

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA *PRENATAL MATERNAL STRESS* DAN  
KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL DI KOTA  
PALEMBANG**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran (S. Ked)



**Rachellida Niapulina**  
**04011281924155**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UMUM  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
2022**

## HALAMAN PENGESAHAN

# HUBUNGAN ANTARA *PRENATAL MATERNAL STRESS* DAN KUALITAS TIDUR IBU HAMIL DI KOTA PALEMBANG

## LAPORAN AKHIR SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran  
di Universitas Sriwijaya

Oleh:

**Rachellida Niapulina**  
04011281924155

Palembang, 14 Desember 2022  
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I  
**dr. Raissa Nurwany, Sp. OG**  
NIP. 1990021272015042003

Pembimbing II  
**dr. Alfian Hasbi, Sp. Rad**  
NIP. 1989060420140401001

Penguji I  
**dr. Syifa Alkaf, Sp. OG**  
NIP. 198211012010122002

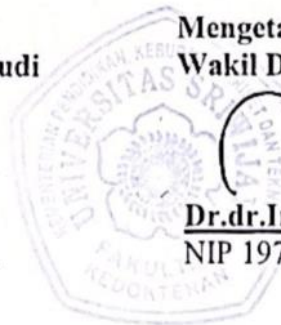
Penguji II  
**dr. Budi Santoso, M.Kes**  
NIP. 198410162014041003

Koordinator Program Studi  
Pendidikan Dokter

**dr. Susilawati, M.Kes**  
NIP 197802272010122001

Mengetahui  
Wakil Dekan I

**Dr.dr.Irfannuddin, Sp. KO., M.Pd.Ked**  
NIP 197306131999031001



## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa laporan akhir skripsi dengan judul “Hubungan antara Prenatal Maternal Stress dan Kualitas Ibu Hamil di Kotas Palembang” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 14 Desember 2022.

Palembang, 14 Desember 2022

Tim Penguji Karya Ilmiah berupa laporan akhir skripsi

Pembimbing I

dr. Raissa Nurwany, Sp. OG  
NIP. 1990021272015042003



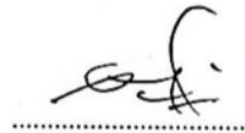
Pembimbing II

dr. Alfian Hasbi, Sp. Rad  
NIP. 1989060420140401001



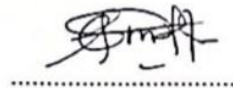
Penguji I

dr. Syifa Alkaf, Sp. OG  
NIP. 198211012010122002



Penguji II

dr. Budi Santoso, M.Kes  
NIP. 198410162014041003



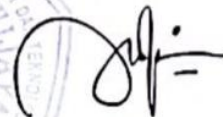
Koordinator Program Studi  
Pendidikan Dokter



dr. Susilawati, M.Kes  
NIP 197802272010122001



Mengetahui  
Wakil Dekan I



Dr.dr.Irfannuddin, Sp.KO.,M.Pd.Ked  
NIP 197306131999031001

## HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rachellida Niapulina

NIM : 04011281924155

Judul : Hubungan Antara *Prenatal Maternal Stress* dan Kualitas Tidur Ibu Hamil di Kota Palembang

Menyatakan bahwa Skripsi saya merupakan hasil karya sendiri didampingi oleh pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/*plagiat*. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/*plagiat* dalam Skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang, 14 Desember 2022



Rachellida Niapulina

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA *PRENATAL MATERNAL STRESS* DAN KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL DI KOTA PALEMBANG

(Rachellida Niapulina, 14 Desember 2022, 114 Halaman)  
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**Latar belakang:** Tidur adalah proses fisiologis alami yang vital bagi kesejahteraan fisik dan mental ibu hamil dan janinnya. Kualitas tidur sangat penting untuk kesehatan fisik dan mental ibu dan janin. Wanita hamil sangat rentan terhadap gangguan tidur. Faktor potensial yang berkontribusi terhadap gangguan tidur adalah stres pada ibu hamil (*prenatal maternal stress*). Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *prenatal maternal stress*.

**Metode:** Penelitian berjenis analitik observasional dengan cara mengumpulkan data primer pada tanggal 18 Oktober hingga 19 November 2022. Data ini diambil dengan menyebarkan kuisioner secara langsung kepada 6 puskesmas (Puskesmas Pembina, Puskesmas Kampus, Puskesmas Sabokingking, Puskesmas Kertapati, Puskesmas Dempo, dan Puskesmas Alang-Alang Lebar) Kota Palembang. Kuisioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pregnancy Stress Rating Scale (PSRS)* dan *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*.

**Hasil:** Pada penelitian ini diperoleh hasil, bahwa dari 56 ibu hamil di Kota Palembang sebanyak 57,1% ibu hamil mengalami stres (stres ringan (51,8%) dan stres sedang (5,3%)). Terdapat 39,3% ibu hamil dengan kualitas tidur baik dan 60,7% ibu hamil dengan kualitas tidur buruk. Pada analisis bivariat ditemukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil (PR=4.350; 95% CI: (1.979 – 9.564; p=0,000). Terdapat juga hubungan yang signifikan antara usia ibu hamil dengan *prenatal maternal stress* (PR= 0,323; 95% CI: (0.168 – 0.612); p=0,000) dan hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan *prenatal maternal stress* (PR= 0.425; 95% CI: (0.198 – 0.913); p = 0,013).

**Kesimpulan:** Dari 56 ibu hamil di Kota Palembang sebanyak 57,1% ibu hamil mengalami stres dan 60,7% ibu hamil dengan kualitas tidur buruk. Terdapat hubungan yang signifikan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang. Adapun faktor-faktor protektif *prenatal maternal stress*, yaitu usia dan pekerjaan ibu.

**Kata kunci:** Ibu hamil, *Prenatal Maternal Stress*, Kualitas Tidur

## ABSTRACT

### THE RELATIONSHIP BETWEEN PRENATAL MATERNAL STRESS AND SLEEP QUALITY IN PREGNANT WOMEN IN PALEMBANG

(Rachellida Niapulina, December 14<sup>th</sup> 2022, 114 pages)

Faculty of Medicine, Sriwijaya University

**Background:** Sleep is a natural physiological process that is vital for the physical and mental well-being of pregnant women and their fetus. Sleep quality is very important for the physical and mental health of the mother and fetus. Pregnant women are especially prone to sleep disturbances. A potential factor that contributes to sleep disturbances is stress in pregnant women (prenatal maternal stress). This research was conducted with the aim of knowing the relationship between prenatal maternal stress and sleep quality in pregnant women in Palembang. This study also aims to determine the factors that influence prenatal maternal stress.

**Methods:** This study is analytic observational, with primary data collected from October 18 to November 19. Data was collected by distributing questionnaires directly to 6 puskesmas (Pembina Health Center, Kampus Health Center, Sabokingking Health Center, Kertapati Health Center, Dempo Health Center, and Alang-Alang Lebar Health Center ) Palembang. Pregnancy Stress Rating Scale (PSRS) and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaires were used in this study.

**Results:** In this study, the results obtained were that of 56 pregnant women in Palembang, 57.1% of pregnant women experienced stress (mild stress (51.8%) and moderate stress (5.3%)). There were 39.3% of pregnant women with good sleep quality and 60.7% of pregnant women with poor sleep quality. In bivariate analysis it was found that there was a significant relationship between prenatal maternal stress and quality of sleep in pregnant women (PR=4.350; 95% CI: (1.979 – 9.564; p= 0,000). There was also a significant relationship between the age of pregnant women and prenatal maternal stress (PR= 0,323; 95% CI: (0.168 – 0.612); p=0,000) and a significant relationship between maternal work and prenatal maternal stress (PR= 0.425; 95% CI: (0.198 – 0.913); p = 0,013).

**Conclusion:** Among 56 respondents, 57.1% of pregnant women experienced stress and 60.7% of pregnant women with poor sleep quality. There was a significant relationship between prenatal maternal stress and sleep quality in pregnant women in Palembang. The protective factors for prenatal maternal stress were age and mother's occupation.

**Keywords:** Pregnant women, Prenatal Maternal Stress, Sleep Quality

## RINGKASAN

### HUBUNGAN ANTARA *PRENATAL MATERNAL STRESS* DAN KUALITAS TIDUR IBU HAMIL DI KOTA PALEMBANG

Karya tulis ilmiah berupa skripsi, 14 Desember 2022

Rachellida Niapulina: Dibimbing oleh dr. Raissa Nurwany, Sp. OG dan dr. Alfian Hasbi, Sp. Rad

Pendidikan Dokter Umum, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

cxiv + 114 halaman + 12 lampiran

Tidur adalah proses fisiologis alami yang vital bagi kesejahteraan fisik dan mental ibu hamil dan janinnya. Kualitas tidur sangat penting untuk kesehatan fisik dan mental ibu dan janin. Wanita hamil sangat rentan terhadap gangguan tidur. Faktor potensial yang berkontribusi terhadap gangguan tidur adalah stres pada ibu hamil (*prenatal maternal stress*). Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *prenatal maternal stress*.

Penelitian berjenis analitik observasional dengan cara mengumpulkan data primer pada tanggal 18 Oktober hingga 19 November 2022. Data ini diambil dengan menyebarkan kuisioner secara langsung kepada 6 puskesmas (Puskesmas Pembina, Puskesmas Kampus, Puskesmas Sabokingking, Puskesmas Kertapati, Puskesmas Dempo, dan Puskesmas Alang-Alang Lebar) Kota Palembang. Kuisioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pregnancy Stress Rating Scale* (PSRS) dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI).

Pada penelitian ini diperoleh hasil, bahwa dari 56 ibu hamil di Kota Palembang sebanyak 57,1% ibu hamil mengalami stres (stres ringan (51,8%) dan stres sedang (5,3%)). Terdapat 39,3% ibu hamil dengan kualitas tidur baik dan 60,7% ibu hamil dengan kualitas tidur buruk. Pada analisis bivariat ditemukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara prenatal maternal stress dan kualitas tidur pada ibu hamil (PR=4.350; 95% CI: (1.979 – 9.564; p= 0,000). Terdapat juga hubungan yang signifikan antara usia ibu hamil dengan *prenatal maternal stress* (PR= 0,323; 95% CI: (0.168 – 0.612); p=0,000) dan hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan *prenatal maternal stress* (PR= 0.425; 95% CI: (0.198 – 0.913); p = 0,013). Dari 56 ibu hamil di Kota Palembang sebanyak 57,1% ibu hamil mengalami stres dan 60,7% ibu hamil dengan kualitas tidur buruk. Terdapat hubungan yang signifikan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang. Adapun faktor-faktor protektif *prenatal maternal stress*, yaitu usia dan pekerjaan ibu.

**Kata Kunci:** Ibu hamil, *Prenatal Maternal Stress*, Kualitas Tidur

## SUMMARY

The Relationship Between Prenatal Maternal Stress and Sleep Quality of Pregnant Women in Palembang

Scientific Paper in the form of Skripsi, December 14<sup>th</sup>, 2022

Rachellida Niapulina : supervised by dr. Raissa Nurwany, Sp. OG and dr. Alfian Hasbi, Sp. Rad

Medical Science Departement, Faculty of Medicine, Sriwijaya University

cxiv + 114 pages + 12 attachment

Sleep is a natural physiological process that is vital for the physical and mental well-being of pregnant women and their fetuses. Sleep quality is very important for the physical and mental health of the mother and fetus. Pregnant women are especially prone to sleep disturbances. A potential factor that contributes to sleep disturbances is stress in pregnant women (prenatal maternal stress). This research was conducted with the aim of knowing the relationship between prenatal maternal stress and sleep quality in pregnant women in Palembang. This study also aims to determine the factors that influence prenatal maternal stress.

This study is analytic observational, with primary data collected from October 18 to November 19. Data was collected by distributing questionnaires directly to 6 puskesmas (Pembina Health Center, Kampus Health Center, Sabokingking Health Center, Kertapati Health Center, Dempo Health Center, and Alang-Alang Lebar Health Center ) Palembang. Pregnancy Stress Rating Scale (PSRS) and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaires were used in this study.

In this study, the results obtained were that of 56 pregnant women in Palembang, 57.1% of pregnant women experienced stress (mild stress (51.8%) and moderate stress (5.3%)). There were 39.3% of pregnant women with good sleep quality and 60.7% of pregnant women with poor sleep quality. In bivariate analysis it was found that there was a significant relationship between prenatal maternal stress and quality of sleep in pregnant women (PR=4.350; 95% CI: (1.979 – 9.564; p= 0,000). There was also a significant relationship between the age of pregnant women and prenatal maternal stress (PR= 0,323; 95% CI: (0.168 – 0.612); p=0,000) and a significant relationship between maternal's occupation and prenatal maternal stress (PR= 0.425; 95% CI: (0.198 – 0.913); p = 0,013) Among 56 respondents, 57.1% of pregnant women experienced stress and 60.7% of pregnant women with poor sleep quality. There was a significant relationship between prenatal maternal stress and sleep quality in pregnant women in Palembang. The protective factors for prenatal maternal stress were age and mother's occupation.

**Keywords:** : Pregnant women, Prenatal Maternal Stress, Sleep Quality



## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rachellida Niapulina

NIM : 04011281924155

Judul : Hubungan Antara *Prenatal Maternal Stress* dan Kualitas Tidur Ibu Hamil di Kota Palembang

Memberikan izin kepada Pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Dalam kasus ini saya setuju untuk menempatkan Pembimbing sebagai penulis korespondensi (*Corresponding author*).

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang , 14 Desember 2022



Rachellida Niapulina

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya skripsi saya yang berjudul "**Hubungan Antara *Prenatal Maternal Stres dan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil di Kota Palembang***" dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Penyusunan skripsi ini untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Dalam penulisan skripsi ini, mustahil rasanya apabila tanpa bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, izinkan saya berterimakasih kepada:

1. Yang terhormat, dr. Raissa Nurwany, Sp.OG selaku dosen pembimbing I dan dr. Alfian Hasbi, Sp.Rad selaku dosen pembimbing II saya. Beliau senantiasa memberikan waktu, tenaga, pikiran, dan tak lupa dukungan agar saya menyelesaikan proposal skripsi dengan baik.
2. Yang terhormat, dosen penguji dr. Syifa Alkaf, Sp.OG selaku dosen penguji satu, dr. Swanny, M.Sc selaku penguji II proposal skripsi, dan dr. Budi Santoso selaku penguji II skripsi yang sudah menyisihkan waktunya untuk memberikan arahan, masukan, serta dukungan dalam penyusunan skripsi dari awal hingga akhir.
3. Orang tua, Bapak, Mamak, dan Mami saya yang selalu memberikan doa dan dukungan selama penulisan proposal skripsi ini
4. Andre William S.Ked yang senantiasa menemani dan mendukung saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Sahabat-sahabat saya yaitu Puspita, Qherin, Eprila, Priscillia dan seluruh teman-teman PSPD angkatan 2019 yang banyak membantu dan memberikan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi.
6. Sahabat-sahabat saya yang dari jauh di tempatnya masing-masing yaitu Tami, Ike, Ivana, Elia yang selalu mendukung dan mendoakan saya dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis sangat menyadari bahwa banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini dan memohon saran serta kritik terhadap kekurangan dan ketidaksempurnaan yang penulis lakukan. Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan berkah dan membalas kebaikan terhadap pihak yang telah bersedia membantu dalam penulisan skripsi ini.

Palembang, 14 Desember 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'RNI' with a long horizontal stroke extending to the left.

Rachellida Niapulina

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
RINGKASAN.....	viii
SUMMARY.....	ix
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
DAFTAR SINGKATAN.....	xix
BAB 1.....	21
PENDAHULUAN.....	21
1.1 Latar Belakang.....	21
1.2 Rumusan Masalah.....	22
1.3 Tujuan Penelitian.....	22
1.3.1 Tujuan umum.....	22
1.3.2 Tujuan Khusus.....	22
1.4 Hipotesis.....	23
1.5 Manfaat Penelitian.....	23
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	23
1.5.2 Manfaat Praktis.....	23
BAB II.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TINJAUAN PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Fisiologi Kehamilan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1 Sistem Respiratorius.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2 Sistem Kardiovaskular.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3 Sistem Endokrin.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.4 Sistem Saraf Pusat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.5 Psikologis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.2	<i>Prenatal Maternal Stress</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.1	Definisi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.2	Epidemiologi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.3	Patofisiologi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.4	Manifestasi Klinis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.5	Faktor Risiko.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.6	Alat Ukur.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3	Fisiologi Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.1	Definisi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.2	Gelombang Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.3	Tahapan tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.4	Kebutuhan Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.5	Kebutuhan Tidur pada Ibu Hamil ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4	Gangguan Tidur pada Ibu Hamil.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.1	<i>Sleep-Related Breathing Disorders</i> (SRBDs)	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.2	<i>Restless Leg Syndrome</i> (RLS).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.3	Insomnia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.4	Alat Ukur Kualitas Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5	Hubungan <i>Prenatal Maternal Stress</i> dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6	Kerangka Teori.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.7	Kerangka Konsep .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III.....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
METODE PENELITIAN.....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1	Jenis Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3	Populasi dan Sampel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3.1	Populasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3.2	Sampel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3.3	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4	Variabel Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.1	Variabel Bebas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.2	Variabel Terikat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5	Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6	Cara Kerja/Cara Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.7	Cara Pengolahan dan Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.7.1	Analisis <i>Univariate</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.7.2	Analisis <i>Bivariate</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.8	Kerangka Operasional .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HASIL DAN PEMBAHASAN .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1	Hasil Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.1	Analisis Univariat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.2	Analisis Bivariat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2	Pembahasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.1	Angka Kejadian <i>Prenatal Maternal Stress</i> dan Penurunan Kualitas Tidur	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.2	Hubungan <i>Prenatal Maternal Stress</i> dan Kualitas Tidur Ibu Hamil di Kota Palembang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.3	Hubungan Usia Ibu dengan Stres .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.4	Hubungan IMT Ibu Hamil dengan Stres .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.5	Hubungan Usia Kehamilan dengan Stres .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.6	Hubungan Gravida Ibu dengan Stres	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.7	Hubungan Paritas Ibu dengan Stress	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.8	Hubungan Pendidikan Ibu dengan Stres .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.9	Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Stres .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.10	Hubungan Riwayat Persalinan dengan Stres..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.11	Hubungan Riwayat Abortus dengan Stres .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3	Keterbatasan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KESIMPULAN .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1	Kesimpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2	Saran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
RIWAYAT HIDUP .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## **DAFTAR GAMBAR**

2.1	Macam-macam gelombang tidur.....	9
2.2	Tingkat gelombang tidur terhadap waktu.....	10
2.3	Sekresi hormon gulokortikoid.....	17
2.4	Kerangka teori.....	19
2.5	Kerangka konsep.....	20
3.1	Kerangka operasioanl.....	28

## DAFTAR TABEL

2.1 Kebutuhan tidur berdasarkan usia.....	11
2.2 <i>Insomnia Severity Index (ISI)</i> .....	16
3.1 Definisi operasional.....	24
4.1 Karakteristik demografi ibu hamil.....	30
4.2 Tingkat stress ibu hamil berdasarkan PSRS.....	31
4.3 Frekuensi penilaian kualitas tidur pada ibu hamil.....	32
4.4 Sebaran nilai PSQI.....	32
4.5 Pengelompokan kategori stres.....	33
4.6 Hubungan usia ibu dengan stres .....	33
4.7 Hubungan usia kehamilan dengan stres.....	34
4.8 Pengelompokan kategori IMT ibu hamil.....	35
4.9 Hubungan IMT ibu hamil dengan stres.....	35
4.10 Hubungan gravida ibu dengan stres.....	36
4.11 Hubungan paritas ibu dengan stres.....	36
4.12 Hubungan riwayat pendidikan dengan stres.....	37
4.13 Hubungan pekerjaan ibu dengan stres.....	38
4.14 Hubungan riwayat persalinan dengan stres.....	39
4.15 Hubungan riwayat abortus dengan stres.....	40
4.16 Hubungan stres dan kualitas tidur pada ibu hamil.....	40



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan.....	61
Lampiran 2. Lembar <i>Informed Consent</i> .....	62
Lampiran 3. Lembar Identitas dan Karakteristik Responden .....	63
Lampiran 4. Kuisisioner <i>Pregnancy Stress Rating Scale</i> (PSRS).....	64
Lampiran 5. Kuisisioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI) Indonesia..	66
Lampiran 6. Penilaian <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI) Indonesia...	68
Lampiran 7. Sertifikat Etik Penelitian .....	70
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan.....	71
Lampiran 9. Lembar Konsultasi Pembimbing.....	72
Lampiran 10. Surat Persetujuan Sidang Skripsi.....	73
Lampiran 11. Hasil Pemeriksaan Turnitin.....	74
Lampiran 12. <i>Output</i> SPSS.....	75

## DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
AHI	: <i>Apnea-hypopnea index</i>
ARAS	: <i>Ascending reticular activating system</i>
AVP	: <i>Arginine vasopressin</i>
AVPR1a	: <i>Vasopressin receptor 1a</i>
AVPR1b	: <i>Vasopressin receptor 1b</i>
CO <sub>2</sub>	: <i>Karbon dioksida</i>
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
Crhr1	: <i>Corticotropin releasing hormone receptor 1</i>
EEG	: <i>Elektroensefalogram</i>
GABA	: <i>Asam g-aminobutirat</i>
HPA	: <i>Hipotalamus-hipofisis-adrenokortikal</i>
IMT	: <i>Indeks Massa Tubuh</i>
ISI	: <i>Insomnia Severity Index</i>
mPVN	: <i>Magnocellular paraventricular nucleus</i>
NREM	: <i>Non-rapid eye movement</i>
OSA	: <i>Obstructive sleep apnea</i>
OSAH	: <i>Obstructive sleep apnea-hypopnea</i>
PET	: <i>Positron emission tomography</i>
PLM	: <i>Periodic Leg Movement</i>
pPVN	: <i>Parvocellular paraventricular nucleus</i>

PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
PSRS	: <i>Pregnancy stres rating scale</i>
PVN	: <i>Paraventricular nucleus</i>
REM	: <i>Rapid eye movement</i>
RLS	: <i>Restless Leg Syndrome</i>
SON	: <i>Supraoptic nucleus</i>
SPECT	: <i>Single-photon emission computed tomography</i>
SRBD	: <i>Sleep-Related Breathing Disorders</i>

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Tanda-tanda kehamilan dapat diketahui melalui pemeriksaan yang direkam oleh pemeriksa (misalnya denyut jantung janin, gambaran sonogram janin, dan gerakan janin).<sup>1</sup>

Tidur adalah proses fisiologis alami yang vital bagi kesejahteraan fisik dan mental ibu hamil dan janinnya. Kualitas tidur sangat penting untuk kesehatan fisik dan mental ibu dan janin. Seorang ibu hamil harus mendapatkan setidaknya 7-8 jam tidur malam, namun untuk ibu hamil bisa sampai 10 jam, tergantung pada usia ibu hamil.<sup>2-5</sup>

Sebuah penelitian *cross sectional* yang dilakukan di China mendapatkan hasil wanita yang hamil lebih sering mengalami gangguan tidur dari pada wanita yang tidak hamil.<sup>6</sup> Insomnia adalah gangguan tidur yang paling umum pada wanita selama kehamilan, mempengaruhi 52% hingga 61% wanita hamil.<sup>7</sup> Seorang ibu hamil yang tidur kurang dari enam jam memiliki risiko kelahiran prematur, preeklamsia, partus lama, kadar progesteron rendah, abrupsio plasenta, keguguran, kematian janin, dan berat badan lahir rendah.<sup>2</sup> Dengan bertambahnya usia kehamilan, frekuensi gangguan tidur ikut meningkat.<sup>6</sup> Masalah tidur yang paling umum diamati pada wanita hamil adalah *restless leg syndrome*, *sleep apnea*, insomnia, refluks gastroesofageal nokturnal, dan masalah pernapasan terkait tidur.<sup>2</sup>

Selama trimester pertama, waktu tidur ibu hamil akan lebih lama, sering mengalami kantuk pada siang hari kemungkinan karena perubahan hormonal, tetapi pada malam hari ibu hamil akan sering buang air kecil, sesak napas, mulas, posisi tubuh mulai tidak nyaman di tempat tidur, nyeri payudara, dan gatal-gatal.<sup>2,8</sup> Pada trimester kedua, kualitas tidur membaik dan kantuk di siang hari berkurang, namun, pada malam hari terjadi gangguan pernafasan saat tidur yaitu mendengkur. Pada trimester ketiga, banyak wanita mengalami *restless leg syndrome* dan gangguan pernapasan saat tidur termasuk mendengkur dan *obstructive sleep apnea*.<sup>8</sup>

Faktor penentu kualitas tidur ibu hamil yang buruk adalah status sosial ekonomi, usia, perceraian, indeks massa tubuh, kehamilan pertama, riwayat kematian janin, riwayat persalinan lama, defisiensi seng dan fluor, masa kehamilan, dan memiliki riwayat penyakit kronis, penyakit medis (DM, hipertensi), kurangnya kesadaran tentang praktik kebersihan tidur, kehamilan yang tidak diinginkan, kurangnya dukungan sosial, dan riwayat penyakit mental.<sup>2</sup>

Faktor potensial yang berkontribusi terhadap gangguan tidur adalah stres psikososial. Respon stres dan pengaturan tidur sebagian bergantung pada aktivitas arginin vasopresin (AVP). AVP adalah hormon dan neuropeptida yang bersama dengan oksitosin (OT), memiliki peranan penting dalam perilaku afiliasi dan sosial termasuk peran khusus dalam kehamilan dan persalinan dan dalam ritme sirkadian. Kemungkinan ada hubungan dua arah di mana stres dapat menyebabkan gangguan tidur, termasuk kurang tidur kronis dan ketidakselarasan sirkadian, dapat meningkatkan respons stres.<sup>8</sup>

Adanya saling keterkaitan dua arah antara stres maternal dan kualitas tidur pada ibu hamil membuat peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut lebih dalam lagi. Peneliti juga ingin mengetahui tingkat prevalensi ibu hamil yang mengalami gangguan tidur di Kota Palembang. Sehingga implikasi dari temuan tersebut dapat memberikan bukti ilmiah untuk pengembangan strategi pencegahan dan intervensi untuk meningkatkan kualitas tidur pada ibu hamil dan mencegah terjadinya stres.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana hubungan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Untuk mengetahui adakah hubungan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi angka kejadian *prenatal maternal stress* pada ibu hamil di Kota Palembang.

2. Mengidentifikasi angka kejadian gangguan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang.
3. Menganalisis hubungan antara *prenatal maternal stress* dan gangguan tidur pada ibu hamil.
4. Mengidentifikasi faktor risiko *prenatal maternal stress* pada ibu hamil di Kota Palembang.

#### **1.4 Hipotesis**

Terdapat hubungan signifikan antara *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah dan memperluas wacana ilmu pengetahuan mengenai hubungan *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil di Kota Palembang.

##### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan betapa pentingnya menjaga kualitas tidur agar terhindar dari peningkatan risiko hasil neonatal yang merugikan seperti kelahiran rendah berat badan, retardasi pertumbuhan intrauterin, kelahiran prematur, dan kelahiran operatif.
2. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan betapa pentingnya menjaga kesehatan mental ibu hamil agar terhindar dari stres.
3. Sebagai sumber informasi dan masukan bagi klinisi untuk mengetahui hubungan *prenatal maternal stress* dan kualitas tidur pada ibu hamil.