

Indonesian Journal of Health Research

Journal Homepage: idjhr.triatmamulya.ac.id

Original Research

Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Permana

Ni Rai Sintya Agustini^{1,*} & Komang Srititin Agustina¹

¹ *Fakultas Kesehatan, Universitas Triatma Mulya*

DOI:

*Corresponding Author:

E-mail: sintya.agustini@triatmamulya.ac.id

ORCID:

ABSTRAK

Pendahuluan. Kehamilan pada umumnya memberikan arti emosional yang sangat besar pada setiap wanita. Sebagai seorang wanita yang sudah menikah persalinan merupakan masa yang paling dinanti-nantikan. Perasaan bahagia juga kecemasan merupakan kejadian yang tidak terelakkan, hampir seluruh ibu hamil dibayangi oleh rasa cemas, dan bagian dari suatu proses penyesuaian yang wajar terhadap perubahan psikologis yang terjadi selama kehamilan. 15.000 dari sekitar 4,5 juta wanita melahirkan menyatakan adanya rasa takut dan cemas. Dukungan dari suami sangat dibutuhkan oleh ibu hamil terlebih di usia kehamilan memasuki trimester ketiga yang mana mendekati waktu persalinan agar dapat mereduksi kecemasan-kecemasan berlebih. **Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian survei analitik dan pendekatan *Cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil primigravida sebanyak 30 responden dan pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji statistik pearson *Chi-square*. **Hasil:** uji statistik diperoleh nilai $p=0,001$ dengan derajat kemaknaan ($\alpha=0,05$), sehingga didapatkan hasil bahwa $p<\alpha$, berarti H_a diterima artinya ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Klinik Permana. **Kesimpulan:** ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Klinik Permana.

KATA KUNCI

Ibu Hamil Primigravida, Kecemasan, Dukungan Suami

ABSTRACT

Introduction. Pregnancy in general gives a very big emotional meaning to every woman. As a married woman, childbirth is the most awaited period. Feelings of happiness as well as anxiety are inevitable events, almost all pregnant women are overshadowed by anxiety, and part of a natural adjustment process to the psychological changes that occur during pregnancy. 15,000 of the approximately 4.5 million women giving birth state that they feel fear and anxiety. Support from husbands is needed by pregnant women especially at the age of pregnancy entering the third trimester which is approaching the time of delivery in order to reduce excess anxiety. **Methods:** This study uses a quantitative research type with an analytic survey research design and a cross-sectional approach. The population in this study were primigravida pregnant women as many as 30 respondents and the sample in this study used purposive sampling. Data analysis was performed using the Pearson Chi-square statistical test. **Results:** statistical test obtained a value of $p = 0.001$ with a degree of significance ($\alpha = 0.05$), so it was found that $p < \alpha$, meaning that H_a is accepted, meaning that there is a relationship between husband's support and the level of anxiety of primigravida pregnant women in facing childbirth at the Permana Clinic. **Conclusion:** there is a relationship between husband's support and the anxiety level of primigravida pregnant women in dealing with childbirth at the Permana Clinic.

KEYWORD

Primigravida Pregnant Women, Anxiety, Husband Support

PENDAHULUAN

Kehamilan umumnya memberikan arti emosional yang begitu besar pada setiap wanita karena kehamilan merupakan salah satu ekspresi perwujudan identitas sebagai calon ibu. Kehamilanpun merupakan kebanggaan bagi wanita yang menunjukkan jati diri seorang wanita (Zendén, 2010). Pada trimester I, ibu mengalami periode penyesuaian. Penyesuaian yang dilakukan oleh wanita terhadap kenyataan bahwa dirinya sedang mengandung. Pada trimester ke II, ibu mulai khawatir terhadap perubahan bentuk tubuh sehingga menurunkan rasa percaya diri, membutuhkan perhatian yang lebih dari lingkungan sekitarnya, dan membutuhkan dukungan daripasangan. Pada trimester ke III, ibu mulai merasa takut akan sakit dan bahaya yang timbul jelang persalinan dan merasa khawatir akan keselamatan dirinya dan janinnya. Di samping itu, ibu juga merasa sedih karena harus berpisah dengan janin dalam kandungan serta harus merelakan perhatian-perhatian khusus yang diterimanya saat hamil. Kecemasan dalam kehamilan merupakan perasaan yang tidak terelakkan, hampir seluruh ibu hamil dibayangi oleh rasa cemas, dan bagian dari suatu proses penyesuaian yang wajar terhadap perubahan psikologis selama masa kehamilan. Perubahan ini terjadi akibat perubahan hormon yang akan memudahkan janin untuk tumbuh dan berkembang hingga nanti dilahirkan (Yuklandari, 2012). Ibu hamil yang mengalami rasa cemas berlebihan berdampak buruk hingga merangsang kontraksi rahim. Kondisi ini dapat mengakibatkan keguguran dan peningkatan tekanan darah hingga dapat menimbulkan kejadian *preeclampsia* (tekanan darah tinggi yang berakibat komplikasi pada masa akhir kehamilan hingga menjelang proses persalinan). Selain *preeclampsia*, ibu hamil yang kurang mendapat dukungan dan mengalami stres mental akan rawan mengalami kelahiran *premature* (kelahiran di bawah usia kehamilan 37 minggu dengan bobot bayi kurang dari 2500 gram) (Maharani, 2008). Ibu hamil yang mengalami kecemasan selama kehamilan akan meningkatkan resiko ketidakseimbangan emosional pasca melahirkan. Kecemasan kehamilan terkait dengan depresi postpartum dan juga lemahnya ikatan (*bounding*) dengan bayi (Dewi, 2013).

Dampak buruk lain yang terjadi pada ibu hamil trimester ketiga akibat mengalami kecemasan yaitu *preeclampsia* dan *premature*. Hal ini

menjadi salah satu akibat dari meningkatnya Angka Kematian Ibu (AKI). Setiap tahun ada 6 juta kehamilan dan diperkirakan 20.000 diantaranya berakhir dengan kematian ibu. Dalam sehari diperkirakan ada 60 ibu yang meninggal dunia akibat kehamilan. Laporan Kematian Ibu (LKI) Kabupaten/Kota se Jawa Timur tahun 2010 sebesar 101,4 per 100.000 kelahiran hidup. Banyaknya faktor penyebab tingginya AKI salah satunya disebabkan oleh kondisi emosi ibu seperti rasa takut mati, trauma kelahiran, perasaan bersalah dan berdosa dan ketakutan akan bayinya terlahir cacat serta bayang-bayang akan proses persalinan yang sakit dan tidak mudah selama kehamilan hingga kelahiran bayi (Kemenkes, 2010).

Melihat kondisi tersebut, dapat dipastikan bahwa kecemasan yang dialami ibu selama masa kehamilan hingga persalinan perlu mendapatkan perhatian khusus karena bukan hanya berdampak buruk pada sang ibu namun juga janin yang dikandungnya. Ketika mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan, maka dukungan dari keluarga terutama suami sangat dibutuhkan oleh ibu hamil agar dapat menentramkannya. Dengan segala permasalahan dan kecemasan serta ketakutan yang dialami oleh ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan maka dukungan suami sangat membantu bagi ketenangan calon ibu. Dukungan dari suami dapat diberikan berupa barang, jasa, informasi dan nasehat yang mana membuat penerima dukungan akan merasa disayangi dan dihargai.

Rodi dan Salovey (Smet, 1994) mengungkapkan bahwa, keluarga dan perkawinan adalah sumber dukungan social yang paling penting. Dalam hal ini, dukungan suami akan memberikan rasa senang, rasa aman, rasa puas, dan rasa nyaman yang membuat ibu hamil akan merasa mendapatkan dukungan secara emosional dan mempengaruhi kesejahteraan jiwanya. Dukungan dari suami yang didapat oleh calon ibu, akan menimbulkan perasaan tenang, sikap positif terhadap diri sendiri dan kehamilannya. Dukungan positif yang diberikan oleh suami kepada istri yang sedang hamil akan memberikan dampak positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin, kesehatan fisik dan psikologis sang ibu. Bentuk dukungan suami tidak hanya cukup dari sisi financial semata, akan tetapi berkaitan dengan cinta kasih, menanamkan rasa percaya diri terhadap istri, melakukan komunikasi terbuka dan jujur, sikap peduli, perhatian, tanggap, tanggung jawab, dan kesiapan ayah

(Zenden, 2010).

Dukungan suami merupakan sumber kekuatan bagi ibu yang tidak dapat diberikan oleh tenaga kesehatan. Dukungan dari suami dapat berupa motivasi baik secara moral maupun material, dukungan fisik, psikologis, emosi, informasi, penilaian, dan financial. Dukungan minimal berupa sentuhan dan pujian yang membuat nyaman serta memberi penguatan pada saat proses persalinan berlangsung, hasilnya akan mempercepat proses kelahiran (Marni, 2012).

Penelitian terkait yang dilakukan oleh Nekoe dan Upadhyaya (2016) dalam penelitiannya terkait kecemasan pada ibu hamil mendapatkan hasil dari 921 ibu hamil secara keseluruhan, 22% diantaranya mengalami kecemasan dalam kehamilannya. De Jesus Silva, Nogueira, Clapis, Heriani (2016) penelitiannya yang sama, mengevaluasi terjadinya kecemasan pada wanita hamil. Sebanyak 209 ibu hamil menjadi sampel pada penelitian. Hasil yang diperoleh sebanyak 26,8% wanita hamil mengalami kecemasan, dan menjadi lebih sering pada usia trimester ketiga. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasannya berupa pekerjaan, hubungan dengan keluarga, komplikasi pada kehamilan sebelumnya, resiko riwayat keguguran atau kelahiran prematur, jumlah aborsi, jumlah penggunaan rokok perhari, dan penggunaan obat-obatan. Sehingga solusi yang diberikan adalah memahami faktor-faktor penyebab dengan kejadiannya, melakukan pencegahan dengan perawatan prenatal. Observasi juga dilakukan oleh peneliti pada tanggal 5 Juli 2022 di Klinik Permana, terdapat 5 ibu hamil dengan usia kehamilan memasuki trimester III. Wawancara singkat juga dilakukan oleh peneliti dengan mendapatkan hasil 3 dari 5 ibu mengaku mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sedangkan 2 sisanya mengaku sudah merasa siap menghadapi persalinan. Alasan yang dipaparkan oleh 3 pemilik kecemasan diantaranya adalah kekhawatiran tentang bagaimana rasa yang akan ia dapatkan ketika bersalin, dan adanya ketakutan bila persalinan tidak didampingi oleh suami.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan. Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai bahan informasi tambahan bagi pembaca terkait hubungan dukungan suami terhadap

tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian survei analitik dan pendekatan *Cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil primigravida sebanyak 30 responden dan pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Analisa data di lakukan dengan menggunakan uji statistic pearson *Chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Umur

Distribusi frekuensi berdasarkan umur ibu hamil primigravida trimester III berdasarkan usia dari 30 responden, dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Responden

No	Umur	Jumlah	
		f	%
1	21-25	13	43.3
2	26-30	17	56.7
Total		30	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rentang umur paling banyak adalah pada rentang umur 26-30 tahun yaitu sebanyak 17 responden (56.7%), dan rentang umur yang paling sedikit adalah 21-25 responden (43,3%).

Periode kehamilan dan pasca bersalin sangat mempengaruhi timbulnya gangguan kejiwaan seperti kecemasan maupun gangguan mood. Selain faktor tersebut diatas, banyak faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan yaitu status pernikahan, status sosial dan ekonomi, usia, tingkat pengetahuan tentang kehamilan dan persalinan serta kepercayaan diri (Bethasaida, 2013).

Secara psikologis pada ibu hamil yang berusia <20 tahun, mempunyai kesiapan mental yang masih sangat kurang, sehingga ketika ibu hamil tersebut akan menghadapi persalinan banyak masalah psikologis yang muncul, seperti yang paling sering adalah perasaan cemas dan ketakutan akan proses persalinannya (Manuaba, 2010).

Wanita yang secara alami mengandung di usia tua yaitu usia 30 atau 40 sering terganggu dengan kekhawatiran terhadap risikokesehatan yang bisa terjadi pada mereka sendiri atau pada bayinya.

Ketakutan berlebihan yang dirasakan ibu hamil bisa menimbulkan tekanan batin dan kecemasan yang lebih tinggi. Kegelisahan wanita usia di atas 30 tahun selama mengandung sering dipicu rentetan informasi tentang faktor risikoyang dapat membahayakan bagi ibu dan bayi yang dikandungnya (Carolan, 2014).

b. Dukungan Suami

Tabel 2. Distribusi frekuensi dukungan suami pada ibu hamil primigravida trimester III dari 30 responden, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

No.	Dukungan Suami	f	%
1	Mendukung	16	53.3
2	Tidak Mendukung	14	46.7
Total		30	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa dukungan suami terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida yaitu terdapat 16 orang (53,3%) suami yang mendukung dan 14 orang (46,7%) suami yang tidak mendukung.

Dukungan dari suami dapat diberikan dalam beberapa bentuk, yaitu dukungan informasional, instrumental, emosional, dan penilaian. Dukungan suamimerupakan sikap dan tindakan serta penerimaan segala hal yang terjadi pada istrinya. Suami akan selalu memberikan dukungan dan siap siaga memberi pertolongan jika dibutuhkan. Suami adalah orang pertama yang menjadi sumber pertolongan istri yang sedang hamil, diantaranya siap siaga akan kebutuhan makan dan minum, istirahat, terhindar dari rasa lelah, dan lainnya.

Dukungan konkrit suami kepada istrinya berupa mengajak istrinya untuk mencari pertolongan kepada penyedia layanan seperti dokter, bidan, puskesmas dan rumah sakit, lalu dukungan informasional suami dapat berupa informan seperti pemberian saran, sugesti, informasi yang bisa digunakan untuk mengungkapkan suatu masalah. Manfaat dari dukungan informasional ini adalah dapat menekan munculnya suatu stres karena informasi yang diberikan dapat memberikan sugesti yang khusus pada individu. Aspek-aspek dalam dukungan informasional ini adalah nasehat, usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasi. Suami bertindak sebagai pembimbing yang memberikan umpan balik dan menengahi pemecahan masalah. Selain itu, suami

juga dapat memberikan support, penghargaan dan perhatian. Bentuk dukungan emosional suami adalah sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi. Aspek-aspek dari dukungan emosional meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan (Friedman, 2010).

c. Kecemasan

Tabel 3. Distribusi frekuensi kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III dari 30 responden, dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

No.	Tingkat Kecemasan	f	%
1	Ringan	17	56.7
2	Sedang	9	30.0
3	Berat	4	13.3
Total		30	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida yaitu kecemasan ringan 17 orang (56,7%), kecemasan sedang 9 orang (30,0%) dan kecemasan berat 4 orang (13,3%).

Menurut Arifin (2015), kecemasan merupakan respon terhadap situasi tertentu yang bersifat mengancam, dan merupakan hal yang normal untuk terjadi. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami oleh siapapun. Namun apabila kecemasan terjadi secara berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat seseorang dalam kehidupannya. Kecemasan adalah suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang memberikan kegelisahan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan seseorang mengatasi masalahnya sehingga merasa tidak aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya akan menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis (Saputra, 2012). Kecemasan pada kehamilan karena belum mampu menjalankan tugas sebagai seorang ibu hingga terkadang ragu akan kesiapan diri dalam menghadapi masa kehamilannya. Kecemasan yang muncul saat kehamilan merupakan reaksi terhadap rasa takut yang mengganggu kehidupan sehari-hari dan mempengaruhi penyesuaian diri mereka terhadap lingkungannya. perasaan yang dimiliki ibu hamil bercampur aduk seperti rasa takut menanggung segala cobaan, rasa lemah, rasa benci dan cinta, keraguan dan kepastian, kegelisahan dan

kebahagiaan. Harapan dan kecemasan akan menjadi intensif dan mencapai klimaksnya pada minggu-minggu terakhir saat mendekati waktu kelahiran (Retnowati, 2011).

2. Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Permana

No	Tingkat Kecemasan	Dukungan Suami		Jml	Sign
		Tidak Mendukung	Mendukung		
1	Ringan	1	16	17	0.001
2	Sedang	9	0	9	
3	Berat	4	0	4	
Total		14	16	30	

Berdasarkan tabel 4, setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji statistik di peroleh nilai $p=0,001$ dengan derajat kemaknaan ($\alpha=0,05$), sehingga didapatkan hasil bahwa $p<\alpha$, berarti H_0 diterima artinya ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Klinik Permana.

Kecemasan adalah suatu perasaan yang sering dialami dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya kecemasan dapat terjadi pula pada wanita yang sedang hamil khususnya pada ibu bersalin. Perasaan cemas yang berlebihan dapat mengakibatkan otot tubuh menegang, dalam persalinan kondisi ini dapat mengakibatkan rasa nyeri yang hebat, sehingga menurunkan kontraksi dan berdampak persalinan lama. Kondisi psikologi ibu hamil dan kesehatan tubuh yang terjaga diharapkan dapat mengurangi rasa cemas dalam menghadapi persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin (2015). *Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil menghadapi proses persalinan*.
 Bethasaida (2013). *Pendidikan Psikologi untuk Bidan*. Yogyakarta: Rapha Publising
 Carolan (2014). *Educational and intervention programmes for gestasional diabetes militus (GDM) management: An intergrative review*.

Friedman (2010) menyatakan pada masa kehamilan, istri lebih membutuhkan peran suami dibanding anggota keluarga lain maupun peran dokter/bidan. Pernyataan ini sejalan dengan pendapat Suryaningsih (2007) ang berpendapat bahwa peran suami sangat dibutuhkan oleh istri. Dukungan dan keterlibatan suami dalam proses kehamilan hingga persalinan sang istri akan mempererat tidak hanya antar suami dan istri namun juga antar anak dan ayah. Istri yang sedang hamil akan menjadi lebih tenang dan nyaman dalam kehamilannya karena dukungan dari suami. Dukungan suami adalah respon yang diberikan oleh suami terhadap istrinya yang akan bersalin. dukungan yang diberikan berupa dukungan fisik dan dukungan emosional. Mental suami saat mendampingi proses persalinan sangat lah penting. Dukungan dari suami dapat ditunjukkan dengan berbagai cara seperti memberikan ketenangan pada istri, memberikan sentuhan dan mengungkapkan kata-kata yang memicu motivasi seorang istri.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Klinik Permana dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Dukungan suami terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di domiasi dari suami yang mendukung yaitu sejumlah 16 orang (53,3%).
2. Tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida didominasi dengan tingkat kecemasan ringan yaitu sejumlah 17 orang (56,7%).
3. Ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Klinik Permana.

Dewi. (2013). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di RSUD Zainoel Abidin Banda Aceh*. Naskah Publikasi. STIKes U'Budiyah Banda Aceh.

Friedman, B., Jones, M. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga: Riset, Teori, & Praktik*. (Terj. Achir Yani S. Hamid). Jakarta: EGC.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2010). *Peraturan menteri kesehatan republik indonesia No.HK.02.02/MENKES/149/I/2010 tentang izin dan praktik bidan*. Jakarta : Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Heriani (2016). *Kecemasan dalam menjelang persalinan ditinjau dari paritas, usia dan tingkat pendidikan*. Jurnal Ilmu Kesehatan Aisyah
- Maharani, T. (2008). *Hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III*. Psikologi.
- Manuaba (2010). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta; EGC
- Marni (2012). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Retnowati (2011). *Pengaruh pelatihan relaksasi dengan dzikir untuk mengatasi kecemasan ibu hamil pertama*. Jurnal Psikologi Islam (JPI).
- Saputra (2012). *Manajemen Emosi*. Bukmi Aksara: Jakarta
- Suryaningsih. (2007, Mei 22). Tips menghadapi stres saat kehamilan. kesehatan.
- Upadhyaya, S. (2016). *Anxiety and depression during pregnancy and their influence on birth outcomes: Kuopio birth cohort study*. *Journal of Public Health*, 57
- Zenden. (2010). *Social psychology. third edition*. New York : Random House.