BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada kehidupan perempuan terdapat fase kehamilan yang merupakan masa-masa terjadinya perubahan yang besar. Perubahan ini tidak hanya berhubungan dengan perubahan fisik, namun juga perubahan psikologis yang merupakan konsekuensi dari pertumbuhan janin dalam rahim. Terjadinya perubahan pada ibu hamil ini untuk menjaga metabolisme tubuh, mendukung pertumbuhan janin, serta persiapan persalinan dan menyusui dengan tingkatan yang bervariasi di setiap trimesternya (Emilia & Harry, 2010). Kehamilan juga adalah suatu krisis maturitas yang dapat menimbulkan stres, tetapi berharga karena wanita tersebut menyiapkan diri untuk memberi perawatan dan mengemban tanggung jawab yang lebih besar (Fauziah & Sutejo, 2012). Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester. Ketika memasuki trimester III atau umur kehamilan semakin bertambah, semakin banyak keluhan yang dirasakan oleh ibu fisik, psikis, maupun keluhan penyakit yang diderita ibu, dan memiliki dampak buruk pada kualitas tidur ibu hamil.

Menurut WHO (2003) bahwa kematian ibu di negara berkembang mencapai hampir 20% dikarenakan oleh pola makan dan kurang optimalnya waktu istirahat atau disebabkan oleh keduanya yang saling berinteraksi (Sihotang dkk, 2016). Indonesia sendiri termasuk Negara dengan Angka Kematian Ibu (AKI) tertinggi di Asia. Penyebab terbesar kematian ibu selama tahun 2013 yaitu salah satunya Partus

lama 1,8%, dan yang lainnya yaitu Perdarahan 30,3%, Hipertensi 27,1 %, Infeksi 7,3%. (Direktorat Kesehatan Ibu, 2010-2013). Partus lama merupakan dampak dari kelelahan yang diakibatkan kurangnya istirahat. Partus lama merupakan kelainan his yang kurang adekuat. His yang tidak normal dalam kekuatan atau sifatnya menyebabkan kerintangan pada jalan lahir yang lazim terdapat pada setiap persalinan, tidak dapat diatasi sehingga persalinan mengalami hambatan atau kemacetan.

Menurut *National Sleep Foundation* (2007) dalam Komalasari (2012) menyatakan bahwa 97,3 % wanita hamil trimester ketiga selalu terbangun dimalam hari dan rata – rata sekitar 78% wanita hamil di Amerika mengalami gangguan tidur. Gangguan tidur selama kehamilan terjadi selama trimester satu sebanyak 13% sampai 80% dan trimester tiga sebanyak 66% sampai 97% sedangkan di Indonesia wanita hamil pada trimester ketiga sebanyak 97% mengalami gangguan tidur. Sejalan dengan penelitian Reichner (2015) mengatakan bahwa gangguan pola tidur pada trimester pertama sebanyak 13 %, trimester kedua 19% dan meningkat di trimester akhir yaitu sebesar 66%. Menurut hasil penelitian Dewi Komalasari di Puskesmas Jatinangor Kabupaten Bandung (2012) diketahui bahwa 72,2% dari 54 ibu hamil yang diteliti memiliki kualitas tidur yang buruk dan terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur ibu hamil. Ibu hamil trimester III yang sangat sulit untuk memperoleh kualitas tidur yang nyaman yang berdampak buruk pada persalinan dan ibu juga akan lemas dan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah terserang penyakit (Kamariyah dkk,2014)

Contoh perubahan secara fisik pada ibu hamil trimester III Menurut Kurnia (2009) dalam Ratnawati (2016) akibat dari membesarnya rahim, sang ibu akan merasakan beberapa kondisi yang kurang nyaman seperti sakit pada bagian tubuh belakang (punggung-pinggang) karena meningkatnya beban berat dari bayi dalam kandungan yang dapat memengaruhi postur tubuh dan sulit untuk menentukan posisi tidur yang nyaman, pembesaran rahim ketika kapala bayi turun ke rongga panggul akan makin menekan kandung kemih ibu sehingga sang ibu akan lebih sering buang air kecil ,konstipasi, Braxton-Hicks atau kontraksi palsu , bengkak pada kaki, kram kaki. Selain itu juga pada trimester III janin akan lebih aktif (sering menendang) di malam hari. Selain dari perubahan fisiologis, secara psikologis pada trimester III sering kali disebut periode menunggu/penantian dan waspada sebab pada saat itu ibu tidak sabar menunggu kelahiran bayinya. Kadang-kadang ibu merasa khawatir atau cemas bahwa bayinya akan lahir sewaktu-waktu sehingga meningkatkan kewaspadaan akan timbulnya tanda dan gejala terjadinya persalinan. Penyakit merupakan salah satu gangguan juga yang mempengaruhi kualitas tidur bagi ibu hamil.

Melihat bahwa kualitas tidur ibu hamil dipengaruhi faktor fisiologis dan psikologis serta masalah jika istirahata tidur tidak terpenuhi di atas maka Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Kualitas Tidur Ibu hamil Trimester III”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah penelitian adalah: “Bagaimanakah Gambaran Kualitas Tidur Ibu hamil Trimester III?”

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Gambaran Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pelayanan Kesehatan

Sebagai masukan dan sebagai pertimbangan untuk tindak lanjut berupa penyuluhan program atau kegiatan dalam meningkatkan kualitas tidur ibu hamil.

1.4.2 Bagi Pendidikan

Diharapkan dapat dijadikan bahan kajian dan pengetahuan mengenai kualitas tidur dan bermanfaat sebagai bahan dokumentasi dan bahan tambahan bagi mahasiswa keperawatan Bandung.

1.4.3 Bagi Profesi

Bagi profesi khususnya keperawatan agar dapat berkontribusi dan mempromosikan penting nya mengenai kualitas tidur bagi ibu hamil trimester III di masyarakat.

1.4.4 Bagi Peneliti lain

Diharapkan penelitian ini sebagai bahan atau sumber data bagi peneliti selanjutnya dan bahan pembanding untuk melakukan penelitian tentang kualitas tidur ibu hamil trimester III.