

Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan = The Relationship Between Physical Activity and Anxiety Levels of Pregnant Women Before Childbirth

Windi Julia Putri, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920566300&lokasi=lokal>

Abstrak

Penurunan aktivitas fisik pada ibu hamil dapat berdampak negatif pada kesehatan, menyebabkan kecemasan terkait kesehatan ibu dan janin, serta meningkatkan ketidaknyamanan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Limo Depok. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif cross sectional dengan metode consecutive sampling untuk mengumpulkan total 97 sampel. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari karakteristik pasien atau data demografi, kuesioner Pregnancy Related Anxiety Questionnaire (PRAQ-R2), dan Pregnancy Physical Activity Questionnaire (PPAQ). Mayoritas responden melakukan aktivitas fisik ringan dengan hasil (34%), dengan tingkat kecemasan yang berat (19,6%). Berdasarkan hasil uji chi square, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan (p value = 0,01). Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk mengembangkan asuhan keperawatan maupun program kesehatan pada ibu hamil terutama yang sudah memasuki trimester III yang berkaitan dengan aktivitas fisik serta kecemasan selama persalinan.

.....A decrease in physical activity in pregnant women can negatively impact their health, causing anxiety related to the health of the mother and the fetus, and increasing discomfort. Therefore, this study aims to determine the relationship between physical activity and anxiety levels before childbirth in third-trimester pregnant women at Limo Depok Health Center. This is a quantitative cross-sectional study using consecutive sampling method to collect a total of 97 samples. The questionnaires used in this study consist of patient's characteristics or demographic data, the Pregnancy Related Anxiety Questionnaire (PRAQ-R2), and the Pregnancy Physical Activity Questionnaire (PPAQ). The majority of respondents engaged in light physical activity at 34%, with severe anxiety levels at 19.6%. Based on the chi-square test results, it was found that there is a significant relationship between physical activity and anxiety levels before childbirth (p value = 0.01). The results of this study can be used as a reference to develop nursing care or health programs for pregnant women, especially those in their third trimester, related to physical activity and anxiety levels during childbirth.