

Nama : Teti Nurhayati  
NIM : 1033241136  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Menes

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Kehamilan trimester III merupakan periode kritis yang sering disertai perubahan fisiologis dan psikologis signifikan, termasuk meningkatnya kecemasan akibat persiapan persalinan. Kecemasan yang tinggi dapat berdampak negatif pada kualitas tidur, yang berpotensi memengaruhi kesehatan ibu dan janin.

**Tujuan:** Untuk mengetahui adakah hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil trimester III di Puskesmas Menes.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain cross sectional dengan jumlah responden 59 ibu hamil trimester III yang memenuhi kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised2* (PRAQ-R2) untuk mengukur tingkat kecemasan dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk menilai kualitas tidur. Analisis bivariat menggunakan uji Chi Square dengan tingkat signifikansi  $p < 0,05$ .

**Hasil:** Mayoritas responden mengalami kecemasan sedang (72,9%) dan kualitas tidur buruk (52,5%). Hasil *uji Chi Square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat kecemasan ( $p \text{ value} = 0,04$ ), di mana semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin buruk kualitas tidur ibu hamil.

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Menes. Intervensi keperawatan yang berfokus pada pengelolaan kecemasan diharapkan dapat meningkatkan kualitas tidur ibu hamil.

**Kata Kunci:** Ibu hamil, Kualitas Tidur, Trimester III, Tingkat Kecemasan

**Daftar Pustaka:** 49 (2015-2024)