

LAMPIRAN

Lampiran 1

INFORMED CONCENT (Lembar Persetujuan Responden)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Alamat :

Saya telah mendapatkan keterangan secara terperinci dan jelas mengenai tujuan dan manfaat penelitian dengan judul “Efektivitas akupresure dalam mengurangi keluhan insomnia pada wanita menopause di Desa Haurpanggung Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2026”. Saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam pengambilan data untuk penelitian ini. Saya percaya informasi yang akan saya sampaikan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti.

Demikian surat ini saya tanda tangani dengan sukarela, penuh kesadaran dan tanpa adanya keterpaksaan.

Responden Penelitian

Desember 2026

(.....)

Lampiran 2

KUESIONER

EFEKTIVITAS AKUPRESURE TERHADAP KELUHAN INSOMNIA PADA WANITA MENOPAUSE DI DESA HAURPANGGUNG KECAMATAN TAROGONG KIDUL KABUPATEN GARUT TAHUN 2026

A. Identitas Responden

1. Inisial Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin :

B. Petunjuk Pengisian Kuesioner

1. Isilah angket dengan jujur sesuai dengan apa yang paling anda rasakan saat ini. Apapun jawaban anda akan dijamin kerahasiannya.
2. Berilah tanda (√) pada salah satu kolom yang menurut anda cocok atau anda setuju dengan pertanyaan tersebut.
3. 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	
3.	Kualitas tidur	Tidur dalam, sulit dibangunkan	0	
		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 :				

(Kuesioner skala KSPBJ-IRS, Putri Amalia Qurratu Ain, 2022)

Lampiran 3

Lampiran 3

PERMOHONAN KAJI ETIK PENELITIAN KESEHATAN



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Jalan Babakan Sitawangi Plo 35, Kahuripan, Tangang
Tasikmalaya, Jawa Barat 46115
☎ (0265) 340106
🌐 <https://poltekkestasikmalaya.ac.id>

Tasikmalaya, 11 Mei 2026

Nomor: PP.08.02/F.XVIII.12/464/2026

Perihal: Permohonan Kaji Etik Penelitian Kesehatan

Yth,

Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK)

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Bersama ini disampaikan berkas protokol penelitian untuk dilakukan telaah etik penelitian;

Judul Protokol : Efektivitas Akupresure Dalam Mengurangi Keluhan
Insomnia Pada Wanita Menopause Di Desa
Haurpanggung Kecamatan Tarogong Kidul
Kabupaten Garut Tahun 2026

Peneliti Utama : Agni Karina Sukma

Pendidikan/Pekerjaan : Mahasiswa DIV RPL Kebidanan

Telpon/HP. : 081223164570

Email : agni.karinasukma@gmail.com

Institusi : Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Sumber Dana : Pribadi

Demikian Surat Permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Mengenalui,
Ketua Jurusan Kebidanan

(Dr. Yuli Hidayati, SST., M.Keb)

Pemohon,

(Agni Karina Sukma)

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://hub.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian Tanda Tangan Elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.komdigi.go.id/VerifyPDE>.



Lampiran 4

PERMOHONAN IZIN PENDAHULUAN PENELITIAN

Lampiran 4

PERMOHONAN IZIN PENDAHULUAN PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Jalan Babakan Sitawangi No. 15, Kabupaten, Tasikmalaya
Tasikmalaya, Jawa Barat 46115
☎ 02651 340156
🌐 <https://poltekkes-tasikmalaya.ac.id>

Tasikmalaya, 11 Mei 2026

Nomor : PP.06.02/F.XVIII.12/457/2026
Hal : Permohonan Izin Penelitian
Yth : Kepala Puskesmas Haurpanggung
Kabupaten Garut

Di-

Tempat

Disampaikan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi kebutuhan mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kelas RPL Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun Akademik 2025/2026, dalam hal ini memohon izin untuk melaksanakan penelitian di Puskesmas Haurpanggung yang Bapak/Ibu pimpin. Kegiatan ini dilakukan untuk keperluan penyusunan Skripsi.

Adapun nama mahasiswa tersebut sebagai berikut :

Nama : Agni Karina Sukma
NIM : P20624325046

Judul Skripsi : Efektivitas Akupresure Dalam Mengurangi Keluhan Insomnia Pada Wanita Menopause Di Desa Haurpanggung Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2026.

Demikian surat permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.



Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500587 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian Tanda Tangan Elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ite.kemdiknas.go.id/verAPDF>.



Lampiran 6

HASIL ANALISIS DATA

A. Karakteristik Responden

JENIS_KELAMIN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid PEREMPUAN	22	100,0	100,0	100,0

USIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid USIA PRODUKTIF	22	100,0	100,0	100,0

B. Analisis Univariat

PREETEST

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SEDANG	12	54,5	54,5	54,5
BERAT	10	45,5	45,5	100,0
Total	22	100,0	100,0	

POSTTEST

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RINGAN	11	50,0	50,0	50,0
SEDANG	11	50,0	50,0	100,0
Total	22	100,0	100,0	

C. Analisis Bivariat

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PREETEST	2,45	22	,510	,109
POSTTEST	1,50	22	,512	,109

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PREETEST & POSTTEST	22	,913	,000

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
SEBELUM	,148	22	,200	,939	22	,189
SESUDAH	,115	22	,200	,948	22	,290

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 7

MASTER TABEL

No	Inisial Nama	Usia		Jenis Kelamin		Sebelum perlakuan		Sesudah Perlakuan	
		Ket	Kode	Ket	Kode	Jum	Kode	Jum	Kode
1	D	45	1	P	1	16	1	16	2
2	M	45	1	P	1	17	2	15	2
3	O	49	1	P	1	18	2	14	2
4	E	47	1	P	1	19	2	16	2
5	T	50	1	P	1	17	2	9	2
6	E	55	1	P	1	18	2	13	2
7	C	54	1	P	1	17	2	14	2
8	F	53	1	P	1	17	2	16	2
9	H	50	1	P	1	18	2	15	2
10	B	50	1	P	1	17	2	11	2
11	M	48	1	P	1	14	1	5	1
12	M	46	1	P	1	19	2	13	2
13	H	46	1	P	1	15	1	6	1
14	L	44	1	P	1	15	1	6	1
15	B	44	1	P	1	16	1	6	1
16	I	46	1	P	1	14	1	6	1
17	I	48	1	P	1	16	1	6	1
18	K	55	1	P	1	14	1	6	1
19	A	49	1	P	1	13	1	5	1
20	A	49	1	P	1	11	1	6	1
21	J	55	1	P	1	12	1	6	1
22	J	54	1	P	1	14	1	6	1

Lampiran 8

DOKUMENTASI



Riwayat Hidup



- Nama Lengkap : Agni Karina Sukma
- Tempat, Tanggal Lahir : Taikmalaya, 11 Agustus 1995
- Alamat : Depok II RT/RW 003/008 Kel. Sukahurip Kec. Tamansari
- Alamat Email : agni.karinasukma@gmail.com
- No. HP Aktif : 081223164570
- Riwayat Pendidikan
1. Sdn 1 muncang (2001-2007)
 2. Smpn 2 sodonghilir (2007-2010)
 3. Smait nurul amanah (2010-2013)
 4. Akademi kebidanan syahida komunika tasikmalaya (2013-2016)
- Riwayat Pekerjaan : Puskesmas mangkubumi 2018 - 2023
Puskesmas haurpanggung 2023 - sekarang