

# FAKTOR –FAKTOR YANG MENYEBABKAN GANGGUAN PEMENUHAN ISTIRAHAT TIDUR PADA IBU NIFAS DI RSUD WATES KULONPROGO

Karolina Kurnia<sup>1</sup>, Ratna Prahesti<sup>2</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang :** Istirahat tidur merupakan kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi, yang bertujuan untuk memperbaiki tubuh dan fungsinya serta untuk mempertahankan kesehatan. Istirahat dan tidur yang memuaskan bagi ibu yang baru melahirkan merupakan masalah yang sangat penting sekalipun tidak mudah dicapai. Kebahagiaan setelah melahirkan membuat sulit istirahat.

**Tujuan :** Diketuainya faktor-faktor yang menyebabkan gangguan pemenuhan istirahat tidur pada ibu nifas di RSUD Wates Kulonprogo.

**Metode :** Deskriptif dengan pendekatan *kuantitatif*, teknik sampling *quota sampling*, dengan jumlah 54 responden.

**Hasil :** Dari faktor nyeri perineum sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri ringan yaitu 53 ( 98,1%), dari faktor nyeri payudara sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri payudara ringan yaitu 53 (98,1%), dari faktor nyeri punggung yaitu sebagian besar ibu mengalami nyeri punggung ringan yaitu 3 ( 94,4%). Dari faktor kecemasan yaitu sebagian besar ibu tidak mengalami kecemasan yaitu 31 (57,4%), dari faktor frekuensi menyusui yaitu sebagian besar ibu menyusui bayinya cukup yaitu 34 (63,3%), dan dari faktor kondisi lingkungan rumah sakit yaitu sebagian besar ibu merasa terganggu dengan kondisi lingkungan rumah sakit yaitu 41 (75,9%).

**Kesimpulan :** Keempat faktor yaitu nyeri nifas, kecemasan, frekuensi menyusui, dan kondisi lingkungan rumah sakit menyebabkan kebutuhan istirahat tidur ibu terganggu oleh karena itu di sarankan kepada petugas kesehatan khususnya bangsal Kenanga RSUD Wates Kulonprogo agar sedapat mungkin mengajarkan cara mengatasi nyeri, kecemasan, mengajarkan tehnik menyusui yang benar serta menciptakan lingkungan RS yang aman dan nyaman.

**Kata Kunci :** kebutuhan tidur, ibu Nifas

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Diploma III Kebidanan STIKES A. Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen STIKES A. Yani Yogyakarta

# FACTORS THAT CAUSE DISRUPTION MEETING THE REST SLEEPING ON MOTHER POSTPARTUM IN HOSPITAL WATES KULON PROGO

Karolina Kurnia<sup>3</sup>, Ratna Prahesti<sup>4</sup>

## ABSTRACT

**Background:** Rest sleep is a basic human need that must be met, which aims to improve the body and its functions, and to maintain health. Rest and sleep are satisfactory for new mothers is an issue that is very important but not easily achieved. Happiness after giving birth makes it difficult to break.

**Objective:** Knowing the factors that lead to the fulfillment of restful sleep disorders in new mothers in hospitals Wates Kulon Progo.

**Methods:** Descriptive quantitative approach, sampling quota sampling technique, with a total of 54 respondents, univariate data analysis.

**Results:** Of the factors most perineal pain postpartum women experience mild pain that 53 (98.1%), breast tenderness of the factors most new mother experience mild breast pain that is 53 (98.1%), of the factor that most back pain women experience back pain that is mild 3 (94.4%). Of the anxiety factor that most mothers do not experience anxiety which 31 (57.4%), from breastfeeding frequency factor that most mothers breastfeed enough that 34 (63.3%), and from the hospital environment factor that most mothers disturbed by the environmental conditions at 41 hospitals (75.9%).

**Conclusion:** The four factors that child birth pain, anxiety, frequency of feeding, and hospital environment conditions cause needs restful sleep disturbed mother therefore suggest that health practitioners in particular wards Wates Kulon Progo Kenanga Hospital extent possible in order to teach you how to cope with pain, anxiety, teaching techniques appropriate feeding and creating a safe hospital environment and comfortable.

**Keywords:** need for sleep, mother Ruling

---

<sup>3</sup>Mahasiswa Diploma III Kebidanan STIKES A. Yani Yogyakarta

<sup>4</sup>Dosen STIKES A. Yani Yogyakarta