

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, H. P., & Yektiningtyastuti. (2024). Pengaruh pemberian aromaterapi sereh, jasmine dan jahe terhadap insomnia pada lansia di Posbindu Desa Gunungjaya Kecamatan Belik Kabupaten Pemalang. *The Shine Cahaya Dunia S-1 Keperawatan*.
- Alvarado-García, P. A., Soto-Vásquez, M. R., Rosales-Cerquin, L. E., Benites, S. M., Cubas-Romero, T. L., & Ramírez-Roca, E. G. (2023). Anxiolytic-like effect of *Cymbopogon citratus* (lemongrass) essential oil. *Pharmacognosy Journal*, 15(4), 674–679. <https://doi.org/10.5530/pj.2023.15.136>
- Anggraini, D., Kusuma, I. W., & Wibowo, N. (2024). Efektivitas aromaterapi sereh terhadap kualitas tidur lansia dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 45–53. <https://doi.org/10.22146/jkkm.9.1.12345>
- Budiman, Susanty, S., Hasan, F., & Apriliyasari, R. W. (2024). Comparative insomnia prevalence between geriatrics lived in urban and rural areas: A multicenter nationwide study analysis. *BMC Public Health*, 24, 2385. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19876-x>
- Brewster, G. S., Riegel, B., & Gehrman, P. G. (2022). Insomnia in the older adult. *Sleep Medicine Clinics*, 17(2), 233–239. <https://doi.org/10.1016/j.jsmc.2022.03.004>
- Canever, J. B., Zurman, G., Vogel, F., Sutil, D. V., Diz, J. B. M., et al. (2024). Worldwide prevalence of sleep problems in community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine*, 119, 118–134. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2024.03.040>
- Cohen, Z. L., Eigenberger, P. M., Sharkey, K. M., Conroy, M. L., & Wilkins, K. M. (2022). Insomnia and other sleep disorders in older adults. *Psychiatric Clinics of North America*, 45(4), 717–734. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2022.07.002>
- Darmojo. (2021). *Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta: FKUI
- Dewi, R. S., Kusuma, I. W., & Wibowo, N. (2024). Perbedaan faktor risiko perilaku hipertensi berdasarkan jenis kelamin pada lansia di Jawa Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(2), 145–153. <https://doi.org/10.15294/jkm.v19i2.68921>
- Dzierzewski, J. M., Perez, E., Ravyts, S. G., & Dautovich, N. (2022). Sleep and cognition: A narrative review focused on older adults. *Sleep Medicine Clinics*, 17(2), 205–222. <https://doi.org/10.1016/j.jsmc.2022.02.001>

- Endomba, F. T., Tchebegna, P. Y., Chiabi, E., Wouna, D. L. A., Guillet, C., & Chauvet-Gélinier, J. C. (2023). Epidemiology of insomnia disorder in older persons according to the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: A systematic review and meta-analysis. *European Geriatric Medicine*, 14(6), 1261–1272. <https://doi.org/10.1007/s41999-023-00862-2>
- Hanif, A., Supriyanto, B., & Rahayu, S. (2021). Hubungan jenis kelamin dan indeks massa tubuh dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Gunungsari. *Jurnal Bioscientist*, 9(3), 412–420. <https://ojspanel.undikma.ac.id/index.php/bioscientist/article/download/14534/6963>
- Hartono, B., Wijaya, A., & Susanto, J. (2024). Profil hipertensi berdasarkan kelompok usia pada lansia di wilayah Sumatera Bagian Selatan. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 11(3), 211–218. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v11i3.8765>
- Jauziyah, S., Tsani, A. F. A., & Purwanti, R. (2021). Pengetahuan gizi dan cara mendapatkan makanan berhubungan dengan kebiasaan makan mahasiswa universitas diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 10(April), 72–81.
- Kasjono, and Yasril. (2018). *Analisis Multivariat Untuk Penelitian Kesehatan*. Mitra Cend. Yogyakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan nasional survei kesehatan Indonesia 2023*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://skis.kemkes.go.id>
- Kemenkes, RI, (2023). *Berhaji dan Lansia*. Jakarta: Buletin Jendela, Data dan Informasi Kesehatan. Kemenkes RI, Jakarta.
- Kumboyono, K., Hayati, Y. S., Rahmayanti, M., & Wihastuti, T. A. (2026). Effect of lemongrass aromatherapy on insomnia severity among adult smokers: A quasi-experimental study. *Jurnal Keperawatan*, 17(1). <https://doi.org/10.22219/jk.v17i1.42819>
- Kwon, C. Y., Lee, B., Cheong, M. J., Kim, T. H., et al. (2021). Non-pharmacological treatment for elderly individuals with insomnia: A systematic review and network meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 608896. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.608896>
- Ling, S., Wang, Y., & Zhang, L. (2023). Hipertensi pada usia lanjut: perbedaan jenis kelamin dan implikasi penanganan. *Jurnal Ilmu Kardiovaskular Tiongkok*, 48(5), 511–519. <https://doi.org/10.1007/s11657-023-02145-9>
- Masturoh, I., & Anggraini, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

- Nindawi., & Nugrahani, C. I. (2023). *Meninjau Kualitas Hidup Lansia*. Penerbit NEM, . Jawa Tengah.
- Notoatmodjo, S. (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Pardede, S. O. (2022). *Hipertensi pada Remaja*. *Majalah Kedokteran UKI*. XXXII(1),
- Purba, I. E., Sinaga, J., Adiansyah., & Sihura, I. R. (2023). *Gambaran Pengetahuan, Sikap & Perilaku Lansia terhadap Pelaksanaan Vaksinasi Covid-19*. Umsu Press, Sumatera Utara.
- Rahayu, S., Supriyanto, B., & Hanif, A. (2022). Gambaran karakteristik pasien hipertensi lansia di wilayah kerja Puskesmas Kota Makassar. *Jurnal Kesehatan Kota Makassar*, 8(1), 45–53. <https://doi.org/10.33369/jkkm.v8i1.78910>
- Rao, P. V., et al. (2022). Exploring pharmacological mechanisms of essential oils on the central nervous system. *[Journal article/review]*.
- Safinatunnajah, S., Subekti, I., & Pujiastuti, N. (2024). Pengaruh pemberian aromaterapi sereh terhadap kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 10(1), 41–51. <https://doi.org/10.31290/jkt.v10i1.4139>
- Sari, Y. K., & Susanti, E. T. (2016). *Pada Lansia Di Puskesmas Nglegok Kabupaten Blitar (The correlation of Sexes and Hypertention of Elderly in Nglegok Public Health Centre Kabupaten Blitar)*. 262–265. <https://doi.org/10.26699/jnk.v3i3.ART.p262-265>
- Sari, N. P., Wibowo, N., & Utami, S. R. (2022). Perbedaan jenis kelamin dan prevalensi hipertensi pada populasi dewasa di Indonesia. *Jurnal Epidemiologi Indonesia*, 8(3), 210–218. <https://doi.org/10.22146/jei.78945>
- Setyawan, A. (2023). Beban kerja seumur hidup dan kejadian hipertensi pada lansia laki-laki di wilayah pedesaan. *Jurnal Gerontologi Indonesia*, 5(2), 89–97. <https://doi.org/10.24843/jgi.2023.v05.i02.p07>
- Sundara, I. W., Sudarma, I. M., & Suardana, I. W. (2022). Kandungan kimia dan manfaat tanaman sereh sebagai aromaterapi penenang. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 13(3), 211–218. <https://doi.org/10.22146/jfi.98765>
- Susanti, E., & Lestari, D. P. (2023). Mekanisme biologis perbedaan jenis kelamin dalam patogenesis hipertensi pada usia lanjut. *Jurnal Kedokteran Molekuler*, 7(1), 45–53. <https://doi.org/10.26802/jkml.v7i1.10234>
- Sutriyawan, A. (2021). *Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Bandung : PT Refika

- Suwandi, A., & Widayati, A. (2021). Validasi Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) pada Populasi Dewasa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 7(2), 889-98.
- Widiawati, L., Putri, R. A., & Utami, S. P. (2022). Pengaruh Aromaterapi Sereh terhadap Peningkatan Kualitas Tidur dan Penurunan Nyeri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Masyarakat*, 5(1), 34-42
- Yanti, L., Andari, F. N., Novriadi, D., & Ferasinta. (2022). Penurunan insomnia pada lansia dengan terapi dzikir. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Rafflesia*, 5(3), 1031–1036.
- Yulianti, A., Baroya, N., & Ririanty, M. (2024). Perbedaan Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal di Komunitas dengan di Pelayanan Sosial Lanjut Usia. *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 2(1), 87-94. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/601>.
- Yosepa, A. M. (2022). *Asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan tidur pada lansia insomnia di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu tahun 2022*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Zhang, Q. Q., Li, L., Zhong, B. L., et al. (2021). Prevalence of insomnia symptoms in older Chinese adults during the COVID-19 pandemic: A meta-analysis. *Frontiers in Medicine*, 8, 779914. <https://doi.org/10.3389/fmed.2021.779914>

L

A

M

P

I

R

A

N



Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:

Responden Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu

Di

Bengkulu

Dengan Hormat, Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu:

Nama : Sesy Aprianita Hastuti

Npm: 2014201042

Akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Aromaterapi Sereh Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu”

Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi saudara sebagai responden. Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila saudara menyetujui, maka dengan ini saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan (inform consent) dan melakukan tindakan yang saya berikan. Demikian atas perhatiannya dan kesediaan saudara sebagai responden saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 2026

Peneliti

Sesy Aprianita Hastuti

2014201042

Lampiran 2. Persetujuan Responden

PERSETUJUAN RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Alamat:

Setelah dijelaskan maksud dari peneliti, maka saya bersedia menjadi responden yang dilakukan oleh saudari Sesy Aprianita Hastuti Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammdiyah Bengkulu yang akan mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Aromaterapi Sereh Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu.”

Demikian persetujuan ini saya tanda tangani dengan sesungguhnya sukarela tanpa paksaan siapapun agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 2026

Responden

(.....)

Lampiran 3. Kuesioner Penelitian

KUESIONER *INSOMNIA RATING SCALE*

A. Karakteristik Responden

Nama. :

Umur :

Jenis Kelamin :

B. Petunjuk Penggunaan Kuesioner

1. Isilah angket dengan jujur sesuai dengan apa yang paling anda rasakan saat ini. Apapun jawaban anda akan dijaga kerahasiannya.
2. Berilah tanda (√) pada salah satu kolom yang menurut anda cocok atau anda setuju dengan pertanyaan tersebut. Atas perhatian dan kerjasamanya, peneliti mengucapkan terimakasih.

C. Pertanyaan

INSOMNIA RATING SCALE

No.	Indikator	Pertanyaan	Skor	Check List (√)
1.	Berapa lama/jam anda tidur dalam sehari?	Lebih dari 6 jam 30 menit	0	
		Antara 5 jam 30 menit – 6 jam 30 menit	1	
		Antara 4 jam 30 menit – 5 jam 30 menit	2	
		Kurang dari 4 jam 30 menit	3	
2.	Mimpi-mimpi	Tidak bermimpi	0	
		Terkadang bermimpi dan mimpi yang menyenangkan	1	
		Selalu bermimpi dan mimpi yang mengganggu	2	
		Selalu mimpi buruk dan tidak menyenangkan	3	
		Tidur dalam, sulit dibangunkan	0	

3.	Kualitas tidur	tidur sedang, tetapi sulit dibangunkan	1	
		tidur sedang, tetapi mudah terbangun	2	
		Tidur dangkal, dan mudah terbangun	3	
4.	Memulai tidur	Kurang dari 5 menit	0	
		Antara 6-15 menit	1	
		Antara 16-29 menit	2	
		Antara 30-44 menit	3	
		Antara 45-60 menit	4	
		Lebih dari 1 jam	5	
5.	Berapa banyak anda terbangun pada malam hari?	Tidak terbangun	0	
		Terbangun 1-2 kali	1	
		Terbangun 3-4 kali	2	
		Terbangun lebih dari 4 kali	3	
6.	Waktu untuk tidur Kembali setelah terbangun	Kurang dari 5 menit	0	
		Antara 6-15 menit	1	
		Antara 16-60 menit	2	
		Lebih dari 60 menit	3	
7.	Terbangun lebih cepat	Terbangun sekitar waktu bangun	0	
		Bangun 30 menit lebih awal dan tidak dapat tertidur lagi	1	
		Bangun 1 jam lebih awal dan tidak dapat tertidur lagi	2	
		Lebih dari 1 jam terbangun lebih awal dan tidak dapat tidur lagi	3	
8.	Perasaan waktu terbangun	Badan terasa segar	0	
		Tidak terlalu segar	1	
		Tidak segar	2	
TOTAL				
INTERPRESTASI SKOR :				

Sumber : Suwandi & Widayati, (2021)

Lampiran 4. SOP Aromaterapi Sereh

	AROMATERAPI SEREH (<i>Lemongras</i>)		
	NO DOKUMEN	NO REVISI	HALAMAN
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	TANGGAL TERBIT	DITETAPKAN OLEH	
Definisi	Teknik terapi dengan menggunakan minyak esensial yang memiliki efek menenangkan sehingga dapat memberikan efek relaksasi		
Tujuan	1. Merilekskan dan menyegarkan tubuh 2. Memberikan sensasi menenangkan diri, otak dan keseimbangan stress yang dirasakan 3. Relaksasi pada pikiran dan fisik sehingga dapat menurunkan rasa nyeri		
Prosedur	Persiapan Alat : 1. Air Bersih Secukupnya 2. Diffuser 3. Essensial oil sereh Fase Orientasi : 1. Menyapa dan mengucapkan salam pada klien 2. Memvalidasi identitas klien 3. Menjelaskan prosedur pada klien 4. Meminta persetujuan kepada klien Fase kerja : 1. Dekatkan peralatan 2. Buka tutup diffuser lalu isi dengan air 3. Teteskan minyak esensial 3-4 tetes dalam 30-40 ml air dalam diffuser (15-30 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi klien) kemudian tutup diffuser 4. Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarnya uap pada diffuser 5. Anjurkan klien untuk memejamkan mata kemudian menghirup aromaterapi dan rileks serta beri afirmasi positif pada klien 6. Setelah terapi selesai rapikan klien dan bereskan alat Fase Terminasi : 1. Mengevaluasi hasil kegiatan 2. Berpamitan dengan pasien		

Dokumentasi	1. Catat tanggal dan waktu pelaksanaan 2. Catat hasil observasi
-------------	--

Sumber : Widiawati et al., (2022)



Lampiran 5. Matriks Data Hasil Penelitian

PRETEST

No	Nama	Usia	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	Total	Kategori
1	Tn. D	71	Laki-laki	2	2	2	3	2	2	1	1	15	Sedang
2	Tn. T	65	Laki-laki	2	2	2	3	2	2	1	1	15	Sedang
3	Tn.A	60	Laki-laki	3	3	3	4	2	2	2	1	20	Berat
4	Ny. P	67	Perempuan	2	1	2	3	2	2	1	1	14	Sedang
5	Tn. Z	60	Laki -laki	3	3	3	4	2	2	2	1	20	Berat
6	Tn. W	61	Laki-laki	2	1	2	3	2	2	1	1	14	Sedang
7	Ny. S	64	Perempuan	2	2	3	3	2	2	2	1	17	Sedang
8	Ny. H	71	Perempuan	2	1	2	4	2	2	1	1	15	Sedang
9	Ny. R	69	Perempuan	2	2	2	3	2	2	2	1	16	Sedang
10	Ny. Su	65	Perempuan	2	2	2	3	2	2	2	1	16	Sedang
11	Tn. M	60	Laki-laki	3	3	3	5	2	2	2	1	21	Berat
12	Tn. J	73	Laki-laki	2	1	2	3	2	2	1	1	14	Sedang
13	Ny. Y	70	Perempuan	1	1	2	2	2	1	1	2	12	Ringan
14	Tn. S	62	Laki-laki	2	2	3	3	2	2	2	1	17	Sedang
15	Tn. I	71	Laki-laki	2	2	2	4	2	2	2	1	17	Sedang

POST-TEST

No	Nama	Usia	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	Total	Kategori
1	Tn. D	71	Laki-laki	1	1	2	2	1	1	1	1	10	Ringan
2	Tn. T	65	Laki-laki	1	1	2	2	1	1	1	1	10	Ringan
3	Tn.A	60	Laki-laki	1	1	2	2	2	1	1	1	11	Ringan
4	Ny. P	67	Perempuan	1	1	2	3	2	1	1	2	13	Ringan
5	Tn. Z	60	Laki -laki	2	2	2	3	2	2	2	1	16	Sedang
6	Tn. W	61	Laki-laki	1	1	2	3	2	1	1	2	13	Ringan
7	Ny. S	64	Perempuan	1	1	2	2	1	1	1	2	11	Ringan
8	Ny. H	71	Perempuan	1	1	2	2	2	1	1	2	12	Ringan
9	Ny. R	69	Perempuan	1	1	2	2	2	1	1	1	11	Ringan
10	Ny. Su	65	Perempuan	1	1	2	2	1	1	1	1	10	Ringan
11	Tn. M	60	Laki-laki	1	1	2	2	2	1	1	1	11	Ringan
12	Tn. J	73	Laki-laki	2	1	2	3	2	2	1	1	14	Sedang
13	Ny. Y	70	Perempuan	1	1	2	2	2	1	1	2	12	Ringan
14	Tn. S	62	Laki-laki	1	1	2	3	2	1	1	2	13	Ringan
15	Tn. I	71	Laki-laki	1	1	2	2	1	1	1	1	10	Ringan

Lampiran 6. Output SPSS

HASIL ANALISIS UNIVARIAT

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	9	60.0	60.0	60.0
	Perempuan	6	40.0	40.0	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

PRETEST

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Insomnia Ringan	1	6.7	6.7	6.7
	Insomnia Sedang	11	73.3	73.3	80.0
	Insomnia Berat	3	20.0	20.0	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

POSTTEST

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Insomnia Ringan	13	86.7	86.7	86.7
	Insomnia Sedang	2	13.3	13.3	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

HASIL ANALISIS BIVARIAT

Tests of Normality

KODE		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
HASIL	PRETEST	.176	15	.200*	.930	15	.272
	POST-TEST	.210	15	.073	.885	15	.057

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRETEST	3.1333	15	.51640	.13333
	POSTTEST	2.1333	15	.35187	.09085

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	PRETEST - POSTTEST	1.00000	.53452	.13801	.70399	1.29601	7.246	14	.000





UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

● Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu. 38221
● fikes.umb.ac.id
● fikes@umb.ac.id

☎ (0736) 22765
☎ (0736) 26161

Nomor : 193-IP/DF.05-UMB/2026
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
Kepala Dinas Sosial Provinsi Bengkulu
di
Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa:

Nama : Sesy Aprianita Hastuti
N P M : 2014201042
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di:

Tempat Penelitian : Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu
Lama Penelitian : 1 Minggu
Judul Penelitian Skripsi : Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Benson dan Aromaterapi Sereh (Lemongrass) terhadap Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu

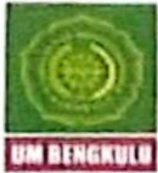
Sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 06 Februari 2026
An Dekan
Wakil Dekan I,


Ns. Liza Fitri Lina, S. Kep., M. Kep
NIDN. 0223038601



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

● Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Jeddah Mulyo, Gasing Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
● fikes.umb.ac.id
● fikes@umb.ac.id

☎ (0736) 22765
☎ (0736) 26161

Nomor : 193-IP/DF.05-UMB/2026
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
Kepala Kesbangpol Provinsi Bengkulu
di
Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa:

Nama : Sesy Aprianita Hastuti
N P M : 2014201042
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di:

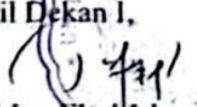
Tempat Penelitian : Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu
Lama Penelitian : 1 Minggu
Judul Penelitian Skripsi : Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Benson dan Aromaterapi Sereh (Lemongrass) terhadap Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu

Sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 06 Februari 2026
An Dekan
Wakil Dekan I,


Ns. Liza Fitri Lina, S. Kep., M. Kep.
NIDN. 0223038601



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

● Kampus IV, Jl. Adnan Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
● fikes@umb.ac.id
● fikes@umb.ac.id

☎ (0736) 22765
☎ (0736) 26161

Nomor : 193-IP/DF.05-UMB/2026
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bengkulu
di
Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa:

Nama : Sesy Aprianita Hastuti
N P M : 2014201042
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di:

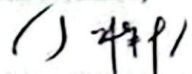
Tempat Penelitian : Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu
Lama Penelitian : 1 Minggu
Judul Penelitian Skripsi : Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Benson dan Aromaterapi Sereh (Lemongrass) terhadap Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu

Sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 06 Februari 2026
An Dekan
Wakil Dekan I,


Ns. Liza Fitri Lina, S. Kep., M. Kep
NIDN. 0223038601



PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jalan Batang Hari No.108, Kelurahan Tanah Patah, Kecamatan Ralu Agung, Kota Bengkulu

Website: <https://dpmpptsp.bengkuluprov.go.id> | Email: dpmpptsp@bengkuluprov.go.id

BENGKULU 38224

REKOMENDASI

Nomor : 503/82.650/287/DPMPPTSP-P.4/2026

TENTANG PENELITIAN

- Dasar :
1. Peraturan Gubernur Bengkulu Nomor 13 Tahun 2022 Tentang Pendelegasian Wewenang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko dan Non perizinan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
 2. Surat Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 193-IP/DF.05-UMB/2026, Tanggal 16 Februari 2026 Perihal Rekomendasi Penelitian. Permohonan diterima tanggal 05 Maret 2026.

Nama / NPM	: SESY APRIANITA HASTUTI/2014201042
Pekerjaan	: Mahasiswa
Maksud	: Melakukan Penelitian
Judul Proposal Penelitian	: Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Benson dan Aromaterapi Serch (<i>Lemongrass</i>) terhadap Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu
Daerah Penelitian	: Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu
Waktu Penelitian/Kegiatan	: 05 Maret 2026 s.d 05 April 2026
Penanggung Jawab	: Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Dengan ini merekomendasikan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

- a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/Bupati/Walikota Cq.Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik atau sebutan lain setempat.
- b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
- c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bengkulu.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
- e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya



Ditetapkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 05 Maret 2026

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PROVINSI BENGKULU**



KHIRDES LABENDO PASIU, S.STP.,M.Si
Pembina Utama Muda (IV/c)
NIP. 198112282000121001

Tembusan disampaikan kepada Yth.:

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bengkulu
2. Kepala Dinas Sosial Provinsi Bengkulu
3. Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu
4. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS SOSIAL
UPTD PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA PAGAR DEWA
Jalan Adam Malik KM. 9 BengkuluTelp. (0736) 26403
Website : <http://dinsos.bengkuluprov.go.id> email : bengkulupstw@gmail.com

SURAT KETERANGAN
Nomor : B.400.9.6/098/DINSOS PROV/VI.1/III /2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

- a. Nama : TIMOR DIYANTO, S.H., M.Si
- b. Jabatan : Kepala UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa

dengan ini menerangkan bahwa :

- a. Nama/NPM : **SESI APRIANITA HASTUTI /NPM. 2014201042**
- b. Prodi : SI Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu
- c. Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Benson dan Aromaterapi Sereh (Lemongrass) Terhadap Insomnia Pada Lansia Dengan Hipertensi di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu.

- d. Waktu Penelitian : Tanggal 05 Maret 2026 s.d. 13 Maret 2026

Demikian Surat Keterangan Selesai Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Bengkulu, 13 Maret 2026

Kepala UPTD Panti Sosial Tresna Werdha
Pagar Dewa,

TIMOR DIYANTO, S.H., M.Si
Pembina/ IV.a
NIP. 198102052005021003

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian

Pemberian aromaterapi serei pada Tn. D

Pemberian aromaterapi serei pada Ny.
PPemberian aromaterapi serei pada Ny. H
dan Tn. ZPemberian aromaterapi serei pada Ny.
S



Pemberian aromaterapi serei pada Tn. T



Pemberian aromaterapi serei pada Tn.
A dan Tn. W



Pemberian aromaterapi serei pada Tn. M



Pemberian aromaterapi serei pada Ny.
R



Pemberian aromaterapi serei pada Tn. J



Pemberian aromaterapi serei pada Tn.
Y



Pemberian aromaterapi serei pada Tn. S



Pemberian aromaterapi serei pada Ny.
SU



Pemberian aromaterapi serei pada Tn. I