

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BELIMBING KOTA PADANG TAHUN 2025

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata I Kebidanan



Oleh :

DINI DELFIRA
2215201097

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Lengkap	: Dini Delfira
NIM	: 2215201097
Tempat/ Tanggal Lahir	: Tapan/ 04 Mei 2002
Tanggal Masuk	: 2021
Program Studi	: SI Kebidanan
Nama Pembimbing Akademik	: Desi Sarli, M.Keb, Ph.D
Nama Pembimbing I	: Desi Sarli, M.Keb, Ph.D
Nama Pembimbing II	: Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

“Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025”.

Apabila sesuatu nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Agustus 2025



Dini Delfira

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Dini Delfira

NIM : 2215201097

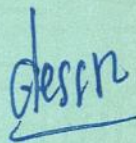
Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

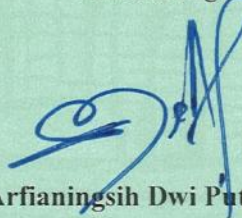
Padang, Agustus 2025

Pembimbing I



Desi Sarli, M.Keb, Ph.D

Pembimbing II

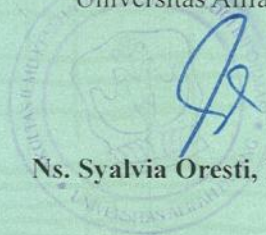


Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang

Ns. Syalvia Oresti, M.Kep. Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Dini Delfira
NIM : 2215201097
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, September 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Desi Sarli, M.Keb, Ph.D

()

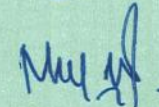
Pembimbing II
Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb

()

Penguji I
Bdn. Ika Putri Ramadhani, M.Biomed

()

Penguji II
Meta Dwi Andriani, M.Psi.. Psikolog

()

Disahkan oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, M.Kep. Ph.D

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Agustus 2025

DINI DELFIRA

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

xiii + 62 halaman, 6 tabel, 2 gambar, 13 lampiran

ABSTRAK

Pada masa kehamilan umumnya wanita akan mengalami perubahan fisik dan psikologis. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, prevalensi gangguan tidur pada ibu hamil secara global 41,8%, Asia 48,2%. Sekitar 10% ibu hamil mengalami depresi dan negara berkembang 15,6% selama kehamilan, 19,8% setelah melahirkan. Berdasarkan Kemenkes RI (2022), ibu hamil di Indonesia yang mengalami gangguan tidur mencapai 64%. Data Kemenkes RI (2018) menunjukkan 28,7% ibu hamil mengalami kecemasan pada trimester III. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025.

Metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional* yang dilakukan pada bulan Maret sampai Agustus 2025. Populasi adalah seluruh ibu hamil trimester III yang berada di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang dengan jumlah 121 orang dengan sampel 55 orang. Teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuisioner, dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji statistik *Chi Square*.

Hasil penelitian ini dari 55 responden, 78.2% tingkat kecemasan sedang-berat, dan 60.0% kualitas tidur buruk. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* =0,001 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada ibu hamil trimester III.

Kesimpulan terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025. Diharapkan petugas kesehatan di Puskesmas Belimbing dapat melakukan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kualitas tidur yang baik serta mengedukasi ibu hamil terkait dampak negatif kualitas tidur buruk dan kecemasan berlebihan.

Daftar Bacaan : 50 (2016-2025)

Kata Kunci : Tingkat Kecemasan, Kualitas Tidur, Kehamilan

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Bachelor of thesis, August 2025

DINI DELFIRA

The Relationship Between Anxiety Levels and Sleep Quality in Third Trimester Pregnant Women in the Belimbing Community Health Center Work Area, Padang City, 2025

xiii + 62 pages, 6 tables, 2 figures, 13 appendices

ABSTRACT

During pregnancy, women generally experience physical and psychological changes. According to the World Health Organization (WHO) in 2020, the prevalence of sleep disorders in pregnant women was 41.8% globally, and 48.2% in Asia. Approximately 10% of pregnant women experience depression, with 15.6% in developing countries experiencing it during pregnancy and 19.8% after delivery. According to the Indonesian Ministry of Health (2022), 64% of pregnant women in Indonesia experience sleep disorders. Data from the Indonesian Ministry of Health (2018) shows that 28.7% of pregnant women experience anxiety in the third trimester. This study aims to determine the relationship between anxiety levels and sleep quality in pregnant women in the third trimester of pregnancy in the Belimbing Community Health Center (Puskesmas) in Padang City in 2025.

The quantitative research method used a cross-sectional design, conducted from March to August 2025. The population was all pregnant women in the third trimester of pregnancy in the Belimbing Community Health Center (Puskesmas) in Padang City, with a sample size of 55. The sampling technique used was simple random sampling. Data were collected using a questionnaire and analyzed univariately and bivariate using the Chi-Square statistical test.

The results of this study, from 55 respondents, showed that 78.2% had moderate to severe anxiety levels, and 60.0% had poor sleep quality. Statistical tests showed a p-value of 0.001, indicating a significant relationship between anxiety levels and sleep quality in pregnant women in the third trimester.

In conclusion, there is a relationship between anxiety levels and sleep quality in pregnant women in the third trimester in the Belimbing Community Health Center (Puskesmas) in Padang City in 2025. It is hoped that health workers at the Belimbing Community Health Center can provide counseling on the importance of maintaining good sleep quality and educate pregnant women about the negative impacts of poor sleep quality and excessive anxiety.

Reading List : 50 (2016-2025)

Keywords : Anxiety Level, Sleep Quality, Pregnancy