

INTISARI

Latar Belakang: Kehamilan merupakan suatu periode transisi pada kehidupan wanita yang menimbulkan berbagai perubahan yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan fisik dan psikologis. Apabila hal ini tidak diatasi, maka kondisi tersebut dapat menimbulkan dampak negatif untuk ibu dan janin.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran ketidaknyamanan, bentuk ketidaknyamanan fisik dan psikologis yang paling banyak dialami oleh ibu hamil trimester III di Puskesmas Kabupaten Bantul, serta pengalaman ibu hamil dalam mengatasi ketidaknyamanan tersebut.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain *cross-sectional* yang dilakukan di 9 puskesmas di Kabupaten Bantul pada bulan April hingga Mei 2016. Jumlah responden yang terlibat yaitu 90 responden ibu hamil trimester III yang terdaftar di 9 puskesmas tersebut. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari kuesioner ketidaknyamanan fisik dan psikologis ibu hamil trimester III, *Pregnancy Related Anxiety Scale*, dan *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* modifikasi. Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat dengan teknik deskriptif statistik.

Hasil: Bentuk ketidaknyamanan fisik yang paling banyak dialami oleh responden antara lain kualitas tidur buruk (96,7%), pegal-pegal (77,8%) yang diatasi dengan berbaring atau istirahat, dan peningkatan frekuensi buang air kecil (96,7%) yang diatasi dengan buang air kecil sebelum tidur dan mengurangi minum pada malam hari. Di samping itu, bentuk ketidaknyamanan psikologis yang paling banyak dialami oleh responden yaitu kecemasan ringan-sedang (96,7%) dan perubahan suasana hati menjadi cenderung lebih sensitif (55,6%) dan sebagian besar responden mengatasi ketidaknyamanan ini dengan berusaha bersabar.

Kesimpulan: Sebagian besar ibu hamil trimester III di wilayah Puskesmas Kabupaten Bantul mengalami ketidaknyamanan berupa kualitas tidur buruk dan kecemasan ringan-sedang. Sebagian besar ibu hamil telah melakukan upaya yang tepat untuk mengatasi ketidaknyamanan tersebut, tetapi masih terdapat beberapa ibu hamil yang tidak melakukan upaya apapun untuk mengatasi ketidaknyamanan tersebut.

Kata kunci: ibu hamil, ketidaknyamanan fisik, ketidaknyamanan psikologis, trimester III.

ABSTRACT

Background: Pregnancy is a period of transition in a woman's life that cause changes that can lead to physical and psychological discomfort. If this is not addressed, then the condition can cause a negative impact to the mother and fetus.

Objective: This study aimed to describe the discomforts, to know the physical and psychological discomfort which are experienced by the majority of the third trimester pregnant women in Puskesmas Bantul region, and pregnant women experience in dealing with discomfort.

Methods: This study is a quantitative descriptive study using cross-sectional design conducted in nine health centers in Bantul region in April to May 2016. The number of respondents involved were 90 respondents of the third trimester pregnant women were registered at those nine health centers. The instruments used in this study consisted of a questionnaire of physical and psychological discomfort third trimester pregnant women, Pregnancy Related Anxiety Scale, and Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) modification. Analysis of the data used univariate analysis with descriptive statistical techniques.

Results: The physical discomfort experienced by respondents include poor sleep quality (96.7%), fatigue (77.8%) were resolved by lying down or resting, and increased frequency of urination (96.7%) treated with urination before bed and drink less at night. In addition, most forms of psychological discomfort experienced by respondents include mild-moderate anxiety (96.7%) and mood swings tend to be more sensitive (55.6%) and the majority of respondents to overcome this inconvenience by trying to be patient.

Conclusion: In conclusion, the majority of the third trimester pregnant women in Puskesmas Bantul experience poor sleep quality and mild-moderate anxiety. Most of the pregnant women had appropriate measures to overcome such inconveniences, but there are some women who do not make any effort to overcome the discomfort.

Keywords: physical discomfort, pregnant women, psychological discomfort, third trimester