

**EFEKTIVITAS *PRENATAL MASSAGE* DENGAN AROMATERAPI
CHAMOMILE TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR
IBU HAMIL TRIMESTER III**

Laporan Akhir Studi (LAS)



Disusun oleh

Kurnia Indah Saputri
NIM. 24DC21C028

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AMIKOM PURWOKERTO
CILACAP
2025**

**EFEKTIVITAS *PRENATAL MASSAGE* DENGAN AROMATERAPI
CHAMOMILE TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR
IBU HAMIL TRIMESTER III**

Laporan Akhir Studi (LAS)

Untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Ahli Madya Diploma III
pada Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan



Disusun oleh

Kurnia Indah Saputri

NIM. 24DC21C028

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AMIKOM PURWOKERTO
CILACAP**

2025

PERSETUJUAN

Laporan Akhir Studi (LAS)

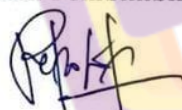
EFEKTIVITAS *PRENATAL MASSAGE* DENGAN AROMATERAPI *CHAMOMILE* TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Kurnia Indah Saputri
24DC21C028

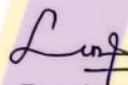
telah disetujui oleh dosen pembimbing LAS
Pada tanggal 09 Juli 2025

Dosen Pembimbing 1,



Misrina Retnowati, S.Si.T., M.Kes.
NIDN. 0622018701

Dosen Pembimbing 2,



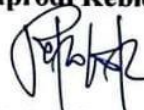
Lina Puspitasari, SST., MPH.
NIDN. 0626109001

LAS ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan (Amd.Keb.)
Tanggal 14 Juli 2025

Mengetahui,



Kaprodi Kebidanan



Misrina Retnowati, S.Si.T., M.Kes.
NIK. 2025.03.2.218

PENGESAHAN

Laporan Akhir Studi (LAS)

EFEKTIVITAS *PRENATAL MASSAGE* DENGAN AROMATERAPI *CHAMOMILE* TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III


Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Kurnia Indah Saputri

24DC21C028

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 14 Juli 2025

Gita Ayu Indria, SST., MPH.
NIDN. 0618088604



Ernawati, S.Si.T., M.Kes.
NIDN. 0628028302



Misrina Retnowati, S.Si.T., M.Kes.
NIDN. 0622018701



LAS ini telah disahkan sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan (Amd.Keb.)
Tanggal 14 Juli 2025

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan
Dekan


Uti Lestari, S.Si.T., MH.Kes.
NIDN. 2025.03.2.217

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Kurnia Indah Saputri
NIM : 24DC21C028
Program Studi : Diploma III Kebidanan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Amikom Purwokerto

Menyatakan bahwa LAS Sebagai Berikut:

Judul LAS : Efektivitas *Prenatal Massage* Dengan
Aromaterapi *Chamomile* Terhadap
Gangguan Pola Tidur Ibu Hamil
Trimester III
Dosen Pembimbing 1 : Misrina Retnowati, S.Si.T., M.Kes
Dosen Pembimbing 2 : Lina Puspitasari, SST., MPH

Adalah benar-benar **ASLI** dan **BELUM PERNAH** dibuat orang lain, kecuali yang diaacu dalam daftar pustaka pada Laporan Akhir Studi (LAS) ini.

Demikian pernyataan ini saya buat, apabila ini di kemudian hari terbukti bahwa saya melakukan penjiplakan karya orang lain, maka saya bersedia menerima **SANKSI AKADEMIK**.

Cilacap, 09 Juli 2025

enyatakan,

Indah Saputri
NIM. 24DC21C028

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tiada lembar Laporan Akhir Studi yang paling indah dalam laporan ini kecuali lembar persembahan. Bismillahirrahmanirrahim Laporan Akhir Studi ini saya persembahkan untuk :

Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan pertolongan dalam Laporan Akhir Studi ini sehingga saya dapat menyelesaikannya dengan baik.

Kedua orang tua saya tercinta, yang selalu melangitkan doa-doa baik dan menjadikan motivasi untuk saya dalam menyelesaikan Laporan Akhir Studi ini. Terimakasih sudah mengantarkan saya sampai di tempat ini, saya persembahkan Laporan Akhir Studi ini dan gelar Ahli Madya Kebidanan untuk Bapak dan Ibu.

Diri saya sendiri, Kurnia Indah Saputri karena telah mampu berusaha dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri walaupun banyak tekanan dari luar keadaan dan tidak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan Laporan Akhir Studi ini.

Ibu Dosen Program Studi Kebidanan yang telah membimbing dan mengarahkan saya untuk menyelesaikan Laporan Akhir Studi ini.

Orang terdekat yang telah menemani dalam suka maupun duka.

Terimakasih atas segala waktu, usaha dan dukungan yang telah diberikan.

Akhir kata, semoga Laporan Akhir Studi ini dapat menjadi wawasan dan manfaat untuk orang lain. Aamiin.

HALAMAN MOTTO

لَا يَأْتِي الْعُسْرَ إِلَّا بِرُخَاءٍ

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

لَا يَأْتِي الْعُسْرَ إِلَّا بِرُخَاءٍ

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(Q.S Al Insyirah 94: 5-6)



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Akhir Studi yang berjudul “Efektivitas *Prenatal massage* Dengan Aromaterapi *Chamomile* Terhadap Gangguan Pola Tidur Ibu Hamil Trimester III”. Penyusunan laporan ini dapat diselesaikan atas bimbingan dan arahan serta melibatkan banyak pihak sehingga hambatan yang dihadapi penulis dapat teratasi. Maka pada kesempatan baik ini penulis mengucapkan terimakasih atas bimbingan dan arahan kepada :

1. Assoc. Prof. Dr. Berlilana, M.Kom., M.Si selaku Rektor Universitas Amikom Purwokerto
2. Uti Lestari, S.Si.T., MH.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Amikom Purwokerto.
3. Misrina Retnowati, S.SiT., M.Kes selaku Kaprodi Diploma III Kebidanan sekaligus dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusunan Laporan Akhir Studi ini.
4. Lina Puspitasari, SST., MPH selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusunan Laporan Akhir Studi ini.
5. Dosen Universitas Amikom Purwokerto yang telah mengajarkan dan mendidik penulis dengan penuh rasa sabar dan ikhlas, sehingga ilmu yang penulis dapatkan di bangku perkuliahan dapat menjadi ilmu yang bermanfaat untuk banyak orang.
6. Teristimewa kedua orang tua tercinta bapak Warsono, S.Pd., MM dan ibu Cicih Setiawati, dua orang yang selalu mengusahakan anak keduanya ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya. Kepada bapak dan ibu, terimakasih atas setiap kerja keras yang bapak dan ibu tukarkan menjadi sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai tahap ini. Terimakasih atas segala motivasi, pesan,

doa, dan harapan yang selalu mendampingi setiap langkah dan ikhtiar penulis untuk menjadi seseorang yang berpendidikan, terimakasih atas kasih sayang tanpa batas yang tak pernah lekang oleh waktu, atas kesabaran dan pengorbanan yang selalu mengiringi perjalanan penulis, terimakasih telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi, serta pelita yang tak pernah padam dalam setiap langkah yang penulis tempuh. Terimakasih atas segala hal yang telah bapak dan ibu berikan yang tak terhitung jumlahnya.

7. Kakak kandung Fegi Prasetya, S.Pd dan Kakak ipar Umi Mukaromah, S.Pd yang terkasih dan tersayang yang turut memberikan semangat, motivasi, dukungan dan doa. Semoga kita dapat selalu membahagiakan keluarga dan sukses di dunia maupun akhirat.
8. Teman-teman seperjuangan yang turut memberikan dukungan dan kerjasamanya selama menempuh pendidikan serta dalam penyelesaian Laporan Akhir Studi ini.
9. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per-satu yang turut membantu memberikan dukungan dalam penyelesaian Laporan Akhir Studi ini.
10. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri karena tidak pernah menyerah dan terus berusaha untuk mendapatkan hasil yang terbaik.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan partisipasi dari berbagai pihak khususnya pembaca dalam bentuk kritik maupun saran.

Cilacap, 08 Juli 2025

Penulis