

PENGARUH DUKUNGAN SUAMI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER 3 PRIMIGRAVIDA DI TPMB BIDAN VIANDIKA

Agren Tengga Wuasu¹, Andi Surya Kurniawan²

agrenwuasu@gmail.com¹, andisurya.k@gmail.com²

Stikes Maharani

ABSTRAK

Agren Tengga Wuasu (2025) Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester 3 Primigravida Di TpmB Bidan Viandika. Program Studi S1 Ilmu Keperawatan. Stikes Maharani Malang. Pembimbing Ns. Andi Surya Kurniawan, M. Kep. Kecemasan Ibu hamil yang baru memasuki fase trimester 3 primigravida sangat rentan mengalami kecemasan yang ditandai dengan stres yang tidak beraturan kecemasan yang sering terjadi pada ibu hamil trimester 3 adalah, ketidakseimbangan hormon yang sering kali menimbulkan rasa khawatir yang berlebihan. Dukungan yang diberikan oleh suami selama kehamilan memiliki peranan penting dalam membantu ibu menghadapi perubahan dan ketidaknyamanan, khususnya dalam mengurangi tingkat kecemasan menjelang proses persalinan. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di TPMB Bidan Viandika. Penelitian ini menerapkan metode korelasional dengan rancangan cross-sectional. Subjek penelitian terdiri atas 34 ibu hamil primigravida yang berada pada trimester III di TPMB Bidan Viandika. Dukungan suami ditetapkan sebagai variabel independen, sedangkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III primigravida menjadi variabel dependen. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, kemudian data dianalisis melalui analisis univariat dan bivariat dengan uji korelasi Spearman Rank. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di TPMB Bidan Viandika. Hasil uji statistik memperoleh nilai p sebesar 0,019 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar -0,399. Nilai korelasi negatif menunjukkan bahwa semakin baik dukungan yang diterima dari suami, kecenderungan tingkat kecemasan ibu hamil semakin rendah. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan suami memiliki hubungan yang signifikan dengan penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di TPMB Bidan Viandika..

Kata Kunci: Dukungan Suami, Kecemasan Ibu Hamil Trimester 3 Primigravida.

ABSTRACT

Agren Tengga Wuasu (2025) *The Effect of Husband's Support on Reducing Anxiety in Third-Trimester Primigravida Pregnant Women at the Viandika Midwifery Center. Undergraduate Nursing Program, Maharani Malang Health College. Supervisor: Ms. Andi Surya Kurniawan, M.Kep. Pregnant women entering their third trimester (primigravida) are highly susceptible to anxiety, characterized by irregular stress. Anxiety often occurs in third-trimester pregnancies due to hormonal imbalances, which often lead to excessive worry. Husband support plays an important role in helping pregnant women cope with the physical and emotional changes experienced during pregnancy, particularly in alleviating anxiety as they approach childbirth. This study aimed to examine the relationship between husband support and anxiety levels among third-trimester primigravida pregnant women at the Midwife Viandika Independent Practice (TPMB Bidan Viandika). A correlational research design with a cross-sectional approach was employed in this study. The study population consisted of 34 third-trimester primigravida pregnant women receiving care at TPMB Bidan Viandika. Husband support was assessed as the independent variable, while the anxiety level of third-trimester primigravida pregnant women served as the dependent variable. Data were collected using questionnaires and subsequently analyzed through univariate and bivariate analyses. The Spearman Rank correlation test was used to determine the relationship between the two variables. The statistical analysis demonstrated a significant relationship between husband support and anxiety levels among third-trimester primigravida pregnant women at TPMB Bidan Viandika. The analysis produced a p -value of 0.019 ($p < 0.05$), with a correlation coefficient of -*

0.399. The negative correlation indicates that higher levels of support from husbands were associated with lower levels of anxiety among pregnant women. In conclusion, husband support was significantly associated with a reduction in anxiety levels among third-trimester primigravida pregnant women at TPMB Bidan Viandika. These findings highlight the importance of active emotional and social support from husbands during pregnancy, particularly as women prepare for childbirth..

Keywords: Husband's Support, Anxiety In Primigravida Pregnant Women In Their Third Trimester.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan salah satu proses fisiologis yang alami dan menjadi bagian dari siklus kehidupan seorang wanita (Nukuhaly & Kasmiati, 2022). Setiap wanita pada umumnya akan mengalami fase ini sebagai bentuk kodrati dalam menjalani perannya sebagai calon ibu. Meskipun kehamilan tergolong sebagai proses biologis yang normal, namun realitanya tetap memerlukan perhatian khusus, terutama dalam aspek kesehatan fisik dan psikologis (Hasanah, 2022). Perubahan-perubahan yang terjadi selama masa kehamilan tidak hanya mencakup aspek fisik seperti penambahan berat badan, perubahan bentuk tubuh, serta gejala-gejala kehamilan lainnya, tetapi juga menyentuh sisi psikologis yang bisa berdampak signifikan terhadap kondisi emosional ibu (Lubis, 2021). Perubahan hormonal yang terjadi secara drastis selama kehamilan turut memengaruhi stabilitas emosional ibu hamil (Rahmadhani, et al., 2021).

Kehamilan pertama merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan berbagai respons emosional pada seorang perempuan, terutama ketika menghadapi persalinan yang belum pernah dialami sebelumnya. Kondisi tersebut dapat menjadi salah satu faktor yang memicu munculnya kecemasan pada kelompok primigravida. Suryani dan Handayani (2021) menjelaskan bahwa keterbatasan pengalaman dalam menjalani kehamilan maupun mempersiapkan persalinan dapat menyebabkan ibu yang baru pertama kali hamil lebih mudah merasa khawatir dan cemas. Selain faktor psikologis, kondisi hormonal selama kehamilan juga berperan dalam memengaruhi keadaan emosional ibu. Perubahan hormon yang berlangsung secara signifikan dapat menyebabkan perubahan suasana hati dan memengaruhi kestabilan emosi (Rahmadhani et al., 2021). Apabila kondisi tersebut berlangsung secara berkelanjutan, ibu dapat mengalami kekhawatiran berlebihan hingga kecemasan yang lebih intens (Anwar et al., 2022). Keadaan ini perlu mendapat perhatian karena kesehatan ibu selama kehamilan tidak hanya berkaitan dengan kondisi fisik, tetapi juga mencakup aspek psikologis.

Permasalahan kesehatan ibu juga masih menjadi perhatian pada tingkat global maupun nasional. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2023, angka kematian ibu di negara berkembang mencapai 239 per 100.000 kelahiran hidup. Sementara itu, data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan angka kematian ibu sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2020, tercatat sebanyak 4.912 kasus kematian ibu, sementara 28,7% ibu hamil di Indonesia dilaporkan mengalami kecemasan. Data tersebut menunjukkan bahwa aspek kesehatan maternal masih memerlukan perhatian, termasuk kondisi psikologis yang dialami selama masa kehamilan. Kecemasan pada ibu hamil, khususnya mereka yang menjalani kehamilan pertama, perlu diperhatikan karena pengalaman yang terbatas serta perubahan fisik dan hormonal dapat memberikan pengaruh terhadap kondisi emosional ibu.

Ibu hamil dengan status primigravida diketahui memiliki kecenderungan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu hamil yang sudah berpengalaman atau multipara (Tyas, et al., 2024). Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan pengetahuan mengenai proses kehamilan, persalinan, serta perawatan bayi setelah kelahiran (Sulistiyowati & Izzatul, 2024). Ketidakpastian dan ketidaksiapan dalam menghadapi berbagai perubahan yang terjadi selama masa kehamilan seringkali menimbulkan kekhawatiran yang berlebihan. Jika tidak ditangani dengan baik, kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dapat menimbulkan dampak negatif, baik bagi ibu itu sendiri maupun bagi janin yang dikandung. Dampak tersebut antara lain berupa gangguan tidur, tekanan darah tinggi atau hipertensi gestasional, penurunan nafsu makan, bahkan berisiko memicu gangguan kesehatan mental yang lebih serius seperti depresi pasca persalinan (postpartum depression). Menghadapi hal tersebut, diperlukan upaya yang bersifat menyeluruh dan holistik dalam mendukung ibu hamil, khususnya yang mengalami kehamilan pertama. Dukungan ini

tidak hanya terbatas pada aspek medis, melainkan juga harus mencakup dukungan emosional, sosial, dan psikologis (Daturrohma, 2024). Peran suami sebagai pendamping utama sangat krusial dalam menciptakan rasa aman dan nyaman bagi ibu hamil.

Kondisi psikologis selama kehamilan tidak terlepas dari lingkungan sosial yang berada di sekitar ibu. Dalam hal ini, pasangan memiliki posisi yang penting karena keterlibatan suami dapat menjadi sumber dukungan bagi ibu dalam menghadapi berbagai perubahan selama kehamilan. Dukungan tersebut dapat diwujudkan melalui pemberian perhatian dan dorongan emosional, penyampaian informasi yang dibutuhkan, bantuan dalam aktivitas tertentu, maupun keberadaan suami sebagai bagian dari lingkungan sosial ibu. Bagi perempuan yang menjalani kehamilan untuk pertama kalinya, dukungan tersebut menjadi semakin relevan karena proses kehamilan hingga persalinan merupakan pengalaman yang belum pernah mereka lalui sebelumnya. Kehadiran orang terdekat dapat membantu ibu menghadapi kekhawatiran serta meningkatkan kesiapan dalam menjalani proses persalinan. Dengan demikian, dukungan dari suami dapat dipandang sebagai salah satu aspek yang perlu diperhatikan ketika membahas kondisi kecemasan pada ibu hamil primigravida, khususnya pada trimester ketiga.

Perhatian terhadap kecemasan selama kehamilan juga didasarkan pada kemungkinan dampaknya terhadap kondisi maternal dan neonatal. Apabila kecemasan tidak ditangani secara tepat, kondisi tersebut dapat berkaitan dengan berbagai risiko kehamilan, antara lain hipertensi, kelahiran sebelum waktunya, serta berat badan lahir rendah (BBLR) (Andi Ulfa Fatmasanti et al., 2022). Oleh karena itu, upaya untuk memahami faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan menjadi bagian penting dalam mendukung kesejahteraan ibu dan janin. Dalam perspektif Roy Adaptation Model, kemampuan seseorang dalam beradaptasi terhadap perubahan dipengaruhi oleh stimulus yang berasal dari lingkungan. Dukungan sosial yang diperoleh dari orang-orang terdekat, termasuk pasangan, dapat berperan sebagai salah satu stimulus yang membantu proses adaptasi tersebut. Berdasarkan kerangka tersebut, dukungan suami dapat dilihat bukan hanya sebagai bentuk perhatian secara emosional, tetapi juga sebagai bantuan yang mencakup aspek informasi, tindakan nyata, dan hubungan sosial. Keberadaan berbagai bentuk dukungan tersebut berpotensi membantu ibu menghadapi perubahan selama kehamilan dengan lebih adaptif.

Berbagai perubahan yang dialami selama masa kehamilan dapat memengaruhi kondisi psikologis seorang ibu. Fluktuasi hormon yang terjadi pada periode tersebut dapat berkaitan dengan perubahan suasana hati, munculnya kekhawatiran, hingga kecemasan yang berlangsung dalam waktu tertentu (Anwar et al., 2022). Kondisi psikologis tersebut dapat menjadi lebih kompleks pada perempuan yang baru pertama kali menjalani kehamilan. Pengalaman yang belum dimiliki dalam menghadapi kehamilan dan persalinan menjadi salah satu hal yang dapat memengaruhi kesiapan ibu. Selain itu, keterbatasan pemahaman mengenai proses persalinan dan perawatan bayi setelah lahir juga dapat meningkatkan kekhawatiran yang dirasakan (Sulistyowati & Izzatul, 2024). Berbagai perubahan yang harus dihadapi selama kehamilan, ditambah dengan ketidakpastian mengenai proses persalinan dan peran baru sebagai seorang ibu, dapat menjadi sumber tekanan bagi primigravida. Kecemasan pada ibu hamil tidak semata-mata berkaitan dengan perubahan kondisi tubuh. Aspek psikologis serta lingkungan sosial juga dapat memberikan pengaruh terhadap munculnya kekhawatiran, terutama ketika seorang perempuan sedang mempersiapkan diri untuk menjalani peran sebagai ibu untuk pertama kalinya (Siswanto et al., 2020). Oleh sebab itu, kondisi kecemasan selama kehamilan perlu mendapatkan perhatian dan penanganan yang sesuai. Apabila kecemasan tidak memperoleh penanganan yang memadai, kondisi tersebut berpotensi memberikan konsekuensi terhadap kesejahteraan ibu sekaligus perkembangan janin. Dengan demikian, pengenalan terhadap faktor-faktor yang berkaitan dengan kecemasan serta upaya untuk mengelolanya menjadi bagian penting dalam mendukung

kesehatan ibu dan janin selama masa kehamilan.

Dampak tersebut antara lain berupa gangguan tidur, tekanan darah tinggi atau hipertensi gestasional, penurunan nafsu makan, bahkan berisiko memicu gangguan kesehatan mental yang lebih serius seperti depresi pasca persalinan (*postpartum depression*). Selain itu, kecemasan yang berlarut-larut juga dapat mengganggu proses adaptasi ibu terhadap peran barunya sebagai orang tua, serta berpengaruh pada hubungan ibu-anak dalam jangka panjang. Menghadapi hal tersebut, diperlukan upaya yang bersifat menyeluruh dan holistik dalam mendukung ibu hamil, khususnya yang mengalami kehamilan pertama. Dukungan ini tidak hanya terbatas pada aspek medis, melainkan juga harus mencakup dukungan emosional, sosial, dan psikologis. Peran suami sebagai pendamping utama sangat krusial dalam menciptakan rasa aman dan nyaman bagi ibu hamil. Kehadiran dan keterlibatan suami secara aktif dapat memberikan rasa tenang, meningkatkan kepercayaan diri ibu, serta membantu mengurangi tingkat kecemasan yang dialami selama kehamilan. Oleh sebab itu, dukungan suami menjadi salah satu faktor penting yang perlu dikaji secara mendalam dalam konteks penurunan kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester ketiga.

Kehamilan merupakan salah satu proses fisiologis yang alami dan menjadi bagian dari siklus kehidupan seorang wanita. Kehamilan adalah perjalanan yang luar biasa dalam kehidupan seorang wanita, di mana tubuhnya mengalami serangkaian perubahan fisiologis yang mendalam. Sejak awal, tubuh mulai beradaptasi untuk mendukung kehidupan baru yang sedang berkembang. Pada tahap awal kehamilan, perubahan hormonal menjadi sangat signifikan. Hormon estrogen dan progesteron meningkat secara drastis, membantu mempersiapkan rahim dan mendukung pertumbuhan janin. Perubahan ini juga sering kali menyebabkan mual dan perubahan nafsu makan, karena tubuh berusaha menyesuaikan diri dengan kondisi baru. (Nukuhaly & Kasmianti, 2022). Kurangnya pemahaman menjadi salah satu faktor penghambat bagi ibu hamil untuk mengetahui hal baru mengenai kehamilan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan pengetahuan mengenai proses kehamilan, persalinan, serta perawatan bayi setelah kelahiran (Sulistyowati & Izzatul, 2024).

Dukungan emosional Yang di berikan oleh suami adalah seperti memberi perhatian, mendengarkan keluhan, dan memberikan rasa aman dapat membantu ibu merasa lebih tenang dan percaya diri. Dukungan informasi, misalnya dengan menemani kontrol kehamilan dan mencari informasi kesehatan, meningkatkan pemahaman ibu tentang proses kehamilan dan persalinan. Dukungan instrumental seperti membantu pekerjaan rumah tangga dan memenuhi kebutuhan ibu hamil juga mengurangi beban fisik yang dirasakan. Selain itu, keterlibatan suami dalam pengambilan keputusan medis dan persiapan persalinan menunjukkan komitmen dan keterlibatan aktif dalam proses kehamilan (Nurianti et al., 2021).

Temuan Praditha (2021) memperlihatkan adanya keterkaitan antara keterlibatan suami dan kondisi psikologis ibu selama menjalani kehamilan. Ibu yang memperoleh dukungan dari pasangannya menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak memperoleh dukungan tersebut. Temuan ini sekaligus menunjukkan bahwa keterlibatan suami dapat menjadi bagian dari lingkungan sosial yang membantu ibu menghadapi berbagai perubahan selama kehamilan. Selain berkaitan dengan kondisi emosional, dukungan pasangan juga dapat mendorong ibu untuk lebih teratur dalam memanfaatkan pelayanan kesehatan, termasuk menjalani pemeriksaan kehamilan secara rutin. Dukungan yang diberikan oleh suami dapat muncul dalam berbagai bentuk sesuai dengan kebutuhan ibu. Perhatian dan penguatan secara emosional merupakan salah satu bentuknya, tetapi dukungan tersebut juga dapat berupa pemberian informasi, bantuan secara langsung dalam aktivitas tertentu, serta pendampingan dalam lingkungan sosial. Beragam bentuk dukungan tersebut dapat membantu ibu merasa lebih diperhatikan dan memiliki sumber bantuan ketika menghadapi berbagai tantangan selama kehamilan. Hubungan antara dukungan lingkungan dan kemampuan seseorang dalam menghadapi perubahan dapat

dijelaskan melalui Roy Adaptation Model. Dalam model tersebut, individu dipandang sebagai sistem yang terus beradaptasi terhadap berbagai stimulus dari lingkungan. Kehadiran pasangan sebagai salah satu orang terdekat dapat menjadi sumber stimulus sosial yang membantu proses adaptasi. Berdasarkan perspektif tersebut, dukungan suami dapat dipertimbangkan sebagai salah satu faktor yang berhubungan dengan kemampuan ibu dalam menghadapi tuntutan dan perubahan selama masa kehamilan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 6 Juni 2025 di TPMB Bidan Viandika, terdapat beberapa ibu hamil trimester 3 primigravida yang menunjukkan adanya peningkatan tingkat kecemasan. Dari 6 responden yang saya temui, sebagian besar tidak mendapatkan dukungan yang optimal dari suami karena alasan pekerjaan di antaranya 4 ibu hamil kurang mendapatkan dukungan dan 2 orang ibu hamil kurang mendapatkan dukungan. Suami dari setiap ibu hamil lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah untuk bekerja sehingga keterlibatan dalam proses persiapan persalinan dan pemberian dukungan emosional menjadi terbatas. Kurangnya keterlibatan suami menyebabkan para ibu merasa kurang didukung secara psikologis. Selain itu, semua responden merupakan primigravida yang belum memiliki pengalaman dalam melahirkan, sehingga rasa cemas semakin meningkat akibat ketidakpastian akan proses persalinan, kondisi janin, serta perubahan fisik yang dialami. Rasa khawatir yang berlebihan tanpa adanya dukungan dari lingkungan terdekat dapat memicu stres berkepanjangan yang berisiko mengganggu kesehatan ibu dan janin.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan pada tahap awal, ditemukan adanya kondisi yang menunjukkan bahwa ibu hamil primigravida pada trimester ketiga masih dapat mengalami kecemasan ketika memasuki masa menjelang persalinan, terutama ketika dukungan dari suami yang diterima dirasakan belum optimal. Keadaan tersebut menjadi perhatian karena dukungan pasangan dapat menjadi salah satu sumber kenyamanan psikologis bagi ibu dalam menghadapi proses kehamilan hingga persalinan. Kondisi yang ditemukan di lapangan tersebut menjadi dasar bagi peneliti untuk mengkaji keterkaitan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester ketiga. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai peran dukungan suami dalam membantu ibu menghadapi berbagai kekhawatiran menjelang persalinan. Hasil penelitian juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran suami mengenai pentingnya keterlibatan dan pendampingan selama kehamilan, khususnya dalam memberikan rasa aman dan dukungan psikologis kepada ibu. Atas dasar permasalahan tersebut, penelitian mengenai hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester ketiga di TPMB Bidan Viandika perlu dilakukan. Kajian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang lebih jelas mengenai keterkaitan kedua variabel tersebut serta menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan dukungan yang sesuai kepada ibu menjelang persalinan.

Berdasarkan uraian sebelumnya, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Dukungan Suami terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester 3 Primigravida di TPMB Bidan Viandika”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan korelasional. Pendekatan tersebut dipilih karena penelitian diarahkan untuk memperoleh gambaran mengenai keterkaitan antara dua variabel, yaitu dukungan suami sebagai variabel independen dan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III primigravida sebagai variabel dependen. Pengambilan data dilakukan menggunakan desain cross-sectional, sehingga pengukuran terhadap variabel penelitian dilaksanakan pada satu periode pengamatan yang sama. Melalui rancangan tersebut, penelitian ini diarahkan untuk menganalisis hubungan antara dukungan

yang diberikan suami dengan tingkat kecemasan yang dialami ibu hamil trimester III primigravida.

Pengumpulan data dilakukan dengan metode survei menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian. Setiap kuesioner disusun berdasarkan indikator yang mewakili masing-masing variabel dan disesuaikan dengan tujuan penelitian. Responden memberikan data secara langsung sesuai dengan kondisi yang mereka alami, sehingga data yang diperoleh merupakan data primer. Selanjutnya, seluruh data yang terkumpul diolah dan dianalisis secara statistik untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan. Penggunaan desain dan metode tersebut diharapkan dapat menghasilkan gambaran yang sistematis mengenai keterkaitan kedua variabel pada ibu hamil trimester III primigravida.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III

Hasil penelitian yang melibatkan 34 ibu hamil trimester III menunjukkan bahwa kategori kecemasan yang paling banyak ditemukan adalah kecemasan sedang, dengan jumlah 25 orang (73,5%). Sementara itu, sebanyak 6 orang (17,6%) termasuk dalam kategori kecemasan tinggi dan 3 orang (8,8%) berada pada kategori kecemasan rendah. Distribusi tersebut menggambarkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam tingkat sedang, sehingga kondisi emosional ibu hamil trimester III perlu mendapatkan perhatian, terutama dalam menghadapi masa menjelang persalinan.

Tingginya proporsi kecemasan pada responden dapat dikaitkan dengan kondisi kehamilan yang telah memasuki trimester III, yaitu periode ketika ibu semakin mendekati waktu persalinan dan mengalami berbagai perubahan, baik secara fisik maupun psikologis. Pada fase ini, munculnya kecemasan merupakan kondisi yang cukup umum karena ibu mulai menghadapi berbagai kekhawatiran terkait proses persalinan, keadaan bayi yang akan dilahirkan, serta ketidakpastian mengenai kondisi kesehatan ibu dan bayi (Astiasih, Nurainih, & Prima, 2022). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Astiasih et al. (2022) yang menemukan adanya hubungan bermakna antara dukungan suami dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III dengan nilai $p < 0,05$. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan dari pasangan menjadi salah satu aspek yang berkaitan dengan kondisi kecemasan ibu menjelang persalinan.

Secara psikologis, perubahan hormon dalam trimester III membuat ibu hamil lebih sensitif terhadap stres, sehingga risiko kecemasan meningkat. Ditambah lagi, kurangnya pengetahuan ibu tentang persalinan juga menjadi faktor penting; ibu primigravida yang baru pertama kali hamil berpotensi merasa khawatir lebih tinggi karena belum punya pengalaman sebelumnya (Hasanah, Hapisah, Dewi, & Kirana, 2023).

Lingkungan sosial yang memberikan rasa aman dapat menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan kondisi psikologis ibu selama kehamilan. Dalam hal ini, suami merupakan salah satu sumber dukungan sosial terdekat yang dapat memberikan bantuan kepada ibu hamil, baik secara emosional maupun dalam bentuk dukungan lainnya. Hasil penelitian Nurmawaty, Tunggal, Megawati & Kirana (2025) yang dilakukan di Puskesmas Aluh-Aluh menunjukkan adanya keterkaitan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. Selain itu, Hasanah et al. (2023) melaporkan bahwa dukungan yang diberikan suami dalam bentuk emosional, fisik, dan informasi dapat membantu menciptakan perasaan lebih aman dan tenang pada ibu ketika memasuki masa mendekati persalinan. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa keberadaan dan keterlibatan suami dapat menjadi salah satu aspek yang berkaitan dengan kondisi psikologis ibu hamil menjelang persalinan.

Menurut Sarafino 2021 (teori psikologi kesehatan), dukungan sosial dari pasangan adalah salah satu faktor pelindung (protective factor) terhadap stres dan kecemasan pada ibu hamil.

Ketika suami aktif memberikan peran sebagai pendengar, pendukung fisik, dan penyedia rasa aman, ibu hamil menjadi lebih yakin dan mampu menghadapi ketidakpastian kehamilan. Peneliti berpendapat bahwa kecemasan ibu hamil trimester III tidak berdiri sendiri, tetapi dipengaruhi oleh hubungan keluarga dan keterlibatan suami dalam proses kehamilan. Beberapa responden dengan kecemasan tinggi dalam penelitian ini melaporkan adanya rasa takut terhadap persalinan, kekhawatiran mengenai keselamatan bayi, atau merasakan kurangnya dukungan emosional dari suami. Jika kecemasan ini tidak dikelola dengan baik, dampaknya bisa signifikan: peningkatan tekanan darah, gangguan tidur, dan ketegangan emosional yang dapat mengganggu proses persalinan. Karena itu, intervensi berupa edukasi suami tentang peran pendampingan kehamilan, workshop persalinan, dan pendekatan psikososial menjadi sangat penting untuk mengurangi kecemasan dan mempromosikan kehamilan yang sehat (Wahyudi, Dasuki & Anjarwati, 2024)

Peneliti berpendapat bahwa meskipun peran suami di TPMB Bidan Viandika cukup aktif, masih ada ruang untuk peningkatan melalui edukasi intensif, arena data menunjukkan bahwa partisipasi rendah pada suami berpendidikan andah dapat diperbaiki dengan intervensi berbasis komunitas. Penelitian ini berpendapat bahwa integrasi peran suami dalam protokol antenatal dapat menjadi model nasional, mengingat potensinya untuk mengurangi beban pada sistem kesehatan, dengan saran untuk studi lanjutan yang mengukur dampak jangka panjang pada kesehatan bayi. Selain itu, opini ini menyoroti pentingnya pendekatan holistik, di mana peran suami tidak hanya terbatas pada dukungan emosional tetapi juga melibatkan advokasi untuk hak kesehatan ibu, guna mencegah diskriminasi gender dalam layanan kesehatan. Implikasi etis meliputi perlunya sensitivitas budaya dalam program edukasi, untuk menghindari stigma pada suami yang kurang terlibat. Saran kebijakan adalah pengintegrasian modul peran suami dalam kurikulum pendidikan kesehatan sekolah, untuk membangun kesadaran sejak dini.

Penelitian ini berpendapat bahwa tingkat kecemasan di TPMB Badan Viandika mencerminkan tantangan akses kesehatan di daerah perkotaan, dan intervensi dini seperti konseling prenatal dapat mencegah eskalasi menjadi depresi postpartum. Penelitian ini menyatakan bahwa fokus pada edukasi kesehatan mental di trimester III adalah prioritas, dengan saran untuk kolaborasi lintas disiplin (badan dan psikolog) guna meningkatkan deteksi dini, mengingat potensi dampak negatif pada kesehatan ibu dan bayi jika tidak ditangani. Selain itu, opini ini menyoroti perlunya pendekatan preventif, seperti program mindfulness yang disesuaikan dengan budaya lokal, untuk membangun resiliensi psikologis. Implikasi etis meliputi perlindungan privasi responden dalam skrining kecemasan, dan saran kebijakan adalah integrasi kesehatan mental ke dalam program kesehatan ibu hamil nasional, untuk mengurangi disparitas regional

2. Dukungan Suami pada Ibu Hamil

Hasil penelitian yang melibatkan 34 ibu hamil trimester III primigravida memperlihatkan bahwa tingkat dukungan suami yang diterima responden masih didominasi oleh kategori rendah. Sebanyak 15 responden (44,1%) termasuk dalam kelompok dengan dukungan suami rendah. Sementara itu, 12 responden (35,3%) memperoleh dukungan dalam kategori sedang dan 7 responden (20,6%) mendapatkan dukungan tinggi. Distribusi tersebut menunjukkan bahwa proporsi terbesar responden belum mendapatkan dukungan suami secara optimal selama menjalani masa kehamilan.

Kondisi dukungan yang rendah dapat berkaitan dengan berbagai keadaan, seperti aktivitas pekerjaan suami yang cukup padat, pemahaman yang masih terbatas mengenai pentingnya keterlibatan suami selama kehamilan, maupun kesiapan psikologis suami dalam menghadapi persalinan. Berdasarkan teori dukungan sosial House (dalam Friedman, 2020), dukungan yang diberikan pasangan mencakup beberapa bentuk, yaitu dukungan emosional, informasi, penghargaan, serta bantuan instrumental. Ketika dukungan tersebut tidak diperoleh secara memadai, baik melalui kehadiran secara langsung maupun perhatian secara emosional, ibu

hamil dapat merasa kurang mendapatkan perhatian dan rasa aman. Kondisi tersebut juga dapat memengaruhi keyakinan diri ibu dalam menghadapi berbagai perubahan yang terjadi menjelang persalinan.

Trimester III merupakan periode paling sensitif dalam kehamilan, di mana ibu mengalami berbagai keluhan fisik seperti sulit tidur, pegal, nyeri punggung, sesak napas, serta rasa takut menjelang persalinan. Dalam kondisi tersebut, kehadiran suami menjadi sangat penting untuk memberikan rasa aman, membantu pekerjaan rumah, memfasilitasi kebutuhan ibu, serta menenangkan melalui komunikasi yang efektif. Penelitian Wahyudi, Dasuki, & Anjarwati (2024) menunjukkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan suami tinggi cenderung mengalami penurunan kecemasan signifikan dibandingkan ibu yang dukungan suaminya rendah. Faizah (2021) menegaskan bahwa suami yang menunjukkan empati, perhatian, dan kesediaan mendengarkan keluhan ibu hamil dapat menurunkan kecemasan secara signifikan. Sebaliknya, kurangnya dukungan suami akan memperburuk kondisi emosional ibu, meningkatkan risiko stres, dan berpotensi menimbulkan kecemasan berat. Dukungan suami yang baik tidak hanya membantu secara psikologis, tetapi juga mendorong kesiapan ibu menghadapi persalinan dan mengurangi risiko komplikasi yang berkaitan dengan stres atau tekanan emosional.

Berdasarkan temuan ini, peneliti menekankan bahwa dukungan suami merupakan faktor protektif yang krusial bagi kesehatan mental ibu hamil. Dukungan yang konsisten dan optimal dari pasangan dapat membantu ibu menghadapi proses persalinan dengan lebih tenang, percaya diri, serta siap secara emosional, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada kesehatan ibu dan janin (Astiasih, Nurainih, & Prima, 2022; Nurmawaty, Tunggal, Megawati & Kirana, 2025).

Di TPMB Bidan Viandika, edukasi suami dapat ditingkatkan melalui workshop keluarga untuk partisipasi yang lebih merata, terutama pada kelompok berpendidikan rendah. Ini dapat mengurangi beban bidan dan meningkatkan kepatuhan ibu terhadap protokol antenatal, dengan potensi penghematan biaya kesehatan hingga 20% melalui pencegahan komplikasi. Implikasi etis meliputi sensitivitas budaya untuk menghindari stigma pada suami yang kurang terlibat.

3. Pengaruh Dukungan Suami terhadap Kecemasan Ibu Hamil

Analisis menggunakan uji korelasi Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Hasil pengujian memperoleh nilai koefisien korelasi $\rho = -0,399$ dengan nilai signifikansi $p = 0,019$. Tanda negatif pada koefisien menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang berlawanan arah. Dengan demikian, peningkatan dukungan suami cenderung diikuti oleh tingkat kecemasan yang lebih rendah. Sebaliknya, ibu hamil yang menerima dukungan suami dalam kategori rendah cenderung berada pada tingkat kecemasan sedang hingga tinggi.

Temuan tersebut diperkuat oleh hasil tabulasi silang antara kedua variabel. Pada kelompok yang terdiri dari 15 responden dengan dukungan suami rendah, sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan sedang hingga tinggi. Sementara itu, pada kelompok dengan dukungan suami tinggi tidak ditemukan responden yang mengalami kecemasan berat. Distribusi tersebut memperlihatkan pola yang sejalan dengan hasil uji statistik, yaitu adanya kecenderungan tingkat kecemasan yang lebih rendah pada ibu yang memperoleh dukungan suami lebih tinggi.

Dari perspektif teori, hasil penelitian ini sesuai dengan konsep psikologi keluarga yang menempatkan pasangan sebagai salah satu primary support system selama masa kehamilan. Sarafino (2020) menjelaskan bahwa dukungan sosial, khususnya yang berasal dari pasangan, dapat membantu individu menghadapi stres dan memberikan kondisi psikologis yang lebih tenang. Dalam konteks kehamilan, dukungan tersebut dapat diberikan melalui perhatian emosional, pemberian informasi, bantuan instrumental, serta penghargaan terhadap ibu. Berbagai bentuk dukungan tersebut dapat memberikan rasa aman sekaligus membantu

meningkatkan keyakinan ibu dalam menjalani kehamilan dan mempersiapkan persalinan.

Menurut pendapat peneliti, adanya hubungan negatif antara dukungan suami dan kecemasan dapat berkaitan dengan peran suami dalam menciptakan rasa aman dan memberikan ketenangan kepada ibu. Keterlibatan suami dalam mendampingi kehamilan dapat membuat ibu merasa diperhatikan, dihargai, dan memiliki seseorang yang dapat memberikan dukungan ketika menghadapi kekhawatiran. Sebaliknya, keterlibatan yang terbatas dapat membuat ibu lebih mudah merasa khawatir terhadap berbagai hal yang berkaitan dengan kehamilan, seperti kondisi janin, rasa nyeri saat persalinan, maupun kemungkinan terjadinya komplikasi.

Dukungan dari suami juga tidak hanya berkaitan dengan kondisi psikologis, tetapi dapat berhubungan dengan kondisi fisik ibu selama kehamilan. Perasaan yang lebih tenang dapat mendukung kondisi ibu dalam menjalani masa kehamilan, termasuk membantu menjaga kestabilan tekanan darah dan kualitas tidur. Hasil penelitian Astiasih, Nurainih, & Prima (2022) menunjukkan bahwa ibu hamil yang memperoleh dukungan pasangan dalam tingkat tinggi lebih mampu mengelola stres, memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah, serta lebih percaya diri dalam menghadapi proses persalinan.

Berdasarkan keseluruhan hasil tersebut, dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Oleh sebab itu, keterlibatan suami dalam proses kehamilan perlu diperhatikan, baik melalui pendampingan, pemberian informasi mengenai persalinan, maupun dukungan psikologis. Keterlibatan tersebut dapat menjadi salah satu bentuk dukungan bagi ibu dalam menghadapi masa menjelang persalinan serta mendukung kesejahteraan ibu dan bayi.

4. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti menyadari bahwa terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Ruang lingkup penelitian ini difokuskan pada hubungan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III primigravida yang melakukan pemeriksaan di TPM Bidan Viandika. Penelitian belum mencakup berbagai faktor lain yang berpotensi berkaitan dengan kondisi kecemasan ibu hamil, di antaranya:

- Riwayat kesehatan mental ibu, misalnya depresi atau gangguan kecemasan sebelumnya.
- Kondisi kesehatan fisik ibu, seperti anemia, hipertensi, atau komplikasi kehamilan lain.
- Kondisi sosial-ekonomi keluarga, termasuk pendapatan, pekerjaan, dan pendidikan suami/ibu.
- Dukungan sosial dari keluarga atau lingkungan lain, misalnya ibu mertua, teman, atau tenaga kesehatan.
- Faktor psikologis tambahan, seperti tingkat stres harian, pengalaman persalinan sebelumnya, atau ketakutan terhadap persalinan.

Dengan adanya keterbatasan tersebut, hasil penelitian ini hanya dapat dijadikan indikasi hubungan dukungan suami dengan kecemasan ibu hamil, dan tidak dapat digeneralisasi untuk semua ibu hamil atau kondisi kehamilan yang berbeda. Peneliti menyarankan agar penelitian selanjutnya mempertimbangkan faktor-faktor tambahan tersebut untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai determinan kecemasan pada ibu hamil.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data serta analisis yang telah dilakukan, maka kesimpulan penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

Sebagian besar ibu hamil trimester III primigravida yang menjadi responden di TPMB Bidan Viandika mengalami kecemasan selama masa kehamilan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil trimester III primigravida di TPMB Bidan Viandika memperoleh dukungan suami yang masih tergolong kurang selama menjalani kehamilan.

Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami

dengan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida di TPMB Bidan Viandika. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai p sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Selain itu, nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,859$ menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan suami dengan kecemasan ibu hamil primigravida.

Saran

1. Bagi Masyarakat: Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya keterlibatan suami selama kehamilan. Kehadiran dan dukungan suami tidak hanya dapat memberikan kenyamanan secara emosional, tetapi juga dapat mendukung kondisi kesehatan ibu selama menjalani kehamilan. Selain itu, keterlibatan keluarga perlu ditingkatkan dalam mempersiapkan proses persalinan agar dapat berlangsung dengan lebih baik.
2. Bagi Institusi Pendidikan (Akademik): Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai salah satu sumber referensi dalam pengembangan materi pembelajaran maupun sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian berikutnya yang berkaitan dengan kondisi psikologis selama kehamilan, dukungan keluarga, serta kesehatan reproduksi perempuan.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya: Penelitian berikutnya diharapkan dapat menggunakan jumlah responden yang lebih banyak dengan karakteristik yang lebih beragam. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat memasukkan berbagai faktor lain yang berpotensi berkaitan dengan dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu hamil, khususnya pada ibu hamil trimester III primigravida.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, K. K., Elyasari, N., Kartini, Y., Saleh, U. K. S., Imroatu Zulaikha, L., Candra Resmi, D., ... & Purnama, Y. (2022). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Asuhan Kebidanan Kehamilan. Global Eksekutif Teknologi.
- Astiasih, T., Nurainih, N., & Prima, E. (2022). Hubungan Pengetahuan, Dukungan Suami, Sikap Ibu Hamil Trimester 3 dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan. *SENTRI Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 716–727. <https://doi.org/10.55681/sentri.v1i3.282> Hasanah,
- Awaliya, N. (2023). Hubungan Faktor Pengalaman Dan Dukungan Suami Dengan Kesiapan Ibu Hamil Dalam Perawatan Bayi Baru Lahir (Doctoral Dissertation, Universitas Pesantren Tinggi Darul'ulum).
- H., Hapisah, H., Dewi, V. K., & Kirana, R. (2022). Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di Puskesmas Perawatan Sebanban 2.
- Hapsari, W. D., & Lestari, S. (2024). Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Pengetahuan tentang Gizi Ibu Hamil. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 9(02), 45-54.
- Sulistiyowati, I., & Izzatul Arifah, S. K. M. (2024).
- Hasanah, L. N. (2022). Gizi Dalam Siklus Kehidupan. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Iriyanti, A., Yugistiyowati, A., & Bahrudin, M. J. U. H. (2020). Edukasi Kesehatan Berbasis Android “My-Baby Care” Meningkatkan Motivasi Ibu Hamil Dalam Perawatan Bayi Baru Lahir, 1.
- Kurniasih, E., Prawoto, E., & Rosiana, A. H. (2022). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Mediva Kecamatan Ngawi. *Jurnal Cakra Medika*, 9(1), 43–54. <https://doi.org/10.55313/ojs.v9i1.89>
- Lubis, D. R. (2021). Hypnobirthing sebagai self hypnosis dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. *Hypnobirthing sebagai self hypnosis dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil*, 13(2022), 1-7.
- Mentari, R. D., Ardiyanti, A., & Arisdiani, D. R. (2023). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Dan Musik Klasik Lullaby Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di SMC RS Telogorejo. *Jurnal Ventilator*, 1(3), 173-185.
- Munisah, M., Sukarsih, R. I., Mudlikah, S., & Putri, L. A. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Perubahan Fisik dan Psikologis Pada Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, 2(02), 53-58.
- Nita, A. A., Edi, I. S., & Isnanto, I. (2021). Kejadian gingivitis pada ibu hamil ditinjau dari faktor

- hormon, perilaku dan lokal. *Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut (JKGM)*, 3(2), 41-46.
- Nukuhaly, H., & Kasmianti, K. (2022). Studi Kasus: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Ketidaknyamanan Sering Buang Air Kecil. *Jurnal Kebidanan*, 2(2), 117-123.
- Nurmawaty, E., Tunggal, T., Megawati, M., & Kirana, R. (2025). Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Aluh-Aluh Kabupaten Banjar
- Patimah, M. (2020). Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 570-578.
- Rahmadhani, R., Hanan, N., & Purnamasari, C. B. (2023). Perubahan keadaan rongga mulut pada ibu hamil. *Mulawarman Dental Journal*, 3(2), 98-103.
- Rufaindah, E., & Patemah, P. (2024). Efektivitas Kelas Prenatal Yoga Terhadap Kesehatan Mental Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 9(1), 47-54.
- Rusdiana, R. (2022). Hubungan Dukungan Suami dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan pada Masa Pandemi COVID 19 di Praktik Mandiri Bidan SF Martapura.
- Siswanto, A., Susaldi, S., Batu, A. C., Wulandari, F. K., Mistiana, I., Juliska, L., & Resnawati, R. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Ibu Hamil menjelang Persalinan. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(2), 49-56.
- Tampubolon, F. S. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak Tahun 2021.
- Thaariq, N. A. A., & Keb, M. T. (2023). Perubahan Fisiologis Pada Masa Kehamilan. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Untuk Ibu Dan Generasi Sehat*, 15.
- Wahyudi, E. K., Dasuki, D., & Anjarwati, A. (2024). Scoping Review Hubungan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Proses Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III
- Wibisono, A. (2021). Hubungan karakteristik personal dengan kecemasan pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas gatak sukoharjo. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Yusmiyati, Y., Wahyuni, I. S., & Bangaran, A. (2025). Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III.