

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLTEKKES TANJUNGPINANG

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.023/KEPK-TJK/II/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : PUPUNG SUSILAWATI
Principal In Investigator

Nama Institusi : PRODI SARJANA TERAPAN
KEBIDANAN METRO POLTEKKES
TANJUNG KARANG

Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"PENGARUH AKUPRESUR HEART 7 SHENMEN DAN AROMATERAPI MAWAR DALAM
MENGATASI INSOMNIA PADA WANITA PERIMENOPAUSE DI WILAYAH KERJA UPT
PUSKESMAS BUAY NYERUPA"**

*"THE EFFECT OF HEART 7 SHENMEN ACUPRESSURE AND ROSE AROMATERAPY IN
OVERCOMING INSOMNIA IN PERIMENOPAUSE WOMEN IN THE WORKING AREA OF
PUSKESMAS BUAY NYERUPA"*

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 Consent, 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 09 Februari 2021 sampai dengan tanggal 09 Februari 2022.

This declaration of ethics applies during the period February 09, 2021 until February 09, 2022.

February 09, 2021
Professor and Chairperson,


Dr. Aprina, S.Kp., M.Kes



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR**

Jl. Soekarno – Hatta No. 6 Bandar Lampung

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id> E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id



Nomor : UM.01.01/II.2.5/320.1/2020
Lampiran : -
Perihal : Pengantar Studi Pendahuluan Proposal Penelitian/
Survey Data oleh Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan
Kebidanan Metro An. Pupung Susilawati – dkk

Yang terhormat,
Kepala Dinas Kesehatan Lampung Barat

di-

LIWA

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya Studi Pendahuluan Proposal Penelitian oleh Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Metro Poltekkes Tanjungkarang Tahun Akademik 2020/2021, maka dengan ini kami kirimkan Nama-nama Mahasiswa dan Judul Proposal Penelitian untuk melaksanakan Studi Pendahuluan / Survey Data Penelitian sebagai bahan Penyusunan Skripsi Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Metro Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Tahun Akademik 2020/2021 (sebagaimana terlampir).

Demikian, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Dikeluarkan di : Metro
Pada Tanggal : 18 September 2020

An. Direktur Poltekkes Tanjungkarang
Ketua Prodi D-IV Kebidanan Metro,



MARTINI FAIRUS, S.Kep.Ns., M.Sc.
NIP. 197008021990032002

Tembusan disampaikan Kepada Yth.:

1. Direktur Poltekkes Tanjungkarang di **Bandar Lampung**
2. Ketua Jurusan Kebidanan Tanjungkarang di **Bandar Lampung**



PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG BARAT
DINAS KESEHATAN

Jl. Mawar No. 4 Way Mengaku Telp. (0728) 21118, Fax. (0728) 21836
LIWA - 34811

Liwa, 20 Oktober 2020

Nomor : 800/3389/ III.02/ 2020
Lampiran : 1 (satu) bundel
Perihal : Studi Pendahuluan Proposal Penelitian

Kepada Yth.
Kepala Puskesmas

1. Liwa
2. Buay Nyerupa

di

tempat

Sehubungan dengan surat Direktur Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Nomor : UM.01.01/II.2.5/320.1/2020 perihal Pengantar Studi Pendahuluan Proposal Penelitian/ Survey Data oleh Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Metro An. Pupung Susilawati-dkk (terlampir), mohon bantuan fasilitasi kebutuhan data yang diperlukan mahasiswa tersebut.

Demikian, atas kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Kepala Dinas Kesehatan
Kabupaten Lampung Barat



PALJO, SKM, M.Kes.
NIP. 196409021988031006



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUN



Jalan Soekarno - Hatta No. 6 Bandar Lampung
Telp : 0721 - 783 852 Faxsimile : 0721 - 773 918

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id> E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.c.id

19 Februari 2021

Nomor : PP.03.01/I.1/1009/2021
Lampiran : Eks
Hal : Izin Penelitian

Yang terhormat:
Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Satu Pintu Provinsi Lampung

Di -
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan skripsi bagi mahasiswa Program Studi Kebidanan Metro Program Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang Tahun Akademik 2020/2021, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Sebagai bahan pertimbangan bersama ini kami lampirkan nama mahasiswa dan institusi yang terkait dengan proposal penelitian.

NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
Pupung Susilawati NIM: 1715371042	Pengaruh akupresur heart 7 shenmen dan aromaterapi mawar dalam mengatasi insomnia pada wanita perimenopause	Wilayah kerja UPT PKM Buay Nyerupa

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Tembusan :
1. Ka. Jurusan Kebidanan
2. Kesbangpol Kabupaten Lampung Barat



PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG BARAT
KANTOR KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jl. Tulip No. 2 Way Mengaku Liwa 34812
Telp/Fax (0728) 21164

REKOMENDASI PENELITIAN/SURVEI

Nomor : 070/ 231 /IV.06/2021

Dasar :

1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 Tentang Perubahan atas Permendagri Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
2. Peraturan Daerah Kabupaten Lampung Barat Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Organisasi Perangkat Daerah Kabupaten Lampung Barat.
4. Surat Permohonan Dari Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Nomor: PP.03.01/I.1/1009/2021 Perihal Permohonan Izin Riset.

DENGAN INI MEMBERI REKOMENDASI KEPADA :

- Nama/NPM : **Pupung Susilawati/1715371042**
Pekerjaan : **Mahasiswa**
Untuk tujuan : **Melaksanakan Penelitian dalam rangka Penyusunan Skripsi dengan judul "*Pengaruh Akupresur Heart 7 Shenmen dan Aromaterapi Mawar Dalam Mengatasi Insomnia Pada Wanita Perimenopause*"**
- Lokasi : **Wilayah Kerja UPT Puskesmas Buay Nyerupa**
Penanggung Jawab : **Direktur Politeknik Kesehatan Tanjungkarang**
- Catatan :
 1. Surat Rekomendasi ini diterbitkan untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan.
 2. Tidak dibenarkan melakukan penelitian/survei yang tidak sesuai/tidak ada kaitannya dengan judul penelitian tersebut di atas.
 3. Setelah selesai melaksanakan kegiatan agar melaporkan hasilnya secara tertulis kepada Bupati Lampung Barat melalui Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Lampung Barat.

Dikeluarkan di : **Liwa**
Pada Tanggal : **07 Mei 2021**

An. KEPALA KANTOR KESBANG DAN POLITIK
KABUPATEN LAMPUNG BARAT,
KANTOR KESATUAN BANGSA





PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG BARAT
DINAS KESEHATAN

Jalan Mawar nomor 4 Way Mengaku Liwa 34813
Telepon (0728) 21118, Faksimile (0728) 21836

Liwa, 09 Mei 2021

Nomor : 800/ 885 / III.02/ 2021
Lampiran : tiga lembar
Hal : Pengantar Izin Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala UPT Puskesmas Buay Nyerupa
Kabupaten Lampung Barat
di
tempat

Berdasarkan Surat Direktur Politeknik Kesehatan Tanjung Karang Nomor : PP.03.01/I.1/1009/2021 tanggal 19 Februari 2021 dan Rekomendasi Penelitian/Survei dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Lampung Barat Nomor : 070/231/IV.06/2021, dengan ini kami sampaikan bahwa mahasiswa :

Nama : Pupung Susilawati
NIM : 1715371042
Institusi Pendidikan : Politeknik Kesehatan Tanjung Karang
Lokasi penelitian : Wilayah Kerja UPT Puskesmas Buay Nyerupa
Waktu penelitian : Bulan Mei tahun 2021

Mohon bantuan untuk difasilitasi sesuai dengan kegiatan Puskesmas.

Demikian surat ini kami buat, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Liwa, Mei 2021
Kepala Dinas Kesehatan
Kabupaten Lampung Barat



Dr. Widyatmoko Kurniawan, Sp.B.
NIP. 19700626 200501 1 007



PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG BARAT
DINAS KESEHATAN

Jalan Mawar nomor 4 Way Mengaku, Liwa 34811
Telepon (0728) 21118, Faksimile (0728) 21836

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 800/ 886 /III.02/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : dr. Widyatmoko Kurniawan, Sp.B.
NIP : 19700626 200501 1 007
Pangkat/Gol : Pembina Tingkat I/IV.b
Jabatan : Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Barat
Unit Kerja : Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Barat

Dengan ini memberikan Rekomendasi Penelitian kepada :

Nama : Pupung Susilawati
NIM : 1715371042
Asal Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Tanjung Karang
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Terapan
Jurusan Kebidanan
Judul Penelitian : Pengaruh akupresur *heart 7* shenmen dan aromaterapi mawar dalam mengatasi insomnia pada wanita perimenopause
Lokasi Penelitian : Wilayah Kerja UPT Puskesmas Buay Nyerupa
Waktu Penelitian : Bulan Mei tahun 2021

Demikian rekomendasi ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Liwa, 03 Mei 2021
Kepala Dinas Kesehatan
Kabupaten Lampung Barat


dr. Widyatmoko Kurniawan, Sp.B.
NIP 19700626 200501 1 007

**FORMULIR PERSETUJUAN RESPONDEN
(INFORM CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Saya menyatakan (Bersedia / Tidak Bersedia*) diikutsertakan dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Akupresur Heart 7 Shenmen dan Aromaterapi Mawar Terhadap Skor Insomnia pada Wanita Perimenopause di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Buay Nyerupa Tahun 2021”. Saya percaya apa yang saya sampaikan ini dijamin kerahasiannya.

Buay Nyerupa, 2021

Responden

*) *Coret yang tidak perlu*

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Umur :

Agama :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Status Perkawinan :

KUESIONER KSPBJ INSOMNIA RATING SCALE

Berikan tanda (✓) pada kotak yang disediakan sesuai dengan yang anda rasakan!

1. Berapa lama waktu yang anda gunakan dalam sehari untuk tidur?
 - (0) Lebih dari 6,5 jam
 - (1) Antara 5,5 jam – 6,5jam
 - (2) Antara 4,5 jam– 5,5jam
 - (3) kurang dari 4 jam
2. Seberapa sering anda bermimpi saat tidur?
 - (0) Tidak pernah bermimpi
 - (1) Terkadang mimpi menyenangkan kadang mimpi biasa saja
 - (2) Selalu bermimpi
 - (3) Mimpi buruk
3. Bagaimana kualitas tidur anda?
 - (0) Tidur lelap dan susah untuk terbangun
 - (1) Tidur cukup baik, sulit untuk terbangun
 - (2) Tidur cukup baik, mudah untuk terbangun
 - (3) Tidur yang dangkal, mudah untuk terbangun
4. Berapa lama waktu yang anda habiskan untuk memulai tidur?
 - (0) Kurang dari 5 menit
 - (1) Antara 6-15 menit
 - (2) Antara 16-29 menit
 - (3) Antara 30-44 menit
 - (4) Antara 45-60 menit
 - (5) Lebih dari 1 jam

5. Berapa kali anda terbangun di malam hari?
 - (0) Tidak terbangun sama sekali
 - (1) 1 atau 2 kali terbangun
 - (2) 3-4 kali terbangun
 - (3) Lebih dari 4 kali terbangun
6. Berapa lama waktu yang anda butuhkan untuk tidur kembali setelah terbangun di malam hari?
 - (0) Kurang dari 5 menit
 - (1) Antara 6-15 menit
 - (2) Antara 16-60 menit
 - (3) Lebih dari 60 menit
7. Pukul berapa anda terbangun pada dini hari?
 - (0) Sekitar waktu bangun tidur anda
 - (1) 30 menit lebih awal dari waktu bangun tidur anda
 - (2) Bangun 1 jam lebih awal dan tidak dapat tertidur lagi
 - (3) Lebih dari 1 jam lebih awal dari waktu bangun tidur dan tidak dapat tertidur kembali
8. Bagaimana perasaan anda saat bangun tidur?
 - (0) Merasa segar
 - (1) Tidak terlalu baik
 - (2) Sangat buruk


Keterangan : Insomnia adalah skor KSPBJ IRS >10


Tidak insomnia adalah skor KSPBJ IRS < 10

**LEMBAR OBSERVASI PELAKSANAAN
AKUPRESURHEART 7 SHENMEN**

NO	PELAKSANAAN KETERAMPILAN
1.	Tatap persiapan
	A. Persiapan Klien
	1. Perkenalkan diri
	2. Atur posisi nyaman
	3. Menjelaskan tujuan prosedur dan tindakan yang akan dilakukan
	4. Menyetujui waktu yang akan digunakan
	5. Siapkan alat: Minyak zaitun/ minyak kelapa
2.	Cara kerja
	1. Jelaskan prosedur pada klien
	2. Mengatur posisi klien se nyaman mungkin (boleh berbaring/duduk)
	3. Ciptakan lingkungan yang tenang
	4. Melakukan penekanan dengan menggunakan cun (ujung jari) pada sisi ulnair lipat pergelangan tangan (Heart 7 shenmen) dengan cara sedasi (berlawanan arah jarum jam) sebanyak 40 kali selama 10 menit.
	5. Anjurkan untuk mengulangi prosedur saat akan tidur
3.	Evaluasi
	1. Evaluasi perasaan klien
	2. Dokumentasi prosedur dan hasil observasi

**LEMBAR OBSERVASI PROSEDUR PEMBERIAN
AROMATERAPI MAWAR**

NO	PELAKSANAAN KETERAMPILAN
1.	Tahap Persiapan
	A. Persiapan Klien
	1. Memperkenalkan diri
	2. Atur posisi klien dalam posisi nyaman
	3. Menjelaskan tujuan pada klien
	4. Menjelaskan langkah prosedur yang akan dilakukan
	5. Menyepakati waktu yang akan digunakan
	B. Persiapan alat dan bahan
	1. Humidifier/ tungku aromaterapi
	
	2. Aromaterapi mawar
	3. Air
	4. Aliran listrik
	5. Isikan air ke humidifier, teteskan 3 tetes aromaterapi mawar, dan nyalakan alat.
2.	C. Cara Kerja
	1. Jelaskan prosedur pada klien
	2. Mengatur posisi klien
	3. Ciptakan lingkungan yang tenang
	4. Usahakan agar tetap tenang dan rileks
	5. Usahakan bernafas (inhale) sambil menghirup aromaterapi yang tersebar menggunakan humidifier/tungku aromaterapi
	6. Hembuskan nafas (exhale) perlahan melalui mulut secara perlahan-lahan

	
	7. Anjurkan untuk mengulangi prosedur selama 10 menit diselingi istirahat singkat
3.	D. Evaluasi
	1. Evaluasi perasaan klien
	2. Dokumentasikan prosedur dan hasil observasi


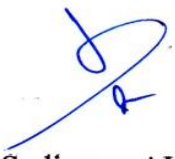
LAMPIRAN SKOR INSOMNIA PRETEST DAN POSTTEST








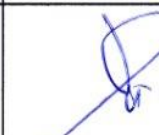

Usia	Skor Pre-Test	Skor Post-Test
47	16	8
50	17	8
50	18	11
49	19	7
51	15	8
53	20	9
45	13	8
51	16	6
52	19	6
48	18	10
46	15	8
50	16	7
50	15	8
54	17	6
47	17	10
50	19	6
53	20	7
51	16	6
50	18	4
51	15	9
49	17	8
50	17	10
48	15	5
54	20	9
49	16	5
55	21	11
47	15	5
51	17	7
55	19	8



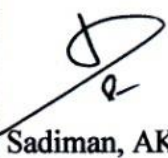



LEMBAR BIMBINGAN KONSUL

Nama : Pupung Susilawati
NIM : 1715371042
Judul Penelitian : Pengaruh Akupresur Heart 7 *Shenmen* dan Aromaterapi Mawar Terhadap Skor Insomnia pada Wanita Perimenopaus di Wilayah Kerja Puskesmas Buay Nyerupa
Pembimbing : 1. Sadiman, AK. M.Kes
 2. Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc

KEGIATAN BIMBINGAN

No	Hari/ Tanggal	Materi/ Bimbingan	Saran/ Perbaikan	Paraf	
				Pembimbing utama	Pembimbing Pendamping
1.	Jumat, 21 Agustus 2020	Konsul judul dan masalah penelitian	Acc judul	Sadiman, AK. M.Kes	 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
2.	Senin 7 September 2020	Konsultasi Bab I,II,III	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaikan penulisan - Latar Belakang - Tujuan Penelitian - Rumusan Masalah - Manfaat Penelitian - Ruang Lingkup 	 Sadiman, AK. M.Kes	
3.	Selasa, 15 September 2020	Konsultasi Bab I,II,III	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaikan Penulisan - Kerangka Teori - Kerangka Konsep - Definisi Operasional - Sampel dan Populasi 	 Sadiman, AK. M.Kes	

4.	Jumat, 6 Oktober 2020	Konsultasi Bab I,II,III	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaikan Penulisan - Latar Belakang - Rumusan Besar Sampel - Analisa Data 	 Sadiman, AK. M.Kes	 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
5.	Selasa, 3 November 2020	ACC Seminar Proposal		 Sadiman, AK. M.Kes	 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
6.	Senin, 9 November 2020	Konsultasi Setelah Seminar Proposal	<ul style="list-style-type: none"> - Latar Belakang - Kerangka Teori - Definisi Operasional - Analisa Data 	 Sadiman, AK. M.Kes	
7.	Selasa, 17 November 2020		ACC Proposal	 Sadiman, AK. M.Kes	 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
8.	Senin, 12 April 2020	Konsultasi Bab IV-V	<ul style="list-style-type: none"> - Penulisan Bab IV-V - Hasil Penelitian - Pembahasan - Smpulan - Saran - Daftar Pustaka - Lampiran 	 Sadiman, AK. M.Kes	 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc

9.	Rabu, 19 Mei 2021	Konsultasi Bab IV-V		ACC Seminar Hasil	 Sadiman, AK. M.Kes	 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
10.	Kamis, 03 Juni 2021	Konsultasi setelah seminar skripsi	- Hasil Penelitian - Pembahasan - Lampiran		 Sadiman, AK. M.Kes	
11.	Kamis, 03 Juni 2021	Konsultasi setelah seminar skripsi	- Penulisan Bab IV-V - Simpulan - Daftar Pustaka			 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
12.	Jumat, 04 Juni 2021			ACC	 Sadiman, AK. M.Kes	 Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc

Ketua Program Studi



Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
NIP. 197608021990032002

Penanggung Jawab



Sadiman, AK., M.Kes
NIP. 196708031987031001