



**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
POLA TIDUR MINGGU PERTAMA IBU POSTPARTUM
DENGAN PERSALINAN NORMAL
DI PUSKESMAS CIKUPA
2019**

OLEH : INDRISTY YOHANA
NIM : 2015-11-024

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
PROGRAM S1 KEPERAWATAN A
JAKARTA
2019**



**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
POLA TIDUR MINGGU PERTAMA IBU POSTPARTUM
DENGAN PERSALINAN NORMAL
DI PUSKESMAS CIKUPA
2018**

Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA KEPERAWATAN

OLEH : INDRISTY YOHANA
NIM : 2015-11-024

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
PROGRAM S1 KEPERAWATAN A
JAKARTA
2019**

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN

PUBLIKASI KARVA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Sint Carolus

Nama : Indriy Yohana

NIM : 201511024

Jenis Karya : Skripsi #

Demikian pengembangan Ilmu Pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus Hak Bebas Royalti Nonseksklusif atas
skripsi saya yang berjudul :

**Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Tidur Minggu Pertama Ibu
Postpartum Dengan Persalinan Normal Di Puskesmas Cikupa 2019**

berserta perangkat yang ada (jika di perlukan).

Dengan demikian saya memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint
Carolus hak untuk menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk
pengkalan data, mendistribusikan secara terbatas dan mempublikasinya di internet
atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya
maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya
sebagai penulis (penulis kedua).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di Jakarta

Pada tanggal 30 Agustus 2019

Yang menyatakan



(Indriy Yohana)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Indristy Yohana

Nim : 2015-11-024

Program Studi : S1 KeperawatanJalur A

menyatakan bahwa penelitian ini benar hasil karya sendiri dan bukan duplikasi dari hasil karya orang lain. Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang diberikan dengan segala konsekuensinya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 30 Agustus 2019



(Indristy Yohana)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS
PROGRAM S-1 KEPERAWATAN

Laporan penelitian

2019

Indristy Yohana

Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa 2019

xiii + 6 BAB + 72 Halaman + 12 Tabel + 1 Skema + 14 Lampiran

ABSTRAK

Perubahan pola tidur adalah salah satu masalah yang mungkin dapat timbul pada masa postpartum karena berbagai masalah misalnya karena rasa nyeri atau gangguan tangisan bayi. Kebutuhan tidur pada ibu postpartum yang tidak terpenuhi akan mengakibatkan efek negatif baik dalam kehidupan keluarga hubungan sosial maupun pekerjaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa Tangerang Kabupaten Tangerang Tahun 2019. Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan data dilakukan dengan survei dan catatan buku KIA. Survei dilakukan terhadap 89 responden yang memenuhi kriteria inklusi dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa paritas berhubungan bermakna dengan pola tidur ibu postpartum dengan nilai *p-value* 0,027 ($< 0,05$), kelelahan juga berhubungan bermakna dengan pola tidur ibu postpartum dengan nilai *p-value* 0,019 ($< 0,05$) dan stres emosional juga berhubungan bermakna dengan pola tidur ibu postpartum dengan nilai *p-value* 0,000 ($< 0,05$). Faktor yang berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum ialah paritas, kelelahan, stres emosional sedangkan faktor yang tidak berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum ialah usia dan cara pemberian makan bayi. Hal tersebut menunjukkan perlunya peningkatan promosi kesehatan sosialisasi konseling kepada para ibu yang berkunjung ke Puskesmas Cikupa

Kata Kunci : Postpartum, Paritas, Stres emosional, Pola tidur

Daftar Pustaka : 15 Buku dan 22 Jurnal

SINT CAROLUS SCHOOL OF HEALTH NURSING
BACHELOR OF NURSING

Research Report

2019

Indristy Yohana

Factors Related to sleep pattern of the first week postpartum mothers with normal childbirth in Cikupa Health Center 2019

xiii + 72 page + 1 schema + 14 attachments

ABSTRACT

The changing of sleep pattern is one of the problems that may arise during the postpartum because of various problems such as painful or interference of crying baby. The unfulfilled sleep needs for postpartum mothers will give negative effects for family life, social relationship and work life. Moreover, the aim of this study was to investigate the factors related to sleep pattern of the first week postpartum mothers with normal childbirth at the Cikupa Health Center, Tangerang in 2019. Further, this research was conducted with a quantitative research by applying cross sectional design. The data was collected by distributing survey and MCH book records to the 89 participants who met the inclusion criteria by using total sampling technique. Wherever, the statistical test of the Chi-Square test was applied. The results revealed that there was a significant relationship between parity and sleep pattern with p value of 0.027 (<0.05). Also, there was a significant relationship between exhaustion and sleep pattern of postpartum mother with p-values 0.019 (<0.05). Besides, there was a significant relationship between emotional stress and sleep pattern of postpartum mothers with p value of 0,000 (<0.05). All in all, factors related to sleep pattern of the first week of mother's postpartum were parity, exhaustion, and emotional stress. Other ways, factors that were not related to sleep patterns of the first week of mother's postpartum were age and the ways of feeding the baby. This study suggested that it is urgently important to increase health promotion about counseling and socialization to mothers who visit Cikupa Health Center.

Keywords: *Postpartum, Parity, Emotional Stress, Sleep patterns*

Bibliography: *15 Books and 22 Journals*

PERNYATAAN PERSETUJUAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
POLA TIDUR MINGGU PERTAMA IBU POSTPARTUM
DENGAN PERSALINAN NORMAL
DI PUSKESMAS CIKUPA
2019

Laporan Penelitian

Telah disetujui dan diuji dihadapan tim penguji Laporan Penelitian
Program S1 Keperawatan Sint Carolus

Jakarta, 30 Agustus 2019

Pembimbing Metodologi



(Fulgensius Surianto, M.Kesos)

Pembimbing Materi



(Margaretha Kusmiyanti, SPd., MKes)

Mengetahui :

Koordinator MK Riset Keperawatan



(Ns. Lina Dewi Anggraeni, M.Kep., Sp.Kep.An)

LEMBAR PENGESAHAN

**PANITIA SIDANG
UJIAN PENELITIAN KEPERAWATAN
PROGRAM S1 KEPERAWATAN JALUR A
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus**

Jakarta, 30 Agustus 2019

Ketua

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Sr. Lucia Utami', with a stylized flourish at the end.

(Sr. Lucia Utami, CB., BSN., MKep)

Anggota

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Margaretha Kusmiyanti', with a stylized flourish at the end.

(Margaretha Kusmiyanti, SPd., MKes)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan pimpinan Nya yang telah Ia berikan. Sehingga peneliti dapat menyelesaikan hasil penelitian yang berjudul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa”. penyusunan hasil penelitian ini, peneliti mendapatkan bantuan dari berbagai pihak dalam menyelesaikan laporan ini. Dengan demikian pada kesempatan ini peneliti akan mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Emiliana Tarigan, S.Kep., M.Kes., selaku Ketua STIK Sint Carolus Jakarta.
2. Ibu Ns. Elisabeth Isti Daryanti, S.Kep., MSN, selaku Ketua Program S1 Keperawatan STIK Sint Carolus Jakarta.
3. Ibu Ns. Lina Dewi Anggraeni Manurung, M.Kep., Sp.Kep.An., selaku Koordinator Mata Ajar Metodologi Riset Keperawatan.
4. Ibu Margaretha Kusmiyanti, SPd., Mkes., selaku Pembimbing Materi Penelitian.
5. Pak Fulgensius Surianto, M.Kesos., selaku Pembimbing Metodologi Penelitian.
6. Sr. Lucia Utami, CB., BSN., M.Kep., selaku Dosen Penguji laporan penelitian.
7. Bapak Denny Wahyu Haryanto selaku An. Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta.
8. Ibu Ir. Sri Ratu Mulyanti selaku An. Kepala Unit Pelaksana Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Administrasi Jakarta Pusat.
9. Ibu Dra. Hj. Tita Ruhyati, M.Si selaku An KEPALA Badan Kesbang dan Politik Provinsi Banten.
10. Bapak H. Ahmad Hidayat, S.pd selaku An. Bupati Tangerang Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Tangerang.
11. Bapak dr. Erizon Safari, MKK selaku An. Kepala Suku Dinas Kesehatan Kota Administrasi Jakarta Pusat.
12. Ibu Dr. Hj. Desiriana Dinardianti, MARS selaku An. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang.

13. Bapak dr. Hayfa Husaen, M.Gizi selaku An. Kepala Puskesmas Kecamatan Johar Baru Kota Administrasi Jakarta Pusat.
14. Bapak drg. H. Taris Syahrul Alam, MM selaku An. Kepala UPT Puskesmas Cikupa.
15. Staf Puskesmas Johar Baru yang telah membantu saya dalam pengurusan surat ijin uji valid dan memberikan data ibu postpartum untuk uji validitas peneliti.
16. Staf Puskesmas Cikupa yang telah membantu saya dalam pengurusan surat ijin dan juga membantu saya dalam penelitian ini, Terutama ibu Dewi dan ibu Lia selaku penanggung jawab lapangan bagian Poned yang mendukung saya menyelesaikan penelitian ini.
17. Para ibu postpartum di UPTD Puskesmas Non Rawat Cikupa yang telah bersedia menjadi responden peneliti dalam penelitian ini.
18. Staf perpustakaan yang telah menyediakan literatur laporan penelitian ini.
19. Para dosen dan staf STIK Sint Carolus yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih atas segala pengetahuan dan bimbingan yang diberikan.
20. Mama saya Beslina Naibaho, Adik-adik saya Gledis Gracesela dan Indra Manuel, dan Keluarga besar yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang selalu memberikan dukungan, semangat dan memberikan doa.
21. Rizki Amando Parasian Damanik, yang selalu mendukung, membantu saya dalam mencari referensi dan mendoakan saya dalam pembuatan skripsi.
22. Ibu Lia, Ibu Dewi dan para tenaga kesehatan yang telah banyak membantu dalam proses penelitian ini sehingga dapat berjalan dengan baik.
23. Teman-teman terdekat saya Indah, Rachel, Martha, Reffi, Stella, Galuh, Irad, Kurnia, Novrin, Jesrica, Fita, Jogun, Ci Emil yang telah membantu, memberikan semangat dan doa dalam proses penyelesaian laporan penelitian ini.
24. Teman-teman S1 Keperawatan Jalur A angkatan 2015 yang telah memberikan semangat dan proses penyusunan penelitian ini sehingga dapat berjalan dengan baik.

Peneliti berharap semoga laporan penelitian ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi peneliti saja tetapi juga dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan pelayanan keperawatan di Puskesmas Cikupa dan pengembangan ilmu keperawatan.

Jakarta, 22 Agustus 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman Judul Dalam.....	i
Abstrak.....	ii
Pernyataan Orisinalitas	iv
Halaman Persetujuan.....	v
Halaman Pengesahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Ruang Lingkup	6
BAB II : TINJAUAN KEPUSTAKAAN	7
A. Persalinan	7
B. Postpartum.....	8
1. Definisi postpartum	8
2. Tahap masa postpartum	8
3. Perubahan fisiologis masa postpartum	9
4. Perubahan psikologis pada masa postpartum.....	11
5. Kebutuhan dasar ibu postpartum dan menyusui.....	13
C. Tidur.....	16
1. Definisi tidur.....	16
2. Fungsi tidur.....	18
3. Kebutuhan tidur	18
4. Fisiologis tidur	19
5. Tahap dan siklus tidur	20
D. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur ibu postpartum	21
1. Lingkungan.....	21
2. Nyeri	22
3. Usia	23
4. Paritas	23
5. Cara pemberian makan bayi	25
6. Kelelahan	25
7. Stres emosional	26
E. Penelitian Terkait.....	27
BAB III : KERANGKA KONSEP	31
A. Kerangka Konsep.....	31
B. Hipotesis.....	32
C. Definisi Operasional	33
BAB IV : METODE PENELITIAN	36

A.	Desain Penelitian	36
B.	Populasi dan Sampel	37
1.	Populasi dan Sampel	37
2.	Besar Sampel	37
3.	Teknik sempel.....	38
4.	Kriteria subjek penelitian.....	38
C.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
D.	Etika Penelitian	39
E.	Alat Pengumpulan Data	40
F.	Validitas dan reliabilitas instrumen	42
1.	Uji validitas	43
2.	Uji reliabilitas	44
G.	Metode pengambilan data	44
H.	Teknik analisis data	46
I.	Jadwal Kegiatan Penelitian.....	50
BAB V	: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
B.	Hasil Penelitian	53
1.	Analisis univariat	53
2.	Analisis bivariat	56
C.	Keterbatasan Penelitian	69
BAB VI	: SIMPULAN DAN SARAN	70
A.	Simpulan.....	70
B.	Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 2.1 Tahap Tidur Orang Dewasa	25
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian	38
Tabel 4.1 Kuesionel Pola Tidur	45
Tabel 5.1 Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik ibu postpartum.....	57
Tabel 5.3 Distribusi frekuensi karakteristik pola tidur ibu postpartum	58
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi karakteristik kelelahan ibu postpartum	58
Tabel 5.5 Distribusi frekuensi karakteristik stres emosional ibu postpartum	
Tabel 5.6 Hubungan antara usia dengan pola tidur ibu postpartum di Puskesmas Cikupa Kabupaten Tangerang	60
Tabel 5.7 Hubungan antara paritas dengan pola tidur ibu postpartum di Puskesmas Cikupa Kabupaten Tangerang	62
Tabel 5.8 Hubungan antara cara pemberian makan bayi dengan pola tidur ibu postpartum di Puskesmas Cikupa Kabupaten Tangerang	64
Tabel 5.9 Hubungan antara kelelahan dengan pola tidur ibu postpartum di Puskesmas Cikupa Kabupaten Tangerang	65
Tabel 5.10 Hubungan antara Stres emosional dengan pola tidur ibu postpartum di Puskesmas Cikupa Kabupaten Tangerang	67

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Riwayat hidup penulis
- Lampiran 2 Surat permohonan rekomendasi penelitian
- Lampiran 3 Surat rekomendasi penelitian
- Lampiran 4 Surat permohonan izin uji validitas
- Lampiran 5 Surat fasilitasi izin uji validitas
- Lampiran 6 Surat permohonan izin penelitian dan pengambilan data
- Lampiran 7 Surat fasilitasi penelitian dan pengambilan data
- Lampiran 8 Kuesioner penelitian
- Lampiran 9 Hasil uji validitas dan reabilitas
- Lampiran 10 Hasil analisis univariat
- Lampiran 11 Hasil uji normalitas data
- Lampiran 12 Hasil analisis bivariat
- Lampiran 13 Jadwal kegiatan penelitian
- Lampiran 14 Lembar berita acara bimbingan dan presentasi