

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KESEHATAN MENTAL IBU HAMIL**

**Studi Dilakukan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas I Dinas
Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat**



OLEH:

LUH PUTU PRITA MAHARANI
NIM. P07124222011

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KESEHATAN MENTAL IBU HAMIL**

**Studi Dilakukan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas I Dinas
Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

Oleh :

**LUH PUTU PRITA MAHARANI
NIM. P07124222011**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESEHATAN MENTAL IBU HAMIL

Studi Dilakukan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas I Dinas
Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat

Oleh :

LUH PUTU PRITA MAHARANI
NIM. P07124222011

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Dr. Bdn. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes.
NIP. 197306261992032001

Pembimbing Pendamping :



Bdn. Ni Made Dwi Purnamayanti, S.Si.T., M.Keb.
NIP. 198002012008122001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

LEMBAR PENGESAHAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESEHATAN MENTAL IBU HAMIL

Studi Dilakukan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas I Dinas
Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat

Oleh :

LUH PUTU PRITA MAHARANI
NIM. P07124222011

TELAH DIUJI DI HADAPAN PENGUJI

PADA HARI : RABU
TANGGAL : 13 MEI 2026

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|--------------|---|
| 1. Bdn. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T., MPH. | (Ketua) |  |
| 2. Dr. Bdn. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes. | (Sekretaris) |  |
| 3. I Nyoman Wirata, SKM., M.Kes. | (Anggota) |  |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


Bdn. Ni Ketut Sombayani, SST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESEHATAN MENTAL IBU HAMIL

ABSTRAK

Kesehatan mental ibu hamil masih menjadi masalah global dalam pelayanan maternal, dengan sekitar 10% ibu hamil mengalami gangguan mental terutama depresi. Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor yang memengaruhi kesehatan mental ibu hamil di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat. Penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* ini dilaksanakan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat pada Maret–April 2026 dengan sampel 41 ibu hamil menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner SRQ-20, *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), dan PRE-MAMA. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat menggunakan uji *Chi Square* dan *Fisher's Exact*, serta multivariat dengan regresi logistik. Hasil univariat menunjukkan mayoritas responden berada pada usia tidak berisiko (75,6%), multipara (51,2%), trimester III (51,2%), memiliki kualitas tidur buruk (80,5%), sikap positif (53,7%), dan terindikasi mengalami gangguan mental (85,4%). Analisis bivariat menunjukkan kualitas tidur ($p=0,009$) dan sikap terhadap kehamilan ($p=0,023$) berhubungan signifikan dengan kesehatan mental ibu hamil. Analisis regresi logistik menunjukkan kualitas tidur merupakan faktor yang paling berhubungan dengan kesehatan mental ibu hamil ($p=0,022$; AOR=14,000; 95%CI=1,471–133,233). Disimpulkan bahwa kualitas tidur berperan penting terhadap kesehatan mental ibu hamil sehingga diperlukan peningkatan skrining, edukasi, dan dukungan psikososial.

Kata Kunci: Kesehatan mental ibu hamil; Kualitas tidur; Paritas; Sikap terhadap kehamilan; Usia kehamilan

MATERNAL MENTAL HEALTH AMONG PREGNANT WOMEN AND ITS ASSOCIATED FACTORS

ABSTRACT

Maternal mental health remains a global issue in maternal healthcare, with approximately 10% of pregnant women experiencing mental disorders, particularly depression. This study aimed to determine the factors associated with maternal mental health among pregnant women at UPTD Puskesmas I, West Denpasar District Health Office. This quantitative study employed a cross-sectional design and was conducted from March to April 2026 with 41 pregnant women selected using accidental sampling. Data were collected using the Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), and PRE-MAMA questionnaires. Data were analyzed using univariate, bivariate with Chi-Square and Fisher's Exact tests, and multivariate logistic regression analyses. The univariate analysis showed that most respondents were in the non-risk age group (75.6%), multiparous (51.2%), in the third trimester (51.2%), had poor sleep quality (80.5%), had a positive attitude toward pregnancy (53.7%), and were indicated to experience mental health problems (85.4%). Bivariate analysis showed that sleep quality ($p=0.009$) and attitude toward pregnancy ($p=0.023$) were significantly associated with maternal mental health. Logistic regression analysis showed that sleep quality was the factor most strongly associated with maternal mental health ($p=0.022$; AOR=14.000; 95%CI=1.471–133.233). In conclusion, sleep quality plays an important role in maternal mental health; therefore, improving mental health screening, education, and psychosocial support for pregnant women is necessary.

Keywords: maternal mental health; sleep quality; parity; attitude toward pregnancy; gestational age

RINGKASAN PENELITIAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESEHATAN MENTAL IBU HAMIL

Oleh: Luh Putu Prita Maharani (P07124222011)

Kesehatan mental ibu hamil merupakan salah satu aspek penting dalam pelayanan kesehatan maternal yang sering kali kurang mendapatkan perhatian dibandingkan dengan aspek fisik. Padahal, kondisi psikologis ibu selama kehamilan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan ibu maupun perkembangan janin. Gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, stres, dan depresi selama kehamilan dapat berdampak pada kualitas hidup ibu, meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, serta memengaruhi perkembangan janin dan kondisi bayi setelah lahir. Oleh karena itu, kesehatan mental ibu hamil perlu menjadi bagian integral dalam pelayanan *antenatal care*.

Masalah kesehatan mental di Indonesia masih menjadi tantangan yang cukup besar, termasuk pada kelompok ibu hamil. Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Denpasar tahun 2024, dari 11 puskesmas yang ada, UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat merupakan fasilitas kesehatan dengan proporsi kunjungan kasus gangguan jiwa tertinggi, yaitu sekitar 24%. Dari keseluruhan kunjungan tersebut, sebagian besar pasien merupakan perempuan. Kondisi ini menunjukkan adanya potensi tingginya beban masalah kesehatan mental pada kelompok perempuan, termasuk ibu hamil sebagai kelompok yang rentan mengalami perubahan fisik, hormonal, dan psikologis selama kehamilan. Namun demikian, data yang secara khusus menggambarkan kondisi kesehatan mental ibu hamil serta faktor-faktor yang memengaruhinya di fasilitas pelayanan kesehatan masih terbatas dan belum terdokumentasi secara sistematis.

Kehamilan merupakan periode adaptasi yang kompleks yang melibatkan perubahan biologis, psikologis, dan sosial secara bersamaan. Perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan, seperti peningkatan hormon estrogen dan progesteron, dapat memengaruhi kestabilan emosi dan meningkatkan kerentanan

terhadap gangguan mental. Selain itu, ibu hamil juga menghadapi berbagai tekanan psikologis, seperti kekhawatiran terhadap kondisi janin, ketakutan menghadapi persalinan, serta penyesuaian terhadap peran baru sebagai seorang ibu. Faktor eksternal seperti dukungan sosial, kondisi ekonomi, dan lingkungan juga turut berperan dalam memengaruhi kondisi kesehatan mental ibu hamil. Dengan demikian, kesehatan mental ibu hamil merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Faktor-faktor apakah yang berhubungan dengan kesehatan mental ibu hamil di UPTD. Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat?”. Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental ibu hamil. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi kesehatan mental ibu hamil serta menganalisis hubungan antara beberapa faktor, yaitu kualitas tidur, sikap terhadap kehamilan, usia ibu, paritas, dan usia kehamilan serta menganalisis faktor yang paling berhubungan dengan kesehatan mental ibu hamil.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional, yaitu pengambilan data dilakukan pada satu waktu tertentu untuk menggambarkan kondisi responden saat itu. Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat dengan jumlah sampel sebanyak 41 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*, dimana peneliti mengambil sampel penelitian yaitu ibu hamil yang dilakukan skrining di UPTD. Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat pada saat penelitian dilakukan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, yaitu SRQ-20 untuk mengukur kesehatan mental, *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk mengukur kualitas tidur, serta kuesioner untuk mengukur variabel lain seperti sikap terhadap kehamilan (PRE-MAMA), usia, paritas, dan usia kehamilan. Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi masing-masing variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji *Fisher’s Exact* untuk mengetahui hubungan antar variabel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat berada pada kelompok usia tidak berisiko sebesar

75,6%, dengan mayoritas merupakan ibu multipara sebesar 51,2% dan berada pada usia kehamilan trimester III sebesar 51,2%. Berdasarkan variabel penelitian, sebagian besar ibu hamil memiliki kualitas tidur buruk sebesar 80,5%, sedangkan pada variabel sikap terhadap kehamilan mayoritas ibu memiliki sikap positif sebesar 53,7%. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil terindikasi mengalami gangguan kesehatan mental, yaitu sebesar 85,4%. Temuan ini menunjukkan tingginya beban masalah kesehatan mental pada ibu hamil di wilayah penelitian.

Berdasarkan faktor yang diteliti, kualitas tidur merupakan salah satu faktor yang memiliki hubungan signifikan dengan kesehatan mental ibu hamil. Ibu dengan kualitas tidur buruk cenderung lebih banyak mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan dengan ibu yang memiliki kualitas tidur baik, dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,009$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa kualitas tidur memiliki peran penting dalam kondisi psikologis ibu hamil.

Sikap ibu terhadap kehamilan juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental. Seluruh ibu hamil dengan sikap negatif terindikasi mengalami gangguan kesehatan mental (100%), sedangkan pada ibu dengan sikap positif masih terdapat sebagian yang mengalami gangguan kesehatan mental. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,023$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara sikap ibu dengan kesehatan mental. Temuan ini menunjukkan bahwa sikap terhadap kehamilan merupakan faktor psikologis yang penting dalam menentukan kondisi kesehatan mental ibu hamil.

Variabel lain seperti usia ibu, paritas, dan usia kehamilan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental ibu hamil. Pada variabel usia ibu, baik kelompok usia berisiko maupun tidak berisiko sama-sama memiliki proporsi gangguan kesehatan mental yang tinggi, dengan nilai $p = 1,000$ ($p > 0,05$). Pada variabel paritas, ibu multipara menunjukkan proporsi gangguan mental yang lebih tinggi dibandingkan primipara, namun hasil uji statistik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan ($p = 0,410$). Demikian pula pada variabel usia kehamilan, meskipun terdapat variasi proporsi gangguan mental antar trimester, hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,321$ ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan.

Hasil analisis multivariat didapatkan bahwa kualitas tidur berhubungan signifikan dengan kesehatan mental ibu hamil ($p=0,022$; AOR=14,000; 95% CI: 1,471–133,233). Sementara itu, variabel sikap ibu tidak menunjukkan hasil yang stabil secara statistik sehingga tidak dapat diinterpretasikan lebih lanjut. Besarnya nilai AOR pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa kualitas tidur memiliki kontribusi yang lebih besar dibandingkan variabel lain dalam menjelaskan munculnya gangguan kesehatan mental pada ibu hamil. Hal ini dapat disebabkan karena kualitas tidur berkaitan langsung dengan aktivitas biologis dan psikologis yang dialami ibu setiap hari selama kehamilan. Berbeda dengan faktor karakteristik seperti usia, paritas, dan usia kehamilan yang sifatnya lebih statis, kualitas tidur merupakan kondisi yang dialami ibu secara terus-menerus dan berpengaruh langsung terhadap fungsi tubuh dan kestabilan emosi. Oleh karena itu, gangguan tidur yang terjadi secara berulang dan berkepanjangan dapat memberikan dampak yang lebih besar terhadap kondisi mental ibu hamil.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu hamil di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat mengalami gangguan kesehatan mental. Faktor yang paling berhubungan dengan kesehatan mental ibu hamil adalah kualitas tidur. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pelayanan kesehatan ibu hamil yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga mencakup aspek kesehatan mental melalui skrining rutin, edukasi, serta dukungan psikososial bagi ibu hamil.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesehatan Mental Ibu Hamil di UPTD. Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Kp.,Ns., S.Tr.Keb., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
3. Bdn. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
4. Dr. Bdn. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes. selaku pembimbing utama dalam penyusunan skripsi.
5. Bdn. Ni Made Dwi Purnamayanthi, S.Si.T., M.Keb. selaku pembimbing pendamping dalam penyusunan skripsi.
6. Seluruh staff pegawai dan bidan di wilayah kerja UPTD. Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat yang telah banyak membantu dalam proses pengumpulan data.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu hingga selesainya skripsi ini.

Peneliti menyadari skripsi ini tidak sempurna. Oleh karena itu, peneliti berharap adanya masukan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Denpasar, Mei 2026

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Luh Putu Prita Maharani

NIM : P07124222011

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2025/2026

Alamat : Jalan Tukad Melangit, Gang VI, Panjer, Denpasar Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Ibu Hamil di UPTD. Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2026

Yang Membuat Pernyataan



The image shows a yellow rectangular official stamp with the text 'METERAI TEMPEL' and a unique code '04ANX381151122'. To the left of the stamp is a small Indonesian national emblem. A handwritten signature in black ink is written over the stamp.

Luh Putu Prita Maharani
NIM. P07124222011

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
RINGKASAN PENELITIAN	vi
KATA PENGANTAR	x
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	20
A. Konsep Kesehatan Mental.....	20
B. Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil.....	22
C. Faktor Internal yang Berhubungan dengan Kesehatan Mental Ibu Hamil	29
D. Penelitian Terkait	43
BAB III KERANGKA KONSEP	47
A. Kerangka Konsep	47
B. Variabel dan Definisi Operasional	47
B. Hipotesis.....	50
BAB IV METODE PENELITIAN	52
A. Jenis Penelitian.....	52
B. Alur Penelitian	53
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	53
D. Populasi dan Sampel	54

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	56
F. Pengelolaan dan Analisis Data.....	63
G. Etika Penelitian	68
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	70
A. Hasil	70
B. Pembahasan.....	78
C. Keterbatasan Penelitian.....	109
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	110
A. Simpulan	110
B. Saran.....	111
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Literature Review</i>	47
Tabel 2. Definisi Operasional	48
Tabel 3. Kesehatan Mental Ibu Hamil	71
Tabel 4. Kualitas Tidur Ibu Hamil	71
Tabel 5. Sikap Ibu Hamil	72
Tabel 6. Usia Ibu Hamil	72
Tabel 7. Paritas Ibu	72
Tabel 8. Usia Kehamilan Ibu	73
Tabel 9. Hubungan Faktor Kualitas Tidur dengan Kesehatan Mental.....	73
Tabel 10. Hubungan Faktor Sikap Ibu dengan Kesehatan Mental.....	74
Tabel 11. Hubungan Faktor Usia Ibu dengan Kesehatan Mental	74
Tabel 12. Hubungan Faktor Paritas dengan Kesehatan Mental	75
Tabel 13. Hubungan Faktor Usia Kehamilan dengan Kesehatan Mental	75
Tabel 14. Faktor yang paling berhubungan	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	45
Gambar 2. Alur Penelitian.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 4. Jadwal Penelitian
- Lampiran 5. Laporan Anggaran Biaya Penelitian
- Lampiran 6. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7. Keterangan Cara *Scoring* Kuesioner PSQI
- Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 9. *Ethical Clearance*
- Lampiran 10. Hasil Uji Kuesioner
- Lampiran 11. Hasil Jawaban Responden Penelitian
- Lampiran 12. Hasil Analisis Data
- Lampiran 13. Dokumentasi