

LAMPIRAN

Lampiran 1

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Dengan Hormat,
Calon Responden
Di
Tempat

Yang tertulis dibawah ini :

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027

Peneliti adalah mahasiswi Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu, yang akan melaksanakan penelitian dengan judul “ Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur’an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Pringsewu Tahun 2025”. Penelitian ini dilakukan untuk memenuhi salah satu tugas dalam menyelesaikan tugas akhir pada pendidikan Sarjana Kebidanan.

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas terapi murottal Al-Qur’an terhadap kualitas tidur pada wanita menopause di day care lansia ‘Aisyiyah Pringsewu tahun 2025. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi siapapun. Segala bentuk kerahasiaan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Tidak adanya unsur paksaan dalam keikutsertaan menjadi responden penelitian. Maka dari itu mohon kesediaan anda untuk ikut serta menjadi responden dalam penelitian ini, jika anda bersedia untuk menjadi responden mohon untuk menandatangani lembar persetujuan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan pada lembar kuesioner yang telah disediakan. Atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Peneliti

Afifa Ez Zahra

Lampiran 2

INFORMED CONSENT

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan setuju untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Afifa Ez Zahra

NIM : 2022206206027

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul Penelitian : **Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause di Day Care Lansia 'Aisyiah Pringsewu Tahun 2025**

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sejujur-jujurnya dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Pringsewu, 2025

Responden

(.....)

Lampiran 3

FORMULIR IDENTITAS RESPONDEN
DAY CARE LANSIA ‘AISYIYAH PRINGSEWU

(Data ini bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian)

1. Nama Lengkap :
2. Usia (tahun) :
3. Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
4. Riwayat Penyakit Kronis (centang jika ada):
 Hipertensi Diabetes Asma Jantung
 Lainnya:.....
 Tidak ada riwayat penyakit kronis
5. Riwayat Gangguan Psikologis (centang jika ada):
 Stres Kecemasan Depresi Lainnya:
 Tidak ada gangguan psikologis
6. Lingkungan Tidur Malam Hari (centang yang sesuai):
 Tenang Bising Gelap Terang Sejuk Panas
7. Apakah menggunakan smartphone sebelum tidur?
 Ya Tidak
8. Konsumsi kafein/gula minimal 2 jam sebelum tidur?
 Ya Tidak
9. Melakukan olahraga berat 2 jam sebelum tidur?
 Ya Tidak

Tanda tangan responden :

.....

Tanggal pengisian :

.....

Lampiran 4

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER PSQI (PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX)

A. Instruksi Umum :

1. Kuesioner ini bertujuan untuk mengetahui kualitas tidur Anda selama 1 bulan terakhir.
2. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan jujur sesuai dengan pengalaman pribadi Anda.
3. Tidak ada jawaban benar atau salah. Semua jawaban hanya menggambarkan kondisi tidur Anda.
4. Jawablah dengan memberi tanda checklist (✓) pada kolom jawaban yang paling sesuai.
5. Jika Anda merasa bingung dalam memahami suatu pertanyaan, silakan tanyakan kepada enumerator, namun jawaban tetap berasal dari Anda sendiri.
6. Waktu pengisian kuesioner diperkirakan 10–15 menit.

B. Tips Pengisian :

1. Isilah berdasarkan kebiasaan tidur Anda di rumah, bukan saat bepergian atau menginap di tempat lain.
2. Perhatikan bahwa beberapa pertanyaan meminta Anda menyebutkan jam atau durasi, seperti:
"Jam berapa Anda biasanya tidur malam?"
"Berapa lama waktu yang Anda butuhkan untuk tertidur?"

Seluruh jawaban yang Anda berikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Tidak ada nama yang akan dicantumkan dalam laporan hasil.

Terima kasih atas partisipasi Anda!

Lampiran 5

KUESIONER KUALITAS TIDUR
Pittsburgh Sleep Quality Index
(PSQI)

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam?
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam?
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi?
4. Berapa lama anda tidur di malam hari?

5.	Seberapa sering masalah masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x Seminggu (1)	2x Seminggu (2)	3x Seminggu (3)
a.	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				
b.	Terbangun ditengah malam atau dini hari				
c.	Terbangun untuk ke kamar mandi				
d.	Sulit bernafas dengan baik				
e.	Batuk atau mengorok				
f.	Kedinginan di malam hari				
g.	Kepanasan di malam hari				
h.	Terasa nyeri				
i.	Alasan lain.....				
6.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda menggunakan obat				

	tidur				
7.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas di siang hari				
		Tidak Antusias	Kecil	Sedang	Besar
8.	Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?				
		Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup Buruk (2)	Sangat Buruk (3)
9.	Selama bulan terakhir, bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?				

Lampiran 6

Kisi - Kisi Kuesioner PSQI

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	Kualitas Tidur Subyektif	9	Sangat Baik Baik Kurang Sangat kurang	0 1 2 3
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit	0
			16-30 menit 31-60 menit	1 2
	Skor Latensi Tidur	2+5a	>60 menit	3
			Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
3	Durasi Tidur	4	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3
4	Efisiensi Tidur Rumus : Durasi Tidur : lama di tempat tidur) X 100%	1, 3, 4	> 7 jam 6-7 jam 5-6 jam < 5jam	0 1 2 3
	*Durasi Tidur (no.4) *Lama Tidur (kalkulasi respon no.1 dan 3)		> 85% 75-84% 65-74% <65%	0 1 2 3
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 1 2 3
6	Penggunaan Obat	6	Tidak pernah 1x Seminggu	0 1

			2x Seminggu	2	
			>3x Seminggu	3	
7	Disfungsi di siang hari	7	Tidak Pernah	0	
			1x Seminggu	1	
			2x Seminggu	2	
				>3x Seminggu	3
		8	Tidak Antusias	0	
			Kecil	1	
			Sedang	2	
				Besar	3
		7+8	0	0	
	1-2		1		
	3-4		2		
	5-6		3		

Keterangan Kolom Nilai Skor:

0 = Sangat Baik, 1 = Cukup Baik, 2 = Agak Buruk, 3 = Sangat Buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan kualitas tidur keseluruhan:

Jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7

Dengan hasil ukur: Baik : ≤ 5

Buruk : > 5

Lampiran 7

**LEMBAR OBSERVASI KETERLAKSANAAN TERAPI MUROTTAL
AL-QUR'AN DAY CARE LANSIA AISYIYAH**

Nama :

Tanggal Mulai Intervensi :

Usia :

Surat : Ar-Rahman dan Al-Mulk

Durasi : 15 menit/Surah

No	Tanggal	Mendengarkan Murrotal (√/X)
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		

Keterangan:

√ : Ya

X : Tidak

Lampiran 8

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

“Terapi Murottal Al-Qur’an”

Kompetensi	: Pemberian Terapi Murottal Al-Qur’an
Pengertian	: Penggunaan rekaman murottal Al-Qur’an untuk membantu dalam perubahan yang spesifik perilaku, perasaan, dan fisiologi
Tujuan	: Memberikan kesempatan bagi tubuh dan pikiran untuk mengalami relaksasi yang sempurna
Persiapan	
Alat dan bahan	: Speaker/Handphone dan Rekaman MP3/MP4 Murottal Al-Qur’an

No	Prosedur
Pre Interaksi	
1	Cek catatan medis klien
2	Identifikasi faktor atau kondisi yang dapat menyebabkan indikasi
3	Siapkan alat-alat
4	Cuci tangan
Fase Orientasi	
5	Salam terapeutik
6	Evaluasi dan validasi
7	Kontrak (jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan pada klien)
Fase Kerja	
8	Persilahkan klien untuk wudhu terlebih dahulu
9	Membawa peralatan terapi murottal
10	Jaga privasi klien
11	Identifikasi pilihan rekaman murottal yang sudah ditetapkan pada klien
12	Bantu klien memilih posisi yang nyaman
13	Pastikan speaker/handphone dalam kondisi baik
14	Hidupkan rekaman murottal
15	Pastikan bahwa volume adekuat dan tidak terlalu keras
16	Batasi stimulasi eksternal seperti cahaya, suara pengunjung, panggilan selama mendengarkan Al-Qur’an
17	Berikan terapi murottal selama 15 menit
Terminasi	
18	Evaluasi hasil kegiatan (kenyamanan klien)
19	Berikan umpan balik positif
20	Kontrak yang akan datang
21	Membereskan alat
22	Cuci tangan
Dokumentasi	

23	<p>Catat hasil kegiatan</p> <ul style="list-style-type: none">- Nama, umur, jenis kelamin- Hari/tanggal- Keluhan utama- Tindakan yang dilakukan (terapi murottal)- Lama tindakan- Jenis terapi murottal yang diberikan- Respon klien
----	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Sumber : Budiyanto, 2020

JADWAL PROPOSAL

Kegiatan	Bulan																							
	Jul				Ags				Sep				Okt				Nov				Des			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Pengajuan Judul	■																							
Isi Pendahuluan		■																						
Penyusunan Proposal			■																					
Konsultasi Proposal				■																				
Acc Proposal						■																		
Konsultasi Program							■																	
Konsultasi Proposal								■																
Perbaikan Proposal												■												
Validasi dan Reliabilitas																								
Revisi																								
Penelitian											■													
Penyusunan Laporan												■												
Konsultasi															■									
Sidang Skripsi																■								
Revisi																			■					
Acc Hasil																				■				

TABEL TABULASI

USIA	Riwayat_Penyakit	Riwayat_Psikologis	Lingkungan_Tidur	Smartphone	Kafein_Gula	Olahraga	PSQI_Total_Pre	PSQI_Total_Post	Kualitas_Tidur
68	0	0	0	0	0	0	13	2	0
54	0	0	0	1	0	0	11	5	0
60	0	0	0	1	0	0	4	3	0
57	0	0	0	1	0	0	19	5	0
64	0	0	0	0	0	0	11	2	0
73	0	0	0	0	0	0	5	5	0
67	0	0	0	0	0	0	12	1	0
60	0	0	0	0	0	0	10	4	0
59	0	0	0	0	0	0	17	5	0
62	0	0	0	0	0	0	16	3	0
61	0	0	0	0	0	0	13	4	0
69	0	0	0	0	0	0	11	8	1
71	0	0	0	0	0	0	17	5	0

Lampiran 11

OUTPUT SPSS HASIL PENELITIAN

EXAMINE VARIABLES=PSQI_Total_Pre PSQI_Total_Post

/PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPLOT

/COMPARE GROUPS

/STATISTICS NONE

/CINTERVAL 95

/MISSING LISTWISE

/NOTOTAL.

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PSQI_Total_Pre	13	100,0%	0	0,0%	13	100,0%
PSQI_Total_Post	13	100,0%	0	0,0%	13	100,0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PSQI_Total_Pre	,160	13	,200*	,939	13	,447
PSQI_Total_Post	,215	13	,102	,926	13	,305

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

a. Lilliefors Significance Correction

FREQUENCIES VARIABLES=Usia Riwayat_Penyakit Riwayat_Psikologis Lingkungan_Tidur Smartphone

Kafein_Gula Olahraga

/STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN

/ORDER=ANALYSIS.

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	54	1	7,7	7,7	7,7
	57	1	7,7	7,7	15,4
	59	1	7,7	7,7	23,1
	60	2	15,4	15,4	38,5
	61	1	7,7	7,7	46,2
	62	1	7,7	7,7	53,8
	64	1	7,7	7,7	61,5
	67	1	7,7	7,7	69,2
	68	1	7,7	7,7	76,9
	69	1	7,7	7,7	84,6
	71	1	7,7	7,7	92,3
	73	1	7,7	7,7	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

Riwayat_Penyakit

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	13	100,0	100,0	100,0

Riwayat_Psikologis

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	13	100,0	100,0	100,0

Lingkungan_Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	13	100,0	100,0	100,0

Smartphone

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	10	76,9	76,9	76,9
	1	3	23,1	23,1	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

Kafein_Gula

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	13	100,0	100,0	100,0

Olahraga

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	13	100,0	100,0	100,0

DATASET ACTIVATE DataSet1.

```
SAVE OUTFILE='C:\SKRIPSI\SKRIPSI FIX\data penelitian menopause.sav'  
/COMPRESSED.  
FREQUENCIES VARIABLES=PSQI_Total_Pre PSQI_Total_Post  
/STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN  
/ORDER=ANALYSIS.
```

Statistics

		PSQI_Total_Pre	PSQI_Total_Post
N	Valid	13	13
	Missing	0	0
Mean		12,23	4,00
Median		12,00	4,00
Std. Deviation		4,438	1,826
Minimum		4	1
Maximum		19	8

PSQI_Total_Pre

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	1	7,7	7,7	7,7
	5	1	7,7	7,7	15,4
	10	1	7,7	7,7	23,1
	11	3	23,1	23,1	46,2
	12	1	7,7	7,7	53,8
	13	2	15,4	15,4	69,2
	16	1	7,7	7,7	76,9
	17	2	15,4	15,4	92,3

	19	1	7,7	7,7	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

PSQI_Total_Post

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	7,7	7,7	7,7
	2	2	15,4	15,4	23,1
	3	2	15,4	15,4	38,5
	4	2	15,4	15,4	53,8
	5	5	38,5	38,5	92,3
	8	1	7,7	7,7	100,0
	Total	13	100,0	100,0	

T-TEST PAIRS=PSQI_Total_Pre WITH PSQI_Total_Post (PAIRED)
 /CRITERIA=CI(.9500)
 /MISSING=ANALYSIS.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PSQI_Total_Pre	12,23	13	4,438	1,231
	PSQI_Total_Post	4,00	13	1,826	,506

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PSQI_Total_Pre PSQI_Total_Post	&13	,093	,764

Paired Samples Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Paired Differences		t	df	Sig. (2-tailed)
				95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 PSQI_Total_Pre - PSQI_Total_Post	8,231	4,640	1,287	5,427	11,034	6,396	12	,000

Lampiran 12

SURAT PRA SURVEY DAN PENELITIAN



Nomor : 238 /IL.3.AU/F/20/2025
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Pra Survey & Penelitian

Kepada Yth :
Kepala Day Care Lansia Aisyiah Pringsewu
di
Tempat

Sehubungan dengan pelaksanaan penyusunan Skripsi mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung Program Studi S1 Kebidanan Tahun Akademik 2024/2025, kami mohon kepada Kepala Day Care Lansia Aisyiah Pringsewu, untuk dapat memberikan izin *Pra Survey* kepada Mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Semester : VII (Tujuh)

Dengan Judul Penelitian :

"EFEKTIFITAS TERAPI MUROTTAL AL'QURAN TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA WANITA MENOPAUSE DI DAY CARE LANSIA AISYIAH PRINGSEWU TAHUN 2025"

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Pringsewu, 28 Juli 2025


Muryati, M.Epid.Ph.D
927 024

Lampiran 13

SURAT KETERANGAN LULUS UJI ETIK



**KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU**

Jl. KH. Ahmad Dahlan No.112 Pringsewu, Lampung 35373
Email : komite_etik@umpri.ac.id

**PERSETUJUAN KOMISI ETIK TENTANG PELAKSANAAN PENELITIAN
BIDANG KESEHATAN**

Nomor : 0259/KEPK/FKes/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, ketua Komite etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu, setelah dilaksanakan pemeriksaan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

**"EFEKTIVITAS TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA WANITA
MENOPAUSE DI DAY CARE LANSIA 'AISYIYAH PRINGSEWU TAHUN 2025"**

Yang menggunakan manusia sebagai subyek penelitian dengan peneliti utama :

Nama : AFIFA EZ ZAHRA

NIM : 2022206206027

Asal Institusi : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Dapat disetujui pelaksanaannya selama tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian.

Pringsewu, 1 September 2025
Komite Etik Penelitian Fakultas Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pringsewu
Ketua,



Nur Fadhilah M.Kes., Ph.D
NBM: 927 023

Lampiran 14

LEMBAR KONSUL JUDUL



LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI
PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Pembimbing I : Dzul Istiqomah Hasyim, S.ST., Bdn., M. Kes
Judul : Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur-an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
1.	23/5/2025	Konsul judul	
2.	25/5/2025	Beats pengantar judul	
3.	26/5/2025	Acc judul	
4.	20/6/2025	Bab I BAB II BAB III	



LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI
PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Pembimbing I : Dzul Istiqomah Hasyim, S.ST., Bdn., M. Kes
Judul : Hubungan Mendengarkan Murottal Al-Qur'an dengan Kualitas Tidur Wanita Perimenopause

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
5	24-7-2025	<p>- Pada BAB I latar belakang dibentarkan pemerataan kesehatan dampak dari kualitas tidur yg berpengaruh antara pada wanita perimenopause.</p> <p>BAB II Tambah teori.</p> <p>① Cari teori tambahan y/ pengertian kualitas tidur</p> <p>② Pada faktor "kualitas tidur" dijelaskan</p> <p>③ Cari pengertian lain hrs perimenopause.</p> <p>Revisi karna instrumen awal dan lembar observasi</p> <p>① Murottal sebagai terapi non-farmakologis : pengaruhnya terhadap kualitas tidur perempuan perimenopause</p>	

② Efektifitas terapi Murottal Al-Qur'an terhadap
kualitas tidur pada wanita perimenopause.



LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI
PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Pembimbing I : Dzul Istiqomah Hasyim, S.ST., Bdn., M. Kes
Judul : Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur-an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
6-	9/2025 8	<ul style="list-style-type: none">- Perbaiki dan rapikan typo - typo,- pada rumusan masalah ditambahkan deskripsi singkat- Tambah teori ttg masing-masing pector kualitas tidur beserta penelaahannya- Tambah teori ttg penyebab bunak- kerangka teori- variabel pengganggu ditambahkan penelaahannya.- Konteks inkuisi dan eskul- Instruksi penulisan ttg terapan murti dan bentuk penelaahannya- Lembar observasi dan lembar identifikasi responden	



LEMBAR HIMPINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI
PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Pembimbing I : Dzul Istiqomah Hasyim, S.ST., Bdn., M. Kes
Judul : Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur-an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf								
7.	5/8 ²⁰²⁵	<p>Skema desain penelitian :</p> <table border="1"><tr><td>keompok</td><td>Pretest</td><td>Intervensi</td><td>Posttest</td></tr><tr><td>Suku kelompok</td><td>O₁</td><td>X</td><td>O₂</td></tr></table> <p>Keterangan: O₁ : Pengukuran awal (pretest) sebelum intervensi X : Pemberian perlakuan / intervensi O₂ : Pengukuran akhir (posttest) setelah intervensi</p> <p>Tambahkan lampiran: penelitian di BAB II - Data penelitian dan analisis, paragraf & kesimpulan</p>	keompok	Pretest	Intervensi	Posttest	Suku kelompok	O ₁	X	O ₂	
keompok	Pretest	Intervensi	Posttest								
Suku kelompok	O ₁	X	O ₂								
8.	12/9/2025	<p>Tambahkan:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kata pengantar, Anggaran halap dan kamus2. SUP Murottal3. Timeline penelitian / PUA.4. Abstrak.5. Daftar isi/daftar isi.									



LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI
PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Pembimbing I : Dzul Istiqomah Hasyim, S.ST., Bdn., M. Kes
Judul : Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur-an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
9		Tambahkan perbaikan POA / sumber penerbitan	
10		Konsul power point	
11		Acc masu proposal / ojsan	
12	11 / 8 2025	- Perbaiki pada kata pengantar - Tambahkan artinya pada ayat surat ar - Rahman - Tambahkan sampel (rumus sampel) - Tambahkan petunjuk pengisian kuisioner	
13	21 / 8 2025	Acc perus soalang proposal, lanjutkan usi etik, dan penerbitan.	



LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI
PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Pembimbing I : Dzul Istiqomah Hasyim, S.ST., Bdn., M. Kes
Judul : Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur-an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
11.	10-9-2025	Acc masuk usulan proposal	
12.	17-9-2025	Kontrol keutuhan bidang	
13.	15-9-2025	Kontrol us etic.	
14.	16-9-2025	Penelitian.	



LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI
PRODI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

Nama : Afifa Ez Zahra
NIM : 2022206206027
Pembimbing I : Dzul Istiqomah Hasyim, S.ST., Bdn., M. Kes
Judul : Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur-an Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
1.	18-10-2025	- Kontrol hasil penelitian, data narasumber dan data	
2.	20-10-2025	- Bab 4 dan bab 5. Pembahasan lebih tajam. kesimpulan dan saran lebih apik lagi	
3.	22-10-2025	- lengkapi data awal-akhir porsi bab 4	
4.	25-10-2025	- Porsi ppt - persiapan uraian uraian	
5.	27-10-2025	Acc Uraian Urain	
6.	29-10-2025	- Jalannya penulisan, abstrak, tabel, pembahasan, penyajian literatur	

7. 31-10-2025 Acc porsi uraian uraian.
Acc refer

Lampiran 15

DOKUMENTASI



Pengisian Kuesioner



Pretest



Penjelasan Penelitian



Posttest

