

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Periode Postpartum adalah masa beberapa jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan minggu keenam setelah melahirkan. Masa postpartum dimulai sejak kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti sebelum hamil dan berlangsung sekitar enam minggu (Marmi 2012 dalam Pertiwi 2015). Postpartum sangat erat kaitannya dengan gangguan pola tidur yang dialami ibu pada saat setelah melahirkan. Hari ketiga setelah postpartum merupakan hari yang sulit untuk ibu yang diakibatkan oleh proses persalinan dan nyeri yang timbul pada luka perineum. Pola tidur ibu akan kembali seperti semula dalam 2-3 minggu setelah persalinan (Maritalia, 2016). Gangguan tidur yang dapat dialami ibu postpartum disebabkan karena bayi menangis, suasana ramai, suasana berbeda, dan tidur tidak nyenyak (Cahyo, Rimawati, Widagdo, Solikha 2008 dalam Astuti 2014).

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang akan mempengaruhi gangguan pemenuhan kebutuhan pada setiap orang (Potter & Perry, 2013). Faktor yang mempengaruhi tidur bukan faktor tunggal melainkan faktor multifaktor seperti faktor fisiologis, psikologis, dan lingkungan. Pada masa postpartum, ibu membutuhkan istirahat dan tidur yang cukup. Istirahat penting untuk ibu yang sedang menyusui bayinya, serta juga dapat memulihkan keadaan setelah hamil dan melahirkan (Bahiyatun, 2009 dalam Laura, 2015). Menurut Saleha, 2009 dalam Susilowati, 2017

menyatakan bahwa hal-hal yang harus terpenuhi pada ibu postpartum adalah fisik, psikologi, sosial, psikososial.

Kebutuhan tidur setiap individu tidak sama dan sangatlah berbeda dengan aktivitas fisik yang dilakukan setiap usia, bayi memiliki kebutuhan tidur rata-rata 16 jam, remaja 8 jam dan dewasa 7-8 jam Menurut Dereer (2013) dalam Astuti (2014). Kebutuhan istirahat sangat diperlukan ibu setelah beberapa jam melahirkan. Proses dari persalinan yang lama dan melelahkan dapat membuat ibu frustrasi bahkan dapat menyebabkan depresi jika kebutuhan istirahat ibu tidakukupi. Ibu yang baru saja melahirkan mengalami gangguan tidur pada malam hari satu atau dua hari setelah melahirkan, dapat diberikan obat tidur dengan melakukan konsultasi terlebih dahulu kepada dokter. Terganggunya pola tidur ibu merupakan salah satu tanda adanya tanda peringatan untuk psikosis ibu postpartum (Maritalia 2017).

Kelelahan yang dialami oleh ibu postpartum dapat menyebabkan terganggunya aktivitas ibu dalam merawat bayi dimalam hari. Perawatan yang dilakukan ibu pada malam hari seperti menyusui, mengganti popok, memompa asih, memeriksa keadaan bayi. Hal tersebut dapat menyebabkan ibu semakin kelelahan, oleh karena itu pentingnya informasi mengenai cara mengasuh bayi terutama pada ibu primipara yang beradaptasi untuk peran baru sebagai seorang ibu dan dukungan keluarga untuk menghadapi peran barunya. Aktivitas yang dilakukan ibu pada malam hari untuk perawatan bayi 89,6% dan perawatan diri sebanyak 7% (Semple 2008, Insana 2013 dalam Astuti 2014).

Gangguan pola tidur minggu pertama ibu postpartum juga dapat disebabkan beberapa faktor yang meliputi usia, paritas, cara pemberian makan bayi, kelelahan, dan stres emosional. Sedangkan penelitian lain yang pernah dilakukan menyimpulkan adanya hubungan paritas, kelelahan, stres emosional, dengan pola tidur ibu postpartum (Iwata,2018; Saxbe, 2016; Creti et al, 2017, Doering, JJ et al 2018; Khayamim, 2019)

Berdasarkan dari data dan berbagai faktor di atas dengan didukungnya beberapa hasil penelitian sebelumnya, peneliti akan melakukan penelitian tersebut untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pola tidur minggu pertama ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.

## **B. Perumusan Masalah**

Gangguan pola tidur minggu pertama pada ibu postpartum dengan persalinan normal dapat terjadi diakibatkan kelelahan saat persalinan dan kesulitan beristirahat karena nyeri pada daerah perineum, atau karena aktivitas ibu merawat bayi di malam hari. Keadaan tidur ibu yang tidak normal dapat mempengaruhi daya ingat dan kemampuan psikomotor. Penelitian yang dilakukan oleh Utami (2013) dan Astuti (2014) membuktikan sebagian besar ibu postpartum memiliki kualitas tidur yang kurang baik. Berdasarkan fenomena tersebut penulis tertarik untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa?

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.

#### 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui gambaran usia ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- b. Mengetahui gambaran paritas ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- c. Mengetahui gambaran cara pemberian makan bayi pada ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- d. Mengetahui gambaran kelelahan ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa
- e. Mengetahui gambaran stres emosional ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- f. Mengetahui gambaran pola tidur ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- g. Mengetahui hubungan usia dengan pola tidur ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- h. Mengetahui hubungan paritas dengan pola tidur ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.

- i. Mengetahui hubungan cara pemberian makanan pada bayi dengan pola tidur ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- j. Mengetahui hubungan kelelahan dengan pola tidur ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.
- k. Mengetahui hubungan stres emosional dengan pola tidur ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi keperawatan maternitas dalam memberikan asuhan keperawatan kepada ibu postpartum minggu pertama dengan persalinan normal.

##### 2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan masukan dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif serta mempertimbangkan dalam meningkatkan pola tidur ibu postpartum.

##### 3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan berharga bagi peneliti dan menerapkan penelitian ilmiah ini digunakan sebagai informasi dalam pemberian asuhan keperawatan.

## **E. Ruang Lingkup**

Peneliti akan melakukan penelitian Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur minggu pertama ibu postpartum dengan persalinan normal di Puskesmas Cikupa, Kabupaten Tangerang. Alasan melakukan penelitian ini karena kebutuhan tidur ibu postpartum yang sangat penting bagi proses pemulihan kondisi ibu setelah melahirkan. Sasaran penelitian ini adalah ibu postpartum minggu pertama dengan persalinan normal yang berada di Puskesmas Cikupa Kabupaten Tangerang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2019. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan potong lintas *cross sectional*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*.