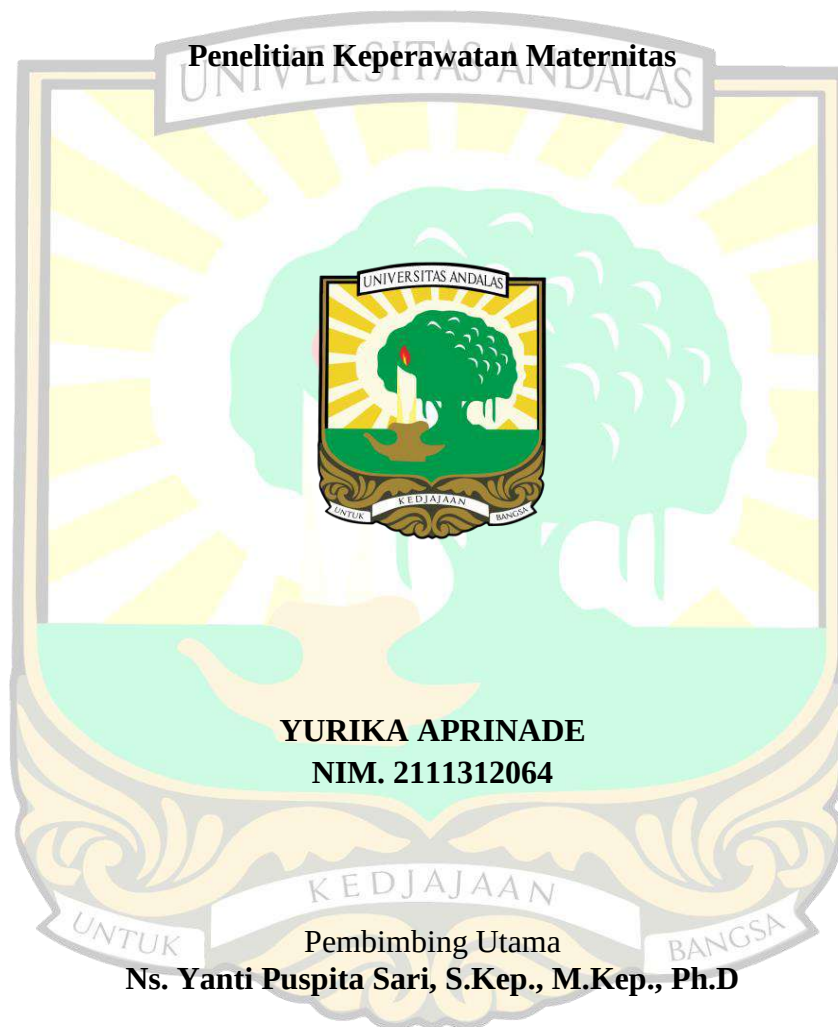


SKRIPSI

**HUBUNGAN *RESTLESS LEGS SYNDROME* (RLS) DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LUBUK
BEGALUNG KOTA PADANG**



YURIKA APRINADE
NIM. 2111312064

Pembimbing Utama
Ns. Yanti Puspita Sari, S.Kep., M.Kep., Ph.D

Pembimbing Pendamping
Ns. Rahmi Muthia, M.Kep

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JULI 2025

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JULI 2025

Nama : Yurika Aprinade
NIM : 2111312064

Hubungan *Restless Legs Syndrome* (RLS) dengan Kualitas Tidur pada Ibu Hamil
di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Kota Padang

UNIVERSITAS ANDALAS

ABSTRAK

Gangguan tidur masih menjadi keluhan umum yang dialami oleh ibu hamil. Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menurunkan kualitas tidur dan berdampak pada kesehatan ibu serta janin. Salah satu gangguan tidur yang sering tidak terdiagnosis adalah *Restless Legs Syndrome* (RLS), yaitu dorongan untuk menggerakkan kaki, terutama di malam hari, yang dapat mengganggu tidur. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara RLS dengan kualitas tidur pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Begalung, Kota Padang. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*, dengan sampel 132 ibu hamil yang dipilih melalui *convenience sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner demografi, *International Restless Legs Syndrome* (IRLS) *Rating Scale*, serta *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Hasil penelitian didapatkan bahwa 62,1% ibu hamil memiliki kualitas tidur buruk, dengan rata-rata skor kualitas tidur yaitu 7,27 (skor minimum 3 dan maksimum 15) dari rentang total skor PSQI 0-21. Prevalensi RLS pada ibu hamil didapatkan sebesar 28%, dan sebagian besar ibu hamil dengan RLS mengalami gejala sedang (67,6%). Hasil uji *spearman rank* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0.001$ dan $r = 0.541$, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *Restless Legs Syndrome* (RLS) dengan kualitas tidur dengan arah hubungan positif dan kekuatan sedang. Diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan edukasi mengenai *sleep hygiene*, gejala RLS, serta penyebab dan faktor risikonya, dan menganjurkan aktivitas ringan seperti peregangan untuk mengurangi ketidaknyamanan akibat RLS.

Kata kunci : *Restless Legs Syndrome*, Kualitas Tidur, Ibu Hamil

Daftar Pustaka: 124 (1989-2025)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
JULY, 2025

Name : Yurika Aprinade
NIM : 2111312064

*The Relationship Between Restless Legs Syndrome (RLS) and Sleep Quality in
Pregnant Women in the Working Area of Lubuk Begalung Health Center,
Padang City*

ABSTRACT

Sleep disturbances remain a common complaint among pregnant women. If left unaddressed, this condition may reduce sleep quality and negatively affect both maternal and fetal health. One of the frequently undiagnosed sleep disorders is Restless Legs Syndrome (RLS), which is characterized by an urge to move the legs, especially at night, that can interfere with sleep. This study aimed to analyze the relationship between RLS and sleep quality among pregnant women in the working area of Lubuk Begalung Public Health Center, Padang City. A cross-sectional design was used, with a sample of 132 pregnant women selected through convenience sampling. Data were collected using a demographic questionnaire, the International Restless Legs Syndrome (IRLS) Rating Scale, and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). The study found that 62.1 % of pregnant women had poor sleep quality, with an average PSQI score of 7.27 (minimum = 3; maximum = 15) out of a possible 0–21. The prevalence of RLS was 28 %, and most pregnant women with RLS experienced moderate symptoms (67.6 %). The Spearman rank test showed a p-value of 0.001 and a correlation coefficient (r) of 0.541, indicating a significant positive correlation of moderate strength between Restless Legs Syndrome (RLS) and sleep quality. It is expected that healthcare providers increase education on sleep hygiene, RLS symptoms, as well as its causes and risk factors, and recommend light activities such as leg stretching to help reduce discomfort caused by RLS.

Keywords : Restless Legs Syndrome, Sleep Quality, Pregnant Women

Bibliography : 124 (1989-2025)