DAFTAR PUSTAKA

Abidin, L. S. (2024). PENGARUH TERAPI MASSAGE TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA : A SYSTEMATIC REVIEW. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *5*(4), 10816–10828. https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.31344

Andreani, A. L., Khaira, A., Sabila, L., Liputo, M. N. T., Azzahra, R. Y., Hadayani, S., Khairiah, A., & Priyanti. (2022). Ulasan Efektivitas Ekstrak Lavender (Lavandula angustifolia) Terhadap Nyamuk (Culex sp.) Sebagai Diffuser Organik Pada Masyarakat Jakarta dan Padang. *Prosiding SEMNAS BIO 2022 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, *1*(11), 231–241.

Arifin, D., Sina Alafgani, I., Silaban, C., Marlinda, L., MKom, M., Yulia Hayuningtyas, R., Informatika, T., & Nusa Mandiri, S. (2020). Sistem informasi pemantauan kesehatan lansia. *JISAMAR (Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Researh)* , *4*(4), 2598–8700. http://journal.stmikjayakarta.ac.id/index.php/jisamarTelp.+62-21-3905050

Arifin, H., Boy, E., Rizki, D., Sitepu, A., Rangkuti, Z. A., Lailatu, A., Armadi, I. A., Krisna, A. P., Hafianty, F., & Meliala, A. A. (2022). Prevalensi Insomnia pada Perempuan Lanjut Usia: Studi Berbasis Komunitas. *Jurnal Implementa Husada*, *3*(1), 6–11. https://doi.org/10.30596/jih.v3i1.11632

Ayuna, W., & Asfur, R. (2025). *ARTIKEL PENELITIAN Olahraga Aerobik Low Impact Dapat Memperbaiki Kualitas Tidur Lansia di Panti Jompo Tresna Werdha Abdi Binjai*. *5*(4), 1–7.

Bahtiar, Riska Ramadania, Dwi Nopriyanto, S. R. F. N. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Insomnia Pada Lansia : Studi Cross-Sectional. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, *5*(1), 15–24.

Eni, D., Willy, A., & Fitri, S. (2017). .102–85 ,)8(*Neuropsychology*, *3*. 3 http://clpsy.journals.pnu.ac.ir/article_3887.html

Ernawati, E. (2022). Gambaran Kualitas Tidur Dan Gangguan Tidur Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Keperawatan Universitas Jambi*, *7*(2). https://doi.org/10.22437/jkuj.v7i2.6487

erwani, erwani, & nofriandi, nofriandi. (2017). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Insomnia Pada Lansia Di Puskesmas Belimbing Padang. *Jik- Jurnal Ilmu Kesehatan*, *1*(1), 123–132. https://doi.org/10.33757/jik.v1i1.38

Ewys, C. bebby, Kiswanto, K., Yunita, J., Mitra, M., & Zaman, K. (2021). Factors Associated with Active Aging at Payung Sekaki Health Center Pekanbaru City. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, *7*(2), 208–213. https://doi.org/10.25311/keskom.vol7.iss2.927

Fatimah, & Nuryaningsih. (2018). *Buku Ajar Buku Ajar*.

Ifadah, E., Wada, F. H., Masroni, M. . (in N., & Yeanneke Liesbeth Tinungki. (2024). *BUKU AJAR KEPERAWATAN DASAR*. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Keperawatan_Dasar/bwvxEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=4+macam+kualitas+tidur&pg=PA103&

printsec=frontcover

Jamers W, E. D. (2024). *HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA*. *Table 10*, 4–6.

Junita, E., Virgo, G., & Putri, A. D. (2020). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Desa Koto Tuo Wilayah Kerja Puskesmas 2 Xiii Koto Kampar. *Jurnal Ners*, *4*(2), 116–121. https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1128/908

Juwita, D., Nulhakim, L., & Purwanto, E. (2023). Hubungan Kecemasan Dengan Insomnia Pada Pralansia Dan Lansia Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Tengkapak Kabupaten Bulungan. *Aspiration of Health Journal*, *1*(2), 240–251. https://doi.org/10.55681/aohj.v1i2.104

Khairani, N., Juanita, & Rahmawati. (2022). Gambaran Insomnia Pada Lansia di Kota Banda Aceh. *JIM Fkep*, *VI*(1), 106–111. https://jim.usk.ac.id/FKep/article/viewFile/20609/10084

Leba, I. P. R. P. (2020). Literature Review Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia. *Professional Health Journal*, *4*(2sp), 166–177. https://repository.stikvinc.ac.id/id/eprint/154/

Maharianingsih, N. M., Iryaningrat, A. . S. I., & Brata Putri, D. W. (2020). Administered of Lavender (Lavandula Angustifolia) Aromatherapy To Improve Sleep Quality for the Elderly. *Ad-Dawaa' Journal of Pharmaceutical Sciences*, *3*(2), 72–81. https://doi.org/10.24252/djps.v3i2.17926

Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). *pendidikan Keperawatan Gerontik*.

Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.

Ndruru, H., Tinnur, R., Waruwu, E. K., Angriani, P. A., Doloksaribu, A. M., & Nababan, T. (2021). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia. *Arta Manova Doloksaribu*, *10*(1), 36–42.

Nuraeni. (2022). *Intervensi Non-Farmakologi Yang Efektif Terhadap Insomnia Pada Lansia*. 52–88.

Penelitian, H., Pengabdian, D. A. N., Seri, M., Pramesti, T. A., Wayan, N., Indriani, N., Trisnadewi, N. W., & Gede, D. (2025). *The effect of foot massage on sleep quality in the elderly*. 215–223.

Pratiwi, F., & Subarnas, A. (2020). Aromaterapi Sebagai Media Relaksasi. *Farmaka*, *18*(3), 66–75. https://jurnal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/27910

Puspawati, N. L. P. D., Ari Santi, N. K., & Saraswati, N. L. G. I. (2021). The Effect of Foot Massage with Lavender Essential Oil on The Sleep Quality of The Elderly in Banjar Gelumpang, Sukawati Village. *Basic and Applied Nursing Research Journal*, *2*(2), 47–51. https://doi.org/10.11594/banrj.02.02.03

Sulaiman. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dan kader posyandu terhadap pemanfaatan posyandu lansia*. *7*(2), 76–82. https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/6647

Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2017). Faktor yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) pada Lansia. *Jurnal Gema Keperawatan*, *8*(1), 20–30.

Supantini, D. (2024). Pemeriksaan Kualitas Tidur dan Penyuluhan Higiene Tidur pada Komunitas Lansia St. Anna Yoakim Bandung. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, *5*(3), 608–617. https://doi.org/10.26874/jakw.v5i3.474

Sutiyo, T. A. W., Yuliadarwati, N. M., & Mufahkiroh. (2024). Pemeriksaan Fisioterapi Kualitas Tidur pada Lansia dengan Pittsburgh Sleep Quality Index di Griya Lansia Husnul Khotimah Wajak. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)*, *4*(2), 449–454. https://doi.org/10.54082/jamsi.1121

Tumanggor, C. S. M. Y., Sari, R. Y., & Djamaludin, D. (2021). Efektivitas pijat kaki dan aromaterapi lavender mengurangi gangguan insomnia pada lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *15*(3), 483–489. https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.4152

Yuliana, N., Fauzi, M., & Hastuti, S. (2019). Pengaruh Mesase Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Insomnia Pada Lansia Di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika Mataram. *Jurnal Riset Kajian Teknologi Dan Lingkungan (JRKTL)*, *2*(2), 84–88.

LAMPIRAN 1 Lembar Penjelasan

LEMBAR PENJELASAN KEPADA CALON RESPONDEN PENELITIAN

Kepada Yth,

Ibu/Saudari

Perkenalkan nama saya Tazkiatur Rahmi saya adalah mahasiswi program studi D3 Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan, dengan ini memohon kesediaan anda untuk mau menjadi peserta penelitian saya yang berjudul

"Penerapan Aromaterapi lavender Dengan Cara Menghirup Dan Massage Pada Lansia Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Di Puskesmas Padang Bulan Medan "

Penelitian ini tujuannya adalah untuk mengetahui Penerapan Aromaterapi Lavender Dengan Menghirup Dan Massage pada lansia insomnia.

Dalam penelitian ini siswa akan ditanyai menggunakan lembar pertanyaan (wawancara) lembar observasi berupa pengukuran *Pittsburg Sleep Quality Index* . Saya berharap bantuannya untuk mau menjawab pertanyaan dengan baik sesuai dengan kejadian yang pernah dialami, bila mau menjadi peserta penelitian, saya memohon ketersediannya untuk menandatangani Surat Pernyataan Kesediaan menjadi Subjek Penelitian. Atas ketersediannya saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya

Tazkiatur Rahmi

LAMPIRAN 2 Lembar Persetujuan Responden

Informed Consert

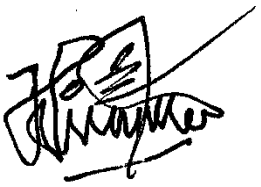
Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. H

Umur : 64 tahun

Setelah membaca dengan seksama, mengerti dan memahami penjelasan informasi yang diberikakan dari peneliti, maka saya bersedia ikut berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Tazkiatur Rahmi dengan judul **"Penerapan Aromaterapi Lavender Dengan Cara Menghirup Dan Massage Pada Lansia Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Di Puskesmas Padang Bulan Medan"**. Saya bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian sesuai dengan kondisi yang sesungguhnya. Demikianlah pernyataan persetujuan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak sedang dalam keadaan paksaan siapapun serta untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Responden



(Ny. H)

Informed Consert

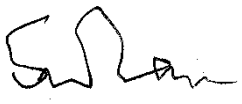
Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. S

Umur : 65 tahun

Setelah membaca dengan seksama, mengerti dan memahami penjelasan informasi yang diberikakan dari peneliti, maka saya bersedia ikut berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Tazkiatur Rahmi dengan judul **"Penerapan Aromaterapi Lavender Dengan Cara Menghirup Dan Massage Pada Lansia Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Di Puskesmas Padang Bulan Medan"**. Saya bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian sesuai dengan kondisi yang sesungguhnya. Demikianlah pernyataan persetujuan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak sedang dalam keadaan paksaan siapapun serta untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Responden



(Ny. S)

Kemenkes Poltekkes Medan	**SOP PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER DENGAN MENGHIRUP**
Definisi	Aromaterapi lavender merupakan praktek terapi menggunakan minyak atsiri yang diekstral dari tanaman, pohon dan bunga. Lavender punya efek menenangkan, memberikan keseimbangan, rasa nyaman rasa keterbukaan dan keyakinan. Selain itu juga dapat mengurangi rasa tertekan, stress, emosi yang tidak seimbang, histeria, rasa frustasi dan kepanikan serta bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri dan dapat memberikan efek relaksasi.
Tujuan	ngkatkan kesehatan fisik, emosi, dan spiritual runkan nyeri dan kecemasan buat tubuh menjadi lebih rileks berikan efek stimulasi berikan sensasi yang menenangkan diri, otak dan keseimbangan stress yang dirasakan. sasi pada pikiran dan fisik sehingga dapat menurunkan rasa nyeri.
Alat dan bahan	at dan lingkungan yang nyaman sial oil lavender kassa
Langkah – Langkah	berikan salam dan memperkenalkan diri pada pasien elaskan tujuan pemberian aromaterapi lavender posisi pasien senyaman mungkin dan pastikan posisi pasien nyaman dan rileks

	kan essensial lavender sebanyak 2-3 tetes pada kain/sapu tangan kan pasien untuk menghirup aromaterapi selama 1-2 menit h selesai rapikan alat dan mengatur posisi nyaman untuk pasien
Referensi	*Maharianingsih, N. M., Iryaningrat, A. . S. I., & Brata Putri, D. W. (2020). Administered of Lavender (Lavandula Angustifolia) Aromatherapy To Improve Sleep Quality for the Elderly. Ad-Dawaa' Journal of Pharmaceutical Sciences, 3(2), 72–81.*

Kemenkes Poltekkes Medan	**SOP PENERAPAN MASSAGE AROMATERAPI LAVENDER**
Definisi	Massage aromaterapi: Teknik pemijatan dengan menggunakan minyak essensial lavender yang memiliki efek relaksasi. Minyak Esensial Lavender: Minyak dari tanaman lavender yang dikenal memberi manfaat menenangkan dan meningkatkan kualitas tidur.
Tujuan	Memberikan terapi pijat aromaterapi dengan minyak esensial lavender pada lansia guna meningkatkan kualitas tidur mereka.
Alat dan bahan	1. Minyak esensial lavender (diencerkan dengan minyak pembawaa seperti minyak zaitun atau minyak kelapa). 2. Tempat dan lingkungan yang nyaman.
Langkah – Langkah	1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri pada pasien 2. Menjelaskan tujuan massage aromaterapi lavender 3. Atur posisi pasien senyaman mungkin dan pastikan posisi pasien nyaman dan rileks 4. Oleskan minyak essential yang telah diencerkan lavender yang telah diencerkan dengan minyak pembawa ke telapak tangan 5. Mulai pijatan dengan gerakan lembut dan perlahan dari betis kaki, tumit hingga telapak dan jari-jari kaki 6. Gunakan teknik memutar dan mengusap secara perlahan untuk meningkatkan relaksasi. 7. Lakukan pemijatan selama 15 menit 8. Biarkan lansia beristirahat setelah pijatan tanpa langsung melakukan aktifitas berat.

Referensi	*Puspawati, N. L. P. D., Ari Santi, N. K., & Saraswati, N. L. G. I. (2021). The Effect Of Foot Massage With Lavender Essential Oil On The Sleep Quality Of The Elderly In Banjar Gelumpang, Sukawati Village. Basic And Applied Nursing Research Journal, 2(2), 47–51. Https://Doi.Org/10.11594/Banrj.02.02.03*

LAMPIRAN 4 Lembar Obsevasi Aromaterapi

Lembar Obeservasi Aromaterapi Lavender Dengan Cara Menghirup

Nama **:** Ny. H

Alamat **:** Jl. Bahagia Gg. Pelita No. 49

Jenis Kelamin **:** Perempuan

Umur **:** 64 tahun

Hari/Tanggal	Pertanyaan	Sebelum dilakukan tindakan
	Bagaimana kualitas tidur secara keseluruhan?	0 : sangat baik ☐ 1 : baik ☐ 2 : kurang ☐ 3 : sangat kurang ☐
	Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk tertidur di malam?	0 : sangat baik (<15 mnt) ☐ 1 : baik (16-30 mnt) ☐ 2 : kurang (31-60 mnt) ☐ 3 : sangat kurang (>60 mnt) ☐
	Berapa lama anda tidur dimalam hari?	0 : sangat baik (> 7 jam) ☐ 1 : baik (6-7 jam) ☐ 2 : kurang (5-6 jam) ☐ 3 : sangat kurang (< 5 jam) ☐
	Efisiensi tidur (jam tidur/wakti ditempat tidur) × 100%	0 = ≥85% ☐ 1 = 75–84% ☐ 2 = 65–74% ☐ 3 = <65% ☐
	Adakah gangguan tidur? Seperti terbangun tengah malam atau bangun terlalu pagi.	0 : tidak ada gangguan ☐ 1 : sedikit gangguan ☐ 2 : gangguan sedang ☐ 3 : gangguan berat ☐
	Apakah anda menggunakan obat tidur?	0 : tidak pernah ☐ 1 : kadang ☐ 2 : sering ☐ 3 : sangat sering ☐
	Apakah anda sering merasa ngantuk saat melakukan aktivitas sehari-hari?	0 : tidak ada gangguan ☐ 1 : sedikit gangguan ☐ 2 : gangguan sedang ☐ 3 : gangguan berat ☐

Lembar Obeservasi Aromaterapi Lavender Dengan Cara Massage

Nama **:** Ny. S

Alamat **:** Jl. Pasar VII Padang Bulan No. 56

Jenis Kelamin **:** Perempuan

Umur **:** 65 tahun

Hari/Tanggal	Pertanyaan	Sebelum dilakukan tindakan
	Bagaimana kualitas tidur secara keseluruhan?	0 : sangat baik ☐ 1 : baik ☐ 2 : kurang ☐ 3 : sangat kurang ☐
	Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk tertidur di malam?	0 : sangat baik (<15 mnt) ☐ 1 : baik (16-30 mnt) ☐ 2 : kurang (31-60 mnt) ☐ 3 : sangat kurang (>60 mnt) ☐
	Berapa lama anda tidur dimalam hari?	0 : sangat baik (> 7 jam) ☐ 1 : baik (6-7 jam) ☐ 2 : kurang (5-6 jam) ☐ 3 : sangat kurang (< 5 jam) ☐
	Efisiensi tidur (jam tidur/wakti ditempat tidur) × 100%	0 = ≥85% ☐ 1 = 75–84% ☐ 2 = 65–74% ☐ 3 = <65% ☐
	Adakah gangguan tidur? Seperti terbangun tengah malam atau bangun terlalu pagi.	0 : tidak ada gangguan ☐ 1 : sedikit gangguan ☐ 2 : gangguan sedang ☐ 3 : gangguan berat ☐
	Apakah anda menggunakan obat tidur?	0 : tidak pernah ☐ 1 : kadang ☐ 2 : sering ☐ 3 : sangat sering ☐
	Apakah anda sering merasa ngantuk saat melakukan aktivitas sehari-hari?	0 : tidak ada gangguan ☐ 1 : sedikit gangguan ☐ 2 : gangguan sedang ☐ 3 : gangguan berat ☐

Lampiran 5 Lembar Obsevasi Kualitas Tidur

Nama Peneliti :

Nama Responden :

Tempat Penelitian :

Hari/Tanggal	Pertanyaan	Sebelum dilakukan tindakan
	Bagaimana kualitas tidur secara keseluruhan?	0 : sangat baik ☐ 1 : baik ☐ 2 : kurang ☐ 3 : sangat kurang ☐
	Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk tertidur di malam?	0 : sangat baik (<15 mnt) ☐ 1 : baik (16-30 mnt) ☐ 2 : kurang (31-60 mnt) ☐ 3 : sangat kurang (>60 mnt) ☐
	Berapa lama anda tidur dimalam hari?	0 : sangat baik (> 7 jam) ☐ 1 : baik (6-7 jam) ☐ 2 : kurang (5-6 jam) ☐ 3 : sangat kurang (< 5 jam) ☐
	Efisiensi tidur (jam tidur/wakti ditempat tidur) × 100%	0 = ≥85% ☐ 1 = 75–84% ☐ 2 = 65–74% ☐ 3 = <65% ☐
	Adakah gangguan tidur? Seperti terbangun tengah malam atau bangun terlalu pagi.	0 : tidak ada gangguan ☐ 1 : sedikit gangguan ☐ 2 : gangguan sedang ☐ 3 : gangguan berat ☐
	Apakah anda menggunakan obat tidur?	0 : tidak pernah ☐ 1 : kadang ☐ 2 : sering ☐ 3 : sangat sering ☐
	Apakah anda sering merasa ngantuk saat melakukan aktivitas sehari-hari?	0 : tidak ada gangguan ☐ 1 : sedikit gangguan ☐ 2 : gangguan sedang ☐ 3 : gangguan berat ☐

Pertanyaan PSQI

1. Jam berapa biasanya mulai tidur?
2. Berapa lama biasanya baru tertidur setiap malam?
3. Jam berapa biasanya bangun pagi?
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari?
5. Adakah gangguan saat tidur?
   Seperti terbangun Tengah malam atau terlalu dini
6. Apakah anda menggunakan obat tidur?
7. Seberapa sering anda mengantuk Ketika melakukan aktivitas disiang hari?

Interpretasi Skor:

- 0-5: Kualitas tidur baik.
- 6-7: Kualitas tidur ringan.
- 8-14: Kualitas tidur sedang.
- 15-21: Kualitas tidur buruk.

Lampiran 6 Pengajuan Judul

PENGAJUAN JUDUL TUGAS AKHIR

NAMA MAHASISWA : TAZKIATUR RAHMI

NIM : P07520122080

PEMINATAN : KEPERAWATAN GERONTIK

NAMA PEMBIMBING : SURITA GINTING, SKM., M.Kes

NO	JUDUL YANG DIAJUKAN	JUMLAH JURNAL NASIONAL DAN INTERNASIONAL
1.	Penerapan Aromaterapi Lavender dengan Cara Menghirup dan massage pada Lansia Insomnia untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di Puskesmas Padang Bulan	8 Nasional 2 Internasional Acc
2.	penerapan terapi musik klasik terhadap kualitas tidur pada lansia pasien insomnia di puskesmas padang bulan	8 Nasional 2 Internasional
3.	penerapan terapi accupresure dalam mengatasi gangguan pola tidur pada lansia pasien insomnia di puskesmas padang bulan	8 Nasional 2 Internasional

JUDUL TUGAS AKHIR

NO	JUDUL YANG DISETUJUI
1.	Penerapan Aromaterapi Lavender dengan Cara Menghirup dan massage pada Lansia Insomnia untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di Puskesmas Padang Bulan

MEDAN, November 2024

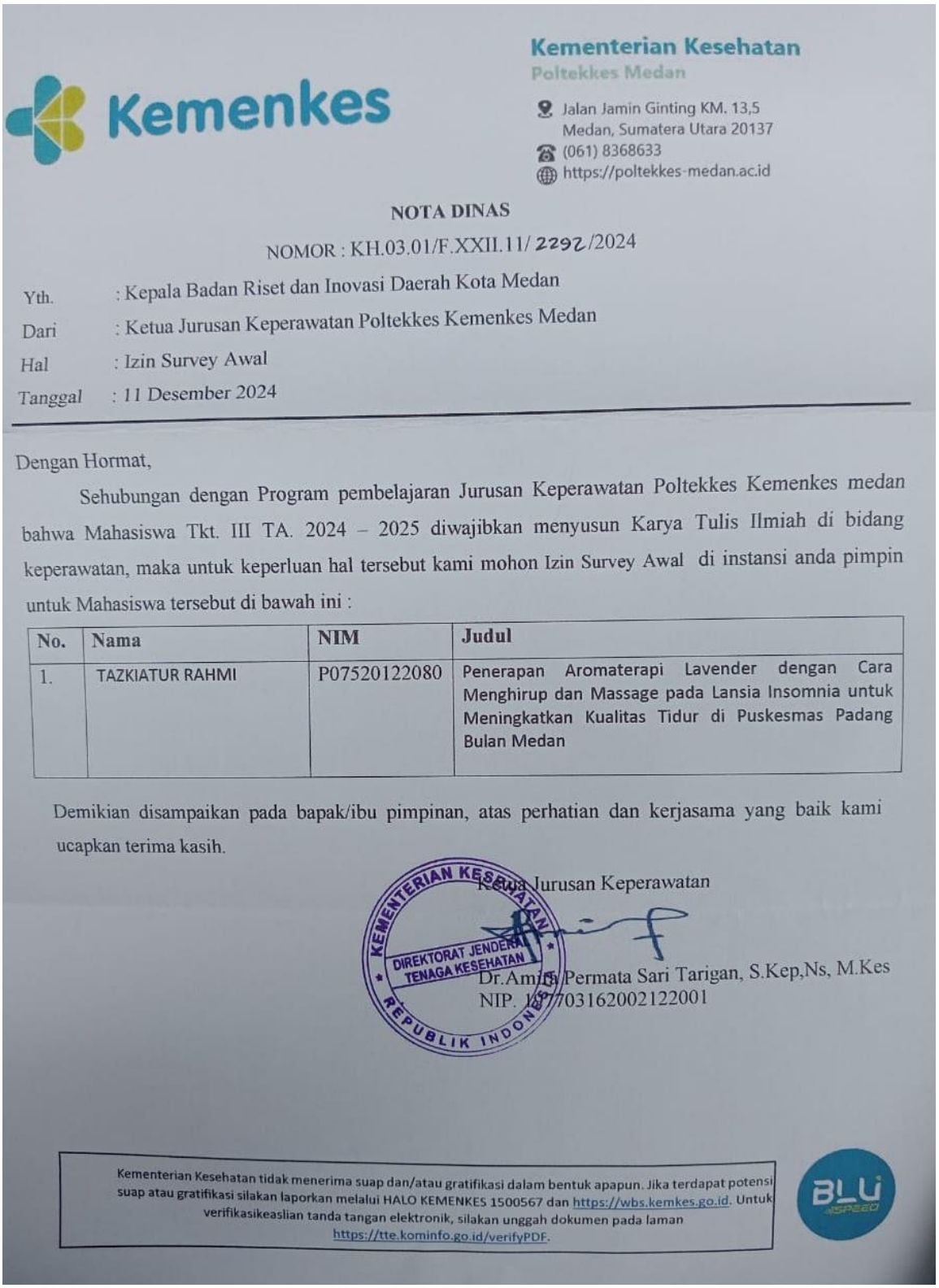
KA. PRODI D-III KEPERAWATAN

(MASNILA, S.KEP, NS, M.PD)
NIP. 197011301993032013

DOSEN PEMBIMBING

(SURITA GINTING, SKM,. M.Kes)
NIP.196105202000032001

Lampiran 7 Surat Survey Awal



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 2292 /2024

Yth. : Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Survey Awal
Tanggal : 11 Desember 2024

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	TAZKIATUR RAHMI	P07520122080	Penerapan Aromaterapi Lavender dengan Cara Menghirup dan Massage pada Lansia Insomnia untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di Puskesmas Padang Bulan Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

Dr.Amiin Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 19770316200212200 1

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 verifikasikeaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

PEMERINTAH KOTA MEDAN
BADAN RISET DAN INOVASI DAERAH
Jalan Jenderal Besar A. H. Nasution Nomor 32, Medan Johor, Medan Sumatera Utara 20143.
Telepon (061) 7873439 Faksimile (061) 7873314
Laman brida.medan.go.id, Pos-el brida@medan.go.id

SURAT KETERANGAN PRA RISET

Nomor : 000.9/3189

DASAR : 1. Peraturan Daerah Kota Medan Nomor : 8 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kota Medan Nomor 15 Tahun 2016 Tentang Pembentukan Perangkat Daerah Kota Medan.

2. Peraturan Walikota Medan Nomor : 97 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kota Medan.

MENIMBANG : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan Nomor KH.03.01 /F.XXII.11/2292/2024 Tanggal 11 Desember 2024 Perihal Izin Survey Awal .

NAMA	:	**Tazkiatur Rahmi**
NIM	:	P07520122080
JURUSAN	:	Keperawatan
JUDUL	:	**"Penerapan Aromaterapi Lavender Dengan Cara Menghirup dan Massage Pada Lansia Dengan Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di Puskesmas Padang Bulan Medan "**
LOKASI	:	1. Dinas Kesehatan Kota Medan 2. UPT Puskesmas Padang Bulan Kota Medan
LAMANYA	:	1 (satu) Bulan
PENANGGUNG JAWAB	:	Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan

Melakukan Pra Riset, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan Pra Riset terlebih dahulu harus melapor kepada pimpinan Perangkat Daerah lokasi Yang ditetapkan.
2. Mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di lokasi Pra Riset .
3. Tidak dibenarkan melakukan Pra Riset atau aktivitas lain di luar lokasi yang telah ditetapkan.
4. **Hasil Laporan Pra Riset diserahkan kepada Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan selambat lambatnya 2 (dua) bulan setelah Pra Riset dalam bentuk *softcopy* atau melalui Email (brida@medan.go.id).**
5. Surat Keterangan Pra Riset dinyatakan batal apabila pemegang surat keterangan tidak mengindahkan ketentuan atau peraturan yang berlaku pada Pemerintah Kota Medan.
6. Surat Keterangan Pra Riset ini berlaku sejak tanggal dikeluarkan.

Demikian Surat ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Medan
Pada Tanggal : 27 Desember 2024

Ditandatangani secara elektronik oleh :
Kepala Badan
Riset dan Inovasi Daerah,

Mansursyah, S, Sos, M. AP
Pembina Tk. I (IVb)
NIP 196805091989091001

Tembusan :
1. Wali Kota Medan
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan
3. Camat Medan Baru Kota Medan
4. Kepala UPT Puskesmas Padang Bulan Kota Medan
5. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan .

Balai Besar Sertifikasi
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetakannya merupakan alat bukti hukum yang sah

LAMPIRAN 8 Surat Balasan Survey Awal

PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS KESEHATAN
Jalan Rotan Komplek Petisah Nomor 1, Medan Petisah,
Medan, Sumatera Utara, Medan 20112,
Laman dinkes.medan.go.id, Pos-el dinkes@medan.go.id

Nomor : 000/0532 — 14 Januari 2025
Sifat : Biasa
Lampiran : Satu Berkas
Hal : Izin Pra Penelitian

Yth.
1.Kepala Bidang Kesmas
2.Kepala Puskesmas Padang Bulan Medan
di
Tempat

Sehubungan dengan Surat dari Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan 000.9/3189 Tanggal 27 Desember 2024 Perihal Tentang Permohonan Izin Pra Penelitian di Kota Medan. Mahasiswa Keperawatan Poltekkes Medan sebagai berikut :

Nama : Tazkiatur rahmi
NIM : P07520122080
Judul : Penerapan aroma therapi lavender dengan cara menghirup dan massage pada lansia Dengan insomnia untuk meningkatkan kualitas tidur di Puskesmas Padang Bulan Medan

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa kami :

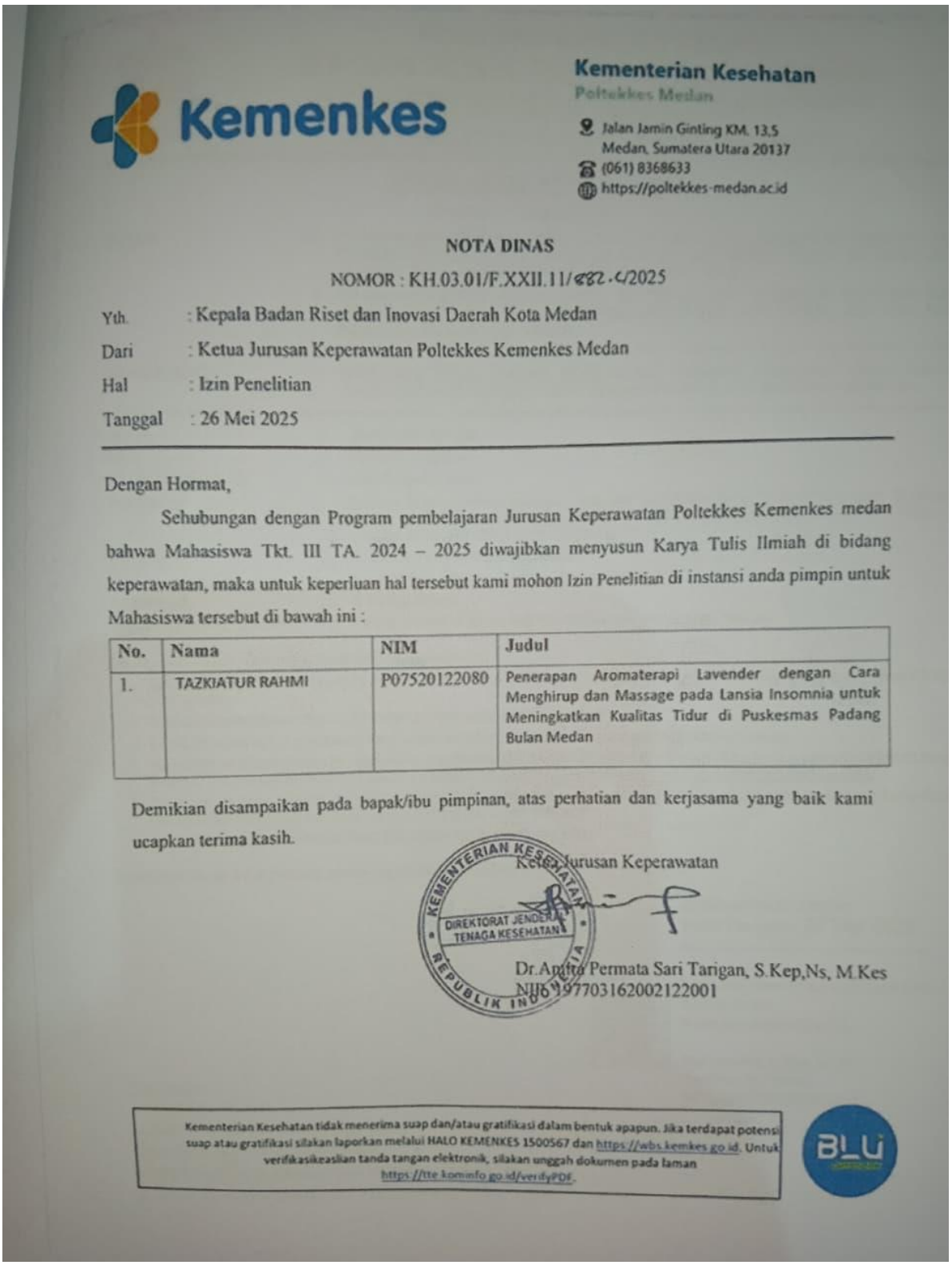
1. Dapat Menyetujui kegiatan Izin Pra Penelitian yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat penelitian membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat Keterangan ini hanya berlaku 1 (Satu) Bulan sejak di tandatangani .

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Balai Besar Sertifikasi Elektronik

Yuda Prabwi Sebawan, S.STP, M.SP
Pembina Tk. I (IV/b)
NIP 198204072000121003

LAMPIRAN 9 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/882.4/2025

Yth. : Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Penelitian
Tanggal : 26 Mei 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	TAZKIATUR RAHMI	P07520122080	Penerapan Aromaterapi Lavender dengan Cara Menghirup dan Massage pada Lansia Insomnia untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di Puskesmas Padang Bulan Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

Dr. Anita Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

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 verifikasikeaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

BLU

PEMERINTAH KOTA MEDAN
BADAN RISET DAN INOVASI DAERAH
Jalan Jenderal Besar A. H. Nasution Nomor 32 Medan Kode Pos 20143
Telepon (061) 7873439 Faksimile (061) 7873314
Laman https://brida.medan.go.id, Pos-el brida@medan.go.id

SURAT KETERANGAN RISET

Nomor : 000.9/2227

DASAR : 1. Peraturan Daerah Kota Medan Nomor : 8 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kota Medan Nomor 15 Tahun 2016 Tentang Pembentukan Perangkat Daerah Kota Medan.
2. Peraturan Walikota Medan Nomor : 97 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kota Medan.

MENIMBANG : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan Nomor KH.03.01/F.XXII.11/882.C/2025 Tanggal 26 Mei 2025 Perihal Izin Penelitian .

NAMA	:	**Tazkiatur Rahmi**
NIM	:	P07520122080
PROGRAM STUDI	:	DIII Keperawatan
JUDUL	:	**"Penerapan Aromaterapi Lavender dengan Cara Menghirup dan Massage pada Lansia dengan Insomnia untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di Puskesmas Padang Bulan Medan "**
LOKASI	:	1. Dinas Kesehatan Kota Medan 2. UPT Puskesmas Padang Bulan Kota Medan
LAMANYA	:	1 (satu) Bulan
PENANGGUNG JAWAB	:	Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan

Melakukan Riset, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan Riset terlebih dahulu harus melapor kepada pimpinan Perangkat Daerah lokasi Yang ditetapkan.
2. Mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di lokasi Riset .
3. Tidak dibenarkan melakukan Riset atau aktivitas lain di luar lokasi yang telah ditetapkan.
4. **Hasil Riset diserahkan kepada Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan selambat lambatnya 2 (dua) bulan setelah Riset dalam bentuk *softcopy* atau melalui Email (brida@medan.go.id).**
5. Surat Keterangan Riset dinyatakan batal apabila pemegang surat keterangan tidak mengindahkan ketentuan atau peraturan yang berlaku pada Pemerintah Kota Medan.
6. Surat Keterangan Riset ini berlaku sejak tanggal dikeluarkan.

Demikian Surat ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Medan
Pada Tanggal : 27 Mei 2025

Ditandatangani secara elektronik oleh :
Kepala Badan
Riset dan Inovasi Daerah,

Mansursyah, S, Sos, M. AP
Pembina Tk. I (IVb)
NIP 196805091989091001

Tembusan :
1. Wali Kota Medan.
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan.
3. Camat Medan Baru Kota Medan.
4. Kepala UPT Puskesmas Padang Bulan Kota Medan.
5. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan .

Balai Besar Sertifikasi Elektronik
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik, menggunakan **sertifikat elektronik** yang diterbitkan **BSrE**
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 *"Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetakannya merupakan alat bukti hukum yang sah."*

LAMPIRAN 10 Surat Balasan penelitian

EMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS KESEHATAN
Jalan Rotan Komplek Petisah Nomor 1, Medan Petisah,
Medan, Sumatera Utara, Medan 20112,
Laman dinkes.medan.go.id, Pos-el dinkes@medan.go.id

Nomor : 000/7728
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : Izin Penelitian

04 Juni 2025

Yth
1.Ka Bidang KESMAS
2.Ka Puskesmas Padang Bulan
di
Tempat

Sehubungan dengan Surat dari Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan Nomor 000.9/2227 Tanggal 27 Mei 2025 Perihal Permohonan Izin Penelitian di Kota Medan.Mahasiswa Fakultas Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan sebagai berikut :

Nama : Tazkiatur Rahmi
NIM : P07520122080
Judul : Penerapan Aromaterapi Lavender dengan Cara Menghirup dan Massage Pada Lansia dengan Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di Puskesmas Padang Bulan Medan

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :
1. Dapat menyetujui kegiatan izin penelitian yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2.Tempat penelitian membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak Bertentangan dengan peraturan yang berlaku

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Ditandatangani secara elektronik oleh :
Kepala Dinas Kesehatan,

Yuda Pratiwi Setiawan, S.STP, M.SP
Pembina Tk. I (IVb)
NIP 198204072000121003

Balai Besar Sertifikasi Elektronik
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik, menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "*Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetakannya merupakan alat bukti hukum yang sah.*"

LAMPIRAN 11 Surat Kelayakan Etik Penelitian

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.01.26.1911/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : TAZKIATUR RAHMI
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES MEDAN
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Penerapan Aromaterapi Lavender Dengan Cara Menghirup Dan Massage Pada Lansia Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Di Puskesmas Padaang Bulan Medan"

"Application of Lavender Aromatherapy by Inhalation and Massage on Elderly with Insomnia to Improve Sleep Quality at Padang Bulan Health Center, Medan"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 02 September 2025 sampai dengan tanggal 02 September 2026.

This declaration of ethics applies during the period September 02, 2025 until September 02, 2026.

September 02, 2025
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

00169/EA/2025/0159231271

7 STANDAR
NOMOR PROTOKOL : 01592312711111120250603000054

	7-STANDAR KELAIKAN ETIK PENELITIAN	PENELAAH

LAMPIRAN 12

DOKUMENTASI KASUS 1

DOKUMENTASI KASUS 2

LAMPIRAN 13 Lembar Bimbingan Konseling

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : **Penerapan Aromaterapi Lavender Dengan Cara Menghirup dan Massage Pada Lansia Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Di wilayah Kerja Puskesmas padang Bulan Medan**

Nama Mahasiswa : **Tazkiatur Rahmi**

Nomor Induk Mahasiswa : **P07520122080**

Nama Pembimbing : **Surita Br Ginting SKM, M.Kes**

NO	TGL	MATERI DIKONSULKAN	PARAF	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama
1	18 November 2024	Bimbingan Pengajuan Judul		
2	29 November 2024	ACC Judul		
3	09 Desember 2024	Bimbingan telaah jurnal		
4	16 Desember 2024	Bimbingan BAB I		
5	15 Januari 2025	Bimbingan Revisi BAB I		
6	31 Januari 2025	Bimbingan Revisi BAB I		
7	10 Februari 2025	Bimbingan Revisi BAB I		
8	11 Februari 2025	Bimbingan BAB II		
9	18 Februari 2025	Bimbingan Revisi BAB II		

10	**20 Februari 2025**	**Bimbingan Revisi BAB II**		
11	**24 Februari 2025**	**Bimbingan BAB III**		
12	**26 Februari 2025**	**Bimbingan Revisi BAB III**		
13	**03 Maret 2025**	**Bimbingan Revisi BAB III**		
14	**01 Juli 2025**	**Bimbingan BAB IV dan BAB V**		
15	**03 Juli 2025**	**Bimbingan Revisi BAB IV dan BAB V**		
16	**04 Juli 2025**	**Bimbingan Revisi BAB IV dan BAB V**		

Medan, 2025

Mengetahui

Ketua Prodi DIII

Masnila Siregar S. Kep, Ns, M.Pd

197011301993032201 3

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : **Penerapan Aromaterapi Lavender Dengan Cara Menghirup dan Massage Pada Lansia Insomnia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Di wilayah Kerja Puskesmas padang Bulan Medan**

Nama Mahasiswa : **Tazkiatur Rahmi**

Nomor Induk Mahasiswa : **P07520122080**

Nama Pembimbing : **Afniwati, S.Kep,Ns,M.Kes**

NO	TGL	MATERI DIKONSULKAN	PARAF	
			Mahasiswa	Pembimbing Pendamping
1	10 Februari 2025	Bimbingan BAB I		
2	11 Februari 2025	Bimbingan revisi BAB I		
3	21 Februari 2025	Bimbingan BAB II		
4	22 Februari 2025	Bimbingan revisi BAB II		
5	04 Maret 2025	bimbingan BAB III		
6	06 Maret 2025	Bimbingan revisi BAB III		
7	08 Maret 2025	Bimbingan revisi BAB III		
8	06 Juli 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V		
9				
10				

Medan, 2025

Mengetahui

Ketua Prodi DIII

Masnila Siregar S. Kep, Ns, M.Pd

19701130199303220 13