

## INTISARI

Beberapa bulan pasca melahirkan, merupakan masa yang sensitif bagi ibu *primipara*. Peran baru sebagai orang tua dan tanggung jawab dalam merawat bayinya menyebabkan munculnya perubahan psikologis seperti kecemasan dalam diri ibu *primipara*. Kecemasan seering dikaitkan dengan adanya gangguan tidur yang menyebabkan kualitas tidur memburuk. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh kecemasan pada ibu *primipara* pasca melahirkan terhadap kualitas tidur. Penelitian ini menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 45 orang ibu *primipara* pasca melahirkan di Kecamatan Gemarang, dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)* untuk mengukur kecemasan dan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* untuk mengukur kualitas tidur. Analisis data yang digunakan adalah uji Spearman dan uji regresi logistik untuk mengetahui hubungan dan pengaruh kedua variabel. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar ibu *primipara* pasca melahirkan mengalami kecemasan sedang dan kualitas tidur buruk. Analisis data Spearman didapatkan nilai *p value* 0.000 dan uji Nagelkerke sebesar 0.408. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kecemasan dan kualitas tidur, serta terdapat pengaruh kecemasan pada ibu *primipara* pasca melahirkan terhadap kualitas tidur sebesar 40.8%. Semakin tinggi kecemasan yang dialami oleh ibu *primipara* pasca melahirkan, semakin buruk kualitas tidur yang dimiliki.

Kata kunci: *primipara*, pasca melahirkan, kecemasan, kualitas tidur.

## **ABSTRACT**

Postpartum is a sensitive period for primipara mother. New role as a parent and responsibility to take care of the baby lead to the emergence of psychological changes such as anxiety inside primipara mother. Anxiety is often associated with sleep disorders that cause the sleep quality deteriorate. The purpose of this study was to determine the influence of anxiety in postpartum primipara mother on the sleep quality. This study was done by analytical survey method with cross sectional approach. The number of samples in this study were 45 postpartum primipara mothers in the district of Gemarang, using purposive sampling technique. The research instrument used was Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) questionnaire to measure anxiety and Pittsburgh Sleep Quality Index (PQSI) to measure sleep quality. Data analysis used was Spearman test and logistic regression test to determine the relationship and influence between the two variables. The result indicated that most of postpartum primipara mothers experiencing moderate anxiety and poor sleep quality. Spearman data analysis obtained value of  $p < 0.000$  and Nagelkerke test of 0.408. Those results showed that there seems to be relationship between anxiety and sleep quality and there is influence of anxiety postpartum primipara mothers on the sleep quality by 40.8%. This indicates that the higher anxiety experienced by postpartum primipara mother, the worse sleep quality occurred.

Keywords: primipara, postpartum, anxiety, sleep quality.