2	2	2	3	2	2	1	3	3	1	1	22
R9	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	1	24
R10	2	2	2	3	3	1	3	3	2	1	2	24
R11	2	2	3	2	2	3	1	3	2	2	1	23
R12	2	2	3	2	3	2	2	3	3	1	1	24
R13	2	2	2	2	2	1	1	3	3	2	2	22
R14	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	24
R15	2	2	3	3	3	1	1	3	3	1	1	23
R16	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	26
R17	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	25



TABULASI DATA SESUDAH TERAPI AKUPRESUR

RESP	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	POST.AK
R1	2	1	1	1	1	2	0	2	1	0	0	11
R2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	0	0	13
R3	2	1	1	1	1	0	1	2	1	0	0	10
R4	1	1	1	1	2	0	0	2	1	0	0	9
R5	1	1	1	1	2	0	2	2	1	0	0	11
R6	1	1	1	1	2	0	1	2	2	0	0	11
R7	1	1	1	2	2	1	1	2	2	0	0	13
R8	1	1	1	2	1	1	0	2	2	0	0	11
R9	1	1	1	2	2	1	2	2	1	0	0	13
R10	1	1	1	2	2	0	2	2	1	0	0	12
R11	1	1	2	1	1	2	0	2	1	0	0	11
R12	1	1	2	1	2	1	1	2	2	0	0	13
R13	1	1	1	1	1	0	0	2	2	0	0	9
R14	1	1	1	1	2	1	0	2	2	0	0	11
R15	1	1	2	2	2	0	0	2	2	0	0	12
R16	1	1	2	1	2	1	0	2	2	0	0	12
R17	1	1	2	1	1	2	0	2	2	0	0	12



TABULASI DATA SEBELUM AROMATERAPI LAVENDER

RESP	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	PRE.AR
R1	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2	3	25
R2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	28
R3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	24
R4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	25
R5	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	28
R6	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	27
R7	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	28
R8	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	25
R9	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	30
R10	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	28
R11	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	29
R12	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	28
R13	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	25
R14	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	27
R15	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	26
R16	2	2	3	2	3	2	1	3	3	3	3	27
R17	2	2	3	2	2	3	1	3	2	3	3	26



TABULASI DATA SESUDAH AROMATERAPI LAVENDER

RESP	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	POST.AR
R1	2	1	1	1	1	2	0	2	1	1	2	14
R2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	17
R3	2	1	1	1	1	0	1	2	2	1	1	13
R4	1	1	1	1	2	0	0	2	1	1	2	12
R5	1	1	1	1	2	0	2	2	2	2	2	16
R6	1	1	1	1	2	0	1	2	1	1	2	13
R7	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	16
R8	1	1	1	2	1	1	0	2	2	1	1	13
R9	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	18
R10	1	1	1	2	2	0	2	2	1	2	2	16
R11	1	1	2	1	1	2	0	2	2	2	1	15
R12	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	17
R13	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	12
R14	1	1	1	1	2	1	0	2	2	2	2	15
R15	1	1	2	2	2	0	0	2	1	1	1	13
R16	1	1	2	1	2	1	0	2	2	2	2	16
R17	1	1	2	1	1	2	0	2	1	2	2	15



Lampiran 9

HASIL OUTPUT ANALISIS DATA

Pemberlakuan Akupresur

		Statistics	
		Sebelum akupresur	Sesudah akupresur
N	Valid	17	17
	Missing	0	0
Mean		23.29	11.41
Median		23.00	11.00
Std. Deviation		1.359	1.278
Minimum		21	9
Maximum		26	13

Pemberlakuan Aromaterapi lavender

		Statistics	
		Sebelum aromaterapi lavender	Sesudah aromaterapi lavender
N	Valid	17	17
	Missing	0	0
Mean		26.82	14.76
Median		27.00	15.00
Std. Deviation		1.667	1.855
Minimum		24	12
Maximum		30	18

TestsofNormality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum Akupresure	0,183	17	0,135	0,937	17	0,284
Sesudah Akupresure	0,197	17	0,078	0,892	17	0,051
Sebelum Aromaterapi	0,172	17	0,196	0,942	17	0,344
Sesudah Aromaterapi	0,182	17	0,137	0,932	17	0,238

Pengaruh Akupresure Terhadap Penurunan Insomnia Pada Wanita Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur

PairedSamplesStatistics					
Pair 1		Mean	N	Std. Deviation	Std. ErrorMean
		Sebelum Akupresure	23,29	17	1,359
Sesudah Akupresure	11,41	17	1,278	0,310	

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	sebelum akupresur & sesudah akupresur	17	0,718	0,001

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum Akupresure - Sesudah Akupresure	11,882	0,993	0,241	11,372	12,393	49,356	16	0,000

Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Insomnia Pada Wanita Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 2	Sebelum Aromaterapi	26,82	17	1,667	0,404
	Sesudah Aromaterapi	14,76	17	1,855	0,450

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	sebelum Aromaterapi & sesudah Aromaterapi	17	0,835	0,000

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 2	Sebelum Aromaterapi - Sesudah Aromaterapi	12,059	1,029	0,250	11,530	12,588	48,319	16	0,000

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Insomnia	Based on Mean	5,144	1	32	0,123
	Based on Median	4,263	1	32	0,471
	Based on Median and with adjusted df	4,263	1	31,731	0,472
	Based on trimmed mean	5,094	1	32	0,310

Uji Independent Sample t Test

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Insomnia	Equal variances assumed	5,144	0,030	6,047	32	0,000	2,353	0,389	1,560	3,145
	Equal variances not assumed			6,047	28,225	0,000	2,353	0,389	1,556	3,150

Lampiran 10

BUKTI FOTO KEGIATAN PENELITIAN



Lampiran 11

BIODATA PENULIS

Nama : Maria Rosalia Antonia Nesi
NPM : 225401446081
Alamat : Liliba, RT 041/RW 001 Kel. Liliba, Kec. Oebobo Kota
Kupang Nusa Tenggara Timur
No.Hp aktif : 082147194484
Pendidikan : SDI Oelamasi , SMP N 1 Fatuleu, SMA N 4 Kota
Kupang, Poltekkes Kemenkes Kupang
Pengalaman Kerja : Nusantara Sehat dari Tahun 2017-2022
Penghargaan : Sertifikat Perhargaan dari Kemenkes Pengabdian
Nusantara Sehat

Jakarta, 16 Agustus 2023



(Maria Rosalia Antonia Nesi)



Efektivitas Pemberian Akupresur dan Aromaterapi lavender Terhadap Insomnia Pada Wanita Menopause Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang NTT Tahun 2023



ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id

9	Internet Source	1 %
10	journal.ummgl.ac.id Internet Source	<1 %
11	www.grafiati.com Internet Source	<1 %
12	digilib.unimed.ac.id Internet Source	<1 %
13	Submitted to Universitas Nasional Student Paper	<1 %
14	Serlita Sari Rahayu, Yenny Aulya, Retno Widiowati. "Pengaruh Kombinasi Jus Belimbing Wuluh dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Wanita Dewasa Penderita Hipertensi Rawat Jalan di Kabupaten Bekasi Tahun 2022", Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 2022 Publication	<1 %
15	Nguyen The Hoan. "K \cdot Shler-Ricci Flow and Conformal Submersion", Mediterranean Journal of Mathematics, 2023 Publication	<1 %
16	repository.unas.ac.id Internet Source	<1 %
17	repository.um-palembang.ac.id Internet Source	<1 %

18 journal.universitaspahlawan.ac.id <1 %
Internet Source

19 repository.poltekkesbengkulu.ac.id <1 %
Internet Source

20 Submitted to Sriwijaya University <1 %
Student Paper

21 repository.unibos.ac.id <1 %
Internet Source

22 digilib.unila.ac.id <1 %
Internet Source

23 repository.umsu.ac.id <1 %
Internet Source

Exclude quotes On Exclude matches < 17 words
Exclude bibliography On

