

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS MLATI I SLEMAN

Wahida Shintaradita¹, Wiwin Lismidiati², Elsi Dwi Hapsari²

INTISARI

Latar Belakang: Perubahan fisiologis dan psikologis terjadi selama kehamilan. Depresi merupakan salah satu perubahan psikologis yang sering dialami. Depresi dapat mempengaruhi kualitas tidur. Mempunyai kualitas tidur yang buruk selama hamil dapat mempengaruhi kondisi ibu dan bayinya.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur, mengetahui gambaran tingkat depresi dan mengetahui gambaran kualitas tidur pada ibu yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Mlati I Sleman.

Metode: Penelitian ini merupakan deskriptif analitik dengan rancangan penelitian *cross-sectional*. Pengambilan data dilakukan pada 9 Oktober-16 Desember 2015. Sebanyak 80 orang ibu hamil dipilih menggunakan *consecutive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner identitas responden, kuesioner tingkat depresi (BDI-II), dan kuesioner kualitas tidur (PSQI). Analisis statistik menggunakan uji *Chi-square* dan uji *Fisher*.

Hasil: Hasil analisis menunjukkan bahwa 76,3% responden memiliki tingkat depresi minimal dan 68,8% memiliki kualitas tidur buruk. Tidak terdapat hubungan antara karakteristik responden dengan tingkat depresi maupun kualitas tidur ($p>0,05$). Terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur ($p=0,026$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur pada ibu hamil di Puskesmas Mlati I Sleman.

Kata kunci: kehamilan, kualitas tidur, tingkat depresi

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada

THE RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSION LEVEL AND SLEEP QUALITY IN PREGNANT WOMEN AT PUSKESMAS MLATI I SLEMAN

Wahida Shintaradita¹, Wiwin Lismidiati², Elsi Dwi Hapsari²

ABSTRACT

Background: Physiological and psychological changes occur during pregnancy. One of the psychological changes are often experienced during pregnancy is depression. Depression can affect sleep quality. Having poor sleep quality during pregnancy can affect the condition of the mother and baby.

Objectives: To determine the relationship between depression level and sleep quality, to determine depression level and sleep quality in pregnant women who doing prenatal checkups at Puskesmas Mlati I Sleman.

Methods: This is a cross-sectional designed descriptive analytical research. Data were collected on October 9 to December 16, 2015. A total of 80 pregnant women were selected using consecutive sampling. Data were collected using identity respondents questionnaire, depression level questionnaire (BDI-II), sleep quality questionnaire (PSQI). Statistical analysis using Chi-square and Fisher test.

Results: The analysis showed that 76,3% of respondents have a minimum level of depression and 68,8% had poor sleep quality. There was no relationship between the characteristics of respondents with depression level and sleep quality ($p>0,05$). There is a relationship between depression level and sleep quality ($p=0,026$).

Conclusion: There is a relationship between depression level and sleep quality at Puskesmas Mlati I Sleman.

Keywords: pregnancy, sleep quality, depression level

¹Student of Nursing Science Program, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University

²Lecturer of Nursing Science Program, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University