UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Gambaran Ketidaknyamanan Fisik pada Ibu Hamil di Kota Jayapura
Dessy.naomi.hollenger, Elsi Dwi Hapsari, S.Kp., M.S., D.S ; Sri Warsini, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

INTISARI

Latar Belakang: Perubahan fisik selama masa kehamilan dapat memicu ketidaknyamanan fisik yang bisa berdampak negatif bagi kesehatan ibu dan janin. Namun hingga saat ini belum pernah dilakukan penelitian terkait ketidaknyamanan fisik pada ibu hamil di Kota Jayapura.

Tujuan: Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi dan cara mengatasi ketidaknyamanan fisik yang dilakukan oleh ibu hamil di wilayah kerja puskesmas di Distrik Abepura, Kota Jayapura.

Metode: Penelitian deskriptif kuantitatif rancangan *cross – sectional*. Dilakukan pada bulan Agustus – September 2025 dengan jumlah responden sebanyak 112 dari 3 puskesmas di wilayah kerja Distrik Abepura, Kota Jayapura. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner ketidaknyamanan fisik, modifikasi dari Wijayanti (2016), Nugraheni (2016), dan Panuntun (2016), serta telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian dianalisis menggunakan univariat dengan teknik statistik deskriptif.

Hasil: Setiap ibu hamil pada penelitian ini mengalami setidaknya satu ketidaknyamanan fisik. Prevalensi ketidaknyamanan paling banyak yaitu: mual muntah (83,9%) dan keletihan (83,9%), sementara prevalensi paling sedikit adalah ketidaknyamanan di area perineum (44,6%) dan varises (43,8%). Upaya yang dilakukan untuk mengatasi hal tersebut antara lain: istirahat yang cukup, terapi fisik, penyesuaian aktivitas, modifikasi makanan dan minuman, olahraga ringan, kelola stress, dan terapi medis/pengobatan.

Kesimpulan: Mayoritas ibu mengalami ketidaknyamanan fisik selama kehamilan dengan prevalensi terbanyak yaitu: mual muntah dan keletihan. Berbagi upaya telah dilakukan, namun pada beberapa responden masih salah untuk mengatasi ketidaknyamanan tersebut. Diharapkan ibu hamil dapat melaporkan setiap ketidaknyamanan yang dialami, serta tenaga kesehatan dapat melakukan screening dan edukasi terkait ketidaknyamanan selama masa kehamilan.

Kata Kunci: Ketidaknyamanan, Fisik, Ibu hamil

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Gambaran Ketidaknyamanan Fisik pada Ibu Hamil di Kota Jayapura
Dessy.naomi.hollenger, Elsi Dwi Hapsari, S.Kp., M.S., D.S ; Sri Warsini, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

ABSTRACT

Background: Physical changes during pregnancy can trigger physical discomfort that can negatively impact the health of both mother and fetus. However, to date, no research has been conducted on physical discomfort in pregnant women in Jayapura City.

Objective: The objective of this study was to determine the prevalence and ways of dealing with physical discomfort experienced by pregnant women in the working area of the community health center in Abepura District, Jayapura City.

Method: A quantitative descriptive cross-sectional study was conducted in August–September 2025 with 112 respondents from three community health centers in the Abepura District, Jayapura City. The measurement instrument used was a physical discomfort questionnaire, modified from Wijayanti (2016), Nugraheni (2016), and Panuntun (2016), and its validity and reliability were tested. The results were analyzed using univariate descriptive statistical techniques.

Results: Every pregnant woman in this study experienced at least one physical discomfort. The most common discomforts were nausea and vomiting (83.9%) and fatigue (83.9%), while the least common were perineal discomfort (44.6%) and varicose veins (43.8%). Efforts to address these discomforts included adequate rest, physical therapy, activity adjustments, dietary and fluid modifications, light exercise, stress management, and medical therapy/medication.

Conclusion: The majority of mothers experience physical discomfort during pregnancy, with the most common being nausea, vomiting, and fatigue. While various efforts have been made, some respondents still struggle with coping with these discomforts. It is hoped that pregnant women will report any discomfort they experience, and that healthcare providers can conduct screening and education regarding discomfort during pregnancy.

Keywords: Discomfort, Physical, Pregnant women