

## Perubahan pola tidur ibu post partum normal dengan hari rawat 1-2

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20277217&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Perubahan dari hamil, melahirkan, post partum adalah proses fisiologis dan selalu memerlukan adaptasi bagi diri ibu baik fisik dan psikologis. Faktor terpenting dari adaptasi tersebut adalah adanya perubahan pola tidur sesudah melahirkan terutama dengan hari rawat ke 1 -2. Tujuan penelitian ini adalah, untuk mengetahui rata-rata perubahan pola tidur ibu post partum normal dengan hari rawat 1-2, dimana pada hari tersebut terjadi berbagai perubahan. Hasil penelitian didapat rata-rata dengan nilai tertinggi 3,1 dari 30 responden mengatakan kebiasaan tidumya berubah setelah melahirkan dibandingkan sebelum melahirkan. Hal ini jelas adanya perubahan pola tidur terutama kebiasaan tidur sebelum melahirkan, banyak faktor yang mempengaruhi seperti tangisan bayi, rasa nyeri, perubahan fisik, perubahan psikososial serta adaptasi terhadap lingkungan baru. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif sederhana (mean) dengan jumlah 30 responden dengan karakteristik ibu post partum normal hari rawat 1-2, Untuk penelitian lebih lanjut dapat dikembangkan dan dibedakan adakah perbedaan pola tidur antara primipara dan multipara setelah melahirkan berdasarkan pengalaman individu.