

ABSTRAK

Trimester III seringkali disebut periode menunggu dan waspada sebab pada saat itu ibu seringkali khawatir atau takut kalau bayi yang akan dilahirkannya tidak normal, terutama bagi ibu primigravida. Kecemasan selama kehamilan akan berpengaruh pada buruknya kualitas tidur ibu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada ibu hamil primigravida trimester III. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai Agustus 2024 di PMB Henny Afrina, S.Keb. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode analitik dan desain penelitian *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 32 ibu hamil primigravida trimester III, menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk menilai kualitas tidur, dan kuesioner *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised 2* (PRAQ-R2) untuk menilai tingkat kecemasan. Data diolah dan dianalisis dengan uji statistik *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan 53% responden mengalami kecemasan sedang-berat dan 47% responden mengalami kecemasan ringan, 84.4% mengalami kualitas tidur yang buruk, dan 15.6% mengalami kualitas tidur baik. Hasil uji *Chi-Square* didapatkan $P_{value} = 0,022$, yang berarti bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada ibu hamil primigravida trimester III. Diharapkan kepada tenaga kesehatan khususnya bidan agar lebih optimal dalam memberikan asuhan bagi ibu hamil yang memiliki kualitas tidur buruk agar ibu hamil bisa mengatasi kecemasan yang dirasakan sehingga ibu hamil nantinya dapat memiliki kualitas tidur yang lebih baik.

Kata Kunci : *Kecemasan, Kualitas Tidur, Primigravida Trimester III*

Referensi : 32 Referensi (2014–2023)

ABSTRACT

Trimester III is often called waiting and alert period because at that time the mother is often worried or afraid that the baby she is about to give birth is abnormal, especially for primigravida mothers. Anxiety during pregnancy will affect the poor quality of the mother's sleep. The purpose of this study was to find out the relationship of anxiety levels with sleep quality in pregnant women primigravida trimester III. This research was conducted from January to May 2021 at PMB Henny Afrina, S.Keb. This research uses a type of quantitative research with analytical methods and cross sectional research design. Samples in this study as many as 54 pregnant women primigravida trimester III, using purposive sampling techniques. The instrument used the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire to assess sleep quality, and the Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2) questionnaire to assess anxiety levels. The data is processed and analyzed with Chi-Square statistical tests. The results showed that 53% of respondents experienced moderate-weight anxiety and 47% of respondents experienced mild anxiety, 84,4% experienced poor sleep quality, and 15.6% experienced good sleep quality. The Chi-Square test result obtained Pvalue = 0.022, which means that there is a relationship of anxiety levels with sleep quality in pregnant women primigravida trimester III. It is expected to health workers, especially midwives, to be more optimal in providing care for pregnant women who have poor sleep quality so that pregnant women can overcome anxiety felt so that pregnant women can later have better sleep quality.

Keywords : *Anxiety, Sleep Quality, Primigravida III Trimester*

References : 41 References (2014–2023)