

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA AMANDA
GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan
Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

INTAN SETIANINGSIH

NPM 212207028

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

2025

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI KLINIK
PRATAMA AMANDA GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

INTAN SETIANINGSIH

NPM 212207028


Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Syah Sebagai
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb)
Program Studi Kebidanan (S-1) di Fakultas
Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani


Tanggal: 22 Agustus 2025

Menyetujui

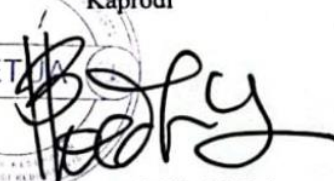
Penguji

Pembimbing


Ratna Prahesti, SST., MPH
NIDN : 0505028901


Fatimah Dewi Anggraeni SST., MPH
NIDN : 05-3003-8801

Kaprodi


Budi Rahayu, S.ST., M.Keb
NPP : 2010.13.0044

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Intan Setianingsih

NPM : 212207028

Program Studi : S-1 Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Pratama Amanda Gamping Sleman Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 08 Agustus 2025



Intan Setianingsih

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Kualitas Tidur pada Ibu Hamil Trimester III" dengan tepat waktu. Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan dan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moral maupun material, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih secara khusus penulis sampaikan kepada:

1. Prof. Dr. rer. nat. apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si., selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Budi Rahayu, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ratna Prahesti, S.ST., MPH., selaku Dosen Penguji Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
5. Fatimah Dewi Anggraeni, S.ST., MPH., selaku Dosen Pembimbing yang telah dengan sabar meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, dan dukungan selama proses penyusunan proposal penelitian ini.
6. Siti Nurhayati, S.Kep., Ns., M.Biomed., selaku koordinator Skripsi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
7. Seluruh dosen Program Studi Kebidanan (S-1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan motivasi kepada penulis.
8. Suharni, S.SiT., M.Kes., selaku pemilik Klinik Pratama Amanda, serta Merlita Indriasih, S.ST., M.K.M., selaku *Clinical Instructor* (CI) di Klinik Pratama Amanda Gamping Sleman Yogyakarta, yang telah memberikan izin, dukungan, serta memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan penyusunan skripsi ini di masa mendatang. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca dan semua pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 09 Mei 2025
Penulis

Intan Setianingsih

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
INTISARI.....	x
ABSTRAK.....	xi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat.....	5
1. Manfaat teoritis.....	5
2. Manfaat Praktisi.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan teori.....	9
B. Kerangka teori.....	32
C. Kerangka konsep.....	33
D. Hipotesis.....	33
BAB III.....	34
METODE PENELITIAN.....	34
A. Desain Penelitian.....	34
B. Lokasi dan Waktu Kegiatan.....	34
C. Populasi dan Sample.....	35
D. Variable Penelitian.....	36
E. Definisi Operasional.....	37
F. Alat dan Bahan.....	38
G. Pelaksanaan Penelitian.....	38
H. Metode Pengolahan dan Analisa data.....	41
I. Etik Penelitian.....	44
BAB IV.....	46
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil Penelitian.....	46
B. Pembahasan.....	50
C. Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB V.....	59
KESIMPULAN DAN SARAN.....	59

A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	64

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2. 1 Komponen Penilaian PSQI	21
Tabel 2. 2 Cara Pemberian Aromaterapi	30
Tabel 3. 1 Desain Penelitian	34
Tabel 3. 2 Definisi Operasional.....	37
Tabel 4. 1 Karakteristik responden	47
Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi sebelum intervensi	48
Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi setelah intervensi	48
Tabel 4. 4 Uji Normalitas Data	48
Tabel 4. 5 Uji <i>Paired t-test</i>	49

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bunga Lavender (Faldi, 2024)	27
Gambar 2. 2 <i>Certified Aromatherapist</i> and	30
Gambar 2. 3 Kerangka Teori.....	32
Gambar 2. 4 Kerangka Konsep	33

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed consent</i>	65
Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur (SOP)	66
Lampiran 3 Kuisisioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	67
Lampiran 4 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian PSQI.....	70
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Judul	72
Lampiran 6 Halaman Persetujuan Penelitian	73
Lampiran 7 Lembar Bimbingan	74
Lampiran 8 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	75
Lampiran 9 Surat Pernyataan Penelitian	76
Lampiran 10 <i>Ethical Clearance</i>	77
Lampiran 11 Surat Balasan Tempat Penelitian	78
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian	79
Lampiran 13 Data Penelitian.....	81
Lampiran 14 Hasil SPSS	82
Lampiran 15 <i>Turnitin</i> Proposal Penelitian	85

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA