

## INTISARI

**Latar Belakang:** Kehamilan merupakan suatu periode transisi pada kehidupan wanita yang menimbulkan berbagai perubahan, baik secara fisik maupun psikologis. Adanya perubahan-perubahan ini terkadang juga menimbulkan berbagai ketidaknyamanan yang dialami selama periode kehamilan.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran ketidaknyamanan fisik dan psikologis pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Kabupaten Bantul.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang dilaksanakan di 9 puskesmas di Kabupaten Bantul pada bulan Maret 2016 hingga Mei 2016. Penelitian ini melibatkan 35 responden ibu hamil trimester I. Instrumen pada penelitian ini yaitu Pregnancy-Spesific Anxiety untuk mengetahui kecemasan, PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index) untuk mengetahui kualitas tidur, dan peneliti membuat instrumen sendiri mengetahui ketidaknyamanan fisik dan psikologis. Hasil penelitian ini akan dianalisis menggunakan analisis univariat dengan bantuan program komputer.

**Hasil:** Rata-rata usia ibu hamil pada trimester I adalah 20-35 tahun. Ketidaknyamanan fisik pada ibu hamil trimester I, yaitu: mual dan muntah 71,4%, sering BAK 74,3%, sakit kepala/pusing 54,3%, kelelahan 71,4%, kram perut 17,1%, meludah 22,9%, mengidam 45,7%, perubahan aktivitas seksual 37,1%, dan kualitas tidur buruk 88,6%. Ketidaknyamanan psikologis pada ibu hamil trimester I, yaitu: 34,3% mengalami mudah marah, 17,1% mengalami stres, 100% mengalami kecemasan.

**Kesimpulan:** Seluruh responden dalam penelitian mengalami ketidaknyamanan fisik dan psikologis.

Kata Kunci: Fisik, Ibu Hamil, Ketidaknyamanan, Psikologis, Trimester I

Kata Kunci: Fisik, Ibu Hamil, Ketidaknyamanan, Psikologis, Trimester I

## ABSTRACT

**Background:** Pregnancy is a period of transition in a woman's life that cause a variety of changes, both physically and psychologically. The existence of these changes sometimes also cause discomfort experienced during pregnancy.

**Objective:** The description of the psysical and psychological discomfort on 1<sup>st</sup> trimester of pregnant woman at Puskesmas Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.

**Methods:** This study is a quantitative descriptive study conducted in 9 health centers in the district of Bantul in the month March 2016 to May 2016. The study involved 35 respondents pregnant women first trimester. Instruments in this research is the *Pregnancy-Specific Anxiety* to know anxiety, PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) to determine the quality tidut, and researchers made their own instruments to know the physical and psychological discomfort. These results will be analyzed using univariate analysis with the aid of a computer program.

**Results:** The average age of pregnant women in the first trimester is 20-35 years. Physical discomfort in the first trimester pregnant women, namely: nausea and vomiting 71.4%, frequent urinating 74.3%, headaches/dizziness 54.3%, fatigue 71.4%, abdominal cramps 17.1, spit 22.9%, cravings 45.7%, changes in sexual activity 37.1 %, and sleep quality bad 88,6%. Psychological discomfort in the first trimester pregnant women, namely: 34.3% experienced irritability, 17.1% experienced stress, and 100% had anxiety.

**Conclusions:** In this study, all respondents experienced physical and psychological discomfort.

Keywords: Physical, Pregnancy, Discomfort, Psychological, 1<sup>st</sup> trimester