



Dukungan Suami sebagai Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Tiga

Nur Fitri Ayu Pertiwi, Endah Dian Marlina, Raudhatul Munawarah³, Siti Masitoh⁴
^{1,2,3}Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta III
Email: ayu.fitri08@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.55541/emj.v8i2.397>

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan tersebut menimbulkan rasa takut dan khawatir yang dapat berdampak pada kesiapan mental ibu serta kelancaran proses persalinan. Salah satu faktor yang berperan penting dalam menurunkan kecemasan adalah dukungan suami, baik secara emosional, informasional, maupun pendampingan selama kehamilan. Dukungan yang optimal dapat membantu ibu merasa lebih tenang dan mampu menghadapi persalinan dengan lebih percaya diri. Namun, belum banyak data yang menggambarkan hubungan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester tiga. **Tujuan:** Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga. **Metode** penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional, dan sampel dipilih menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian meliputi kuesioner dukungan suami dan penilaian kecemasan menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). **Hasil** penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu hamil, dibuktikan dengan hasil uji Chi Square yang memperoleh nilai $p < 0,001$ ($\alpha = 0,05$). **Kesimpulannya**, semakin tinggi dukungan yang diberikan suami, maka semakin rendah tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga. Oleh karena itu, suami diharapkan berperan aktif memberikan dukungan selama masa kehamilan untuk membantu ibu merasa lebih tenang menjelang persalinan.

Kata Kunci: Kecemasan; Dukungan suami; Kehamilan; Trimester III; Penghasilan.

ABSTRACT

Background: This anxiety causes fear and worry that can affect the mother's mental readiness and the smoothness of the delivery process. One factor that plays an important role in reducing anxiety is the support of the husband, both emotionally, informationally, and through accompaniment during pregnancy. Optimal support can help mothers feel calmer and more confident in facing childbirth. However, there is not much data describing the relationship between husband support and anxiety levels in third trimester pregnant women. **Objective:** This study was conducted to determine the relationship between husband support and anxiety levels in third trimester pregnant women. The research **Method** used a quantitative approach with a cross-sectional design, and the sample was selected using purposive sampling. The research instruments included a questionnaire on spousal support and an anxiety assessment using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). **The results** showed a significant relationship between spousal support and anxiety levels in pregnant women, as evidenced by the Chi-square test results, which obtained a p -value < 0.001 ($\alpha = 0.05$). In **Conclusion**, the higher the level of support provided by husbands, the lower the anxiety levels of pregnant women in their third trimester. Therefore, husbands are expected to play an active role in providing support during pregnancy to help mothers feel calmer as they approach childbirth.

Keywords: Anxiety; Spousal support; Pregnancy; Third trimester; Income.

LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan proses alamiah yang dialami wanita, namun sering menimbulkan perubahan fisik dan psikologis yang memicu kecemasan. Pada sebagian ibu, kehamilan menjadi stresor yang dapat mengganggu kesiapan menghadapi persalinan. Kecemasan selama kehamilan berhubungan dengan meningkatnya risiko persalinan lama atau macet yang dapat membahayakan ibu dan bayi. Kondisi ini sering terjadi akibat kekuatan mengejan tidak efektif, ukuran janin besar, ketidaksesuaian panggul, serta kondisi emosional ibu yang tidak stabil (1). Trimester III menjadi periode dengan tingkat kecemasan tertinggi karena ibu mulai memikirkan keselamatan proses persalinan dan kondisi bayinya (2).

Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan lebih sering dialami oleh ibu primigravida dibandingkan multigravida (8). Selain itu, *Pregnancy-Specific Anxiety* mencapai puncaknya pada trimester ketiga, dengan 71% ibu hamil mengalami kecemasan berat (7). Kecemasan berlebih dapat menyebabkan kontraksi prematur, hipertensi, preeklamsia, serta persalinan lebih lama dan lebih nyeri (6). Beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan meliputi usia, tingkat pendidikan, kesehatan, dan dukungan keluarga.

Dukungan suami menjadi komponen penting karena mampu memberikan rasa aman, nyaman, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu (3). Bentuk dukungan tersebut dapat berupa dukungan

emosional, informasi, fisik, maupun finansial, yang semuanya dapat menurunkan kecemasan menjelang persalinan (5). Karakteristik suami seperti pendidikan dan pekerjaan juga memengaruhi kemampuan memberi dukungan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan kecemasan ibu menjelang persalinan (4). Pemerintah turut mendorong keterlibatan suami melalui program Suami Siaga untuk meningkatkan keselamatan ibu. Selain itu, bidan memiliki peran penting dalam memberikan asuhan dan konseling selama kehamilan untuk menurunkan kecemasan ibu (9). Mengingat tingginya angka kunjungan ibu hamil di PMB Ika Retna Andriyani, fenomena kecemasan ibu trimester tiga menjadi penting untuk diteliti lebih lanjut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu untuk melihat hubungan antara variabel dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga. Desain ini umum digunakan dalam penelitian kebidanan dan psikologis ibu hamil karena mampu menggambarkan kondisi responden secara cepat dan efisien (2).

Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu seperti usia kehamilan trimester III, kondisi kehamilan stabil, dan kesiapan

menjadi responden. Pendekatan ini lazim digunakan dalam penelitian yang memerlukan karakteristik subjek spesifik (6).

Instrumen penelitian meliputi kuesioner dukungan suami yang menilai aspek emosional, informasi, instrumental, dan penghargaan, sebagaimana dijelaskan pada beberapa penelitian sebelumnya mengenai peran dukungan suami dalam kehamilan (1). Sementara itu, tingkat kecemasan diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), instrumen standar yang banyak digunakan dalam penelitian kecemasan pada ibu hamil trimester akhir (3).

Analisis data dilakukan dengan uji Chi Square untuk mengetahui hubungan antarvariabel. Uji ini sesuai digunakan untuk data kategorik serta telah banyak diaplikasikan dalam penelitian yang menilai hubungan dukungan suami dan kecemasan ibu hamil (4). Hasil analisis kemudian dibandingkan dengan nilai signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk menentukan hubungan yang bermakna.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan distribusi frekuensi ibu hamil trimester III mengalami cemas ringan sebanyak 28 (44,44%) cemas sedang 6 (9,52%) dan cemas berat 1 (1,60%) sementara, ibu hamil trimester tiga yang tidak mengalami kecemasan sebanding dengan ibu hamil trimester tiga yang mengalami

cemas ringan yaitu sebanyak 28 (44,44%). Sedangkan dukungan suami di dominasi data tidak mendukung sebanyak 34 responden (54%). Mayoritas responden tidak mendapatkan dukungan suami pada sebagian besar bentuk dukungan. Dukungan emosional merupakan bentuk dukungan yang paling banyak diterima, yaitu oleh 38 responden (60,3%). Namun, sebagian besar responden tidak memperoleh dukungan penilaian (52,4%), dukungan instrumental (57,1%), maupun dukungan informasi (66,7%).

Selain itu karakteristik suami responden di PMB Ika Retna Andriyani, Jakarta Barat, mayoritas suami responden berusia 20 – 35 tahun sebanyak 50 orang (79,4%), dan paling sedikit berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun sebanyak 13 orang (20,6%). Pendidikan suami responden sebagian besar berada pada level pendidikan tinggi sebanyak 53 orang (84,13%). Sementara suami responden dengan latar pendidikan rendah sebanyak 10 orang (15,87%). Untuk pendapatan suami sebagian besar memiliki jumlah pendapatan kurang dari UMR dan sama dengan UMR dengan jumlah 48 orang (76,20%), dan paling sedikit berpendapatan lebih dari UMR sebanyak 15 orang (23,80%).

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan kecemasan dengan karakteristik suami di PMB Ika Retna Adriyani. Berikut tabel analisisnya

Tabel 1. Hasil Analisis Bivaria Hubungan Kecemasan Dengan Karakteristik Suami di PMB Ika Retna Andriyani

Varibel	Tingkat Kecemasan				Jumlah	P value	OR (95% CI)
	Tidak Cemas	Cemas Ringan	Cemas Sedang	Cemas Berat			
Usia Suami							
20-35 Tahun	21 (33.32%)	23 (36.52%)	5 (7.92%)	1 (1.60%)	50 (79.4%)	0,943	2,235 (1,414-3,533)
<20 tahun dan >35 tahun	7 (11.12%)	5 (7.92%)	1 (1.60%)	0	13 (20.6%)		
Total Presentasi (%)	28 (44.44%)	28 (44.44%)	6 (9.52%)	1 (1.60%)	63 (100%)		
Pendidikan Suami							
Pendidikan Rendah	7 (11.11%)	3 (4.76%)	0	0	10 (15.87%)	0,731	1,021 (0,659-1,523)
Pendidikan Tinggi	21 (33.33%)	25 (39.68%)	6 (9.52%)	1 (1.60%)	53 (84.13%)		
Total Presentasi (%)	28 (44.44%)	28 (44.44%)	6 (9.52%)	1 (1.60%)	63 (100%)		
Penghasilan							
>UMR	7 (11.11%)	7 (11.11%)	1 (1.60%)	0	15 (23.82%)	0,584	0,959 (0,727-0,690)
<UMR dan =UMR	21 (33.31%)	21 (33.31%)	5 (7.96%)	1 (1.60%)	48 (76.18%)		
Total Presentasi (%)	28 (44.44%)	28 (44.44%)	6 (9.52%)	1 (1.60%)	63 (100%)		

Berdasarkan analisa hubungan kategori usia suami responden dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga, Diperoleh data bahwa, mayoritas suami responden berusia 20-35 tahun sebanyak 50 orang (79.4%). Sebagian besar ibu hamil trimester tiga yang bersuami usia 20-35 tahun mengalami cemas ringan sebanyak 23 ibu (36.52%), cemas sedang 5 ibu (7.92%), cemas berat 1 ibu (1.6%), dan tidak mengalami kecemasan sebanyak 21 ibu (33.32%).

Sementara paling sedikit suami responden yang berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun sebesar 13 orang (20.6%), dari data tersebut sebanyak 7 ibu hamil trimester tiga tidak mengalami kecemasan (11.12%), 5 ibu mengalami cemas ringan (7.92%), 1 ibu mengalami cemas sedang (1.60%), dan tidak ada ibu yang mengalami cemas berat. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai ($p=0,943$) lebih besar dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada

hubungan yang signifikan antara usia suami responden dengan tingkat kecemasan.

Berdasarkan analisa hubungan kategori pendidikan suami responden dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga, Diperoleh data bahwa, mayoritas suami responden berpendidikan tinggi sebanyak 53 orang (84.13%) , sebagian besar suami ibu hamil trimester tiga memiliki suami yang berpendidikan tinggi, akan tetapi ibu hamil trimester tiga mayoritas mengalami cemas ringan sebanyak 25 ibu (39.68%), cemas sedang 6 ibu (9.52%), cemas berat 1 ibu (1.6%), dan tidak mengalami kecemasan sebanyak 21 ibu (33.32%). Sementara suami responden yang berpendidikan rendah sebanyak 10 orang (15.87%), sebanyak 7 ibu tidak mengalami kecemasan (11.11%), 3 ibu mengalami cemas ringan (4.76%), dan tidak ada ibu yang mengalami cemas sedang dan cemas berat. Dari hasil uji statistic nilai ($p = 0,731$) maka disimpulkan tidak ada hubungan antara pendidikan suami responden dengan tingkat kecemasan.

Sementara berdasarkan analisa hubungan kategori pendapatan suami responden dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga, mayoritas sebanyak 48 ibu dengan kategori pendapatan suami kurang dari UMR dan sama dengan UMR, dari data tersebut mayoritas ibu hamil trimester tiga sebanyak 21 (33.31%) ibu mengalami cemas ringan, hal ini sebanding dengan ibu hamil trimester tiga yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 21 ibu (33.31%). Cemas sedang 5 ibu (7.96%), cemas berat 1 ibu (1.60%). Sedangkan dari 15 ibu (23.82%) yang berpendapatan suami lebih dari UMR memiliki jumlah yang

sama, yaitu sebanyak 7 ibu hamil trimester tiga yang mengalami cemas ringan dan 7 ibu hamil trimester tiga yang tidak mengalami kecemasan (11.11%). Hasil uji statistik ($p=0,584$) maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara pendapatan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil trimester tiga tidak mendapatkan dukungan suami, dan kondisi ini berkaitan dengan munculnya kecemasan, terutama kecemasan ringan. Uji chi-square menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga ($p = 0,001$). Dukungan suami merupakan bentuk perhatian, kasih sayang, dan bantuan emosional yang mampu memberikan rasa aman pada ibu hamil (7). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa kurangnya dukungan suami meningkatkan risiko kecemasan pada ibu hamil (8).

Temuan ini sejalan dengan penelitian bahwa dukungan suami berperan penting dalam menurunkan kecemasan ibu hamil. Selain itu, penelitian menjelaskan bahwa peran aktif suami mampu memperlancar proses kehamilan dan menurunkan kecemasan. Dukungan yang cukup dari suami dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi stres selama kehamilan (9).

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan Farewell et al. (2020) dan Ravaldi & Vannacci (2020) yang menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil meningkat ketika dukungan lingkungan berkurang, terutama

pada situasi khusus seperti pandemi. Peran suami sangat besar dalam membangun rasa percaya diri ibu hamil dan mempersiapkan ibu menghadapi persalinan (8).

Uji lanjutan pada karakteristik suami menunjukkan bahwa usia, pendidikan, dan pendapatan tidak berhubungan signifikan dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Pendidikan yang tinggi memang dapat meningkatkan wawasan suami, namun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan tidak selalu berpengaruh terhadap kecemasan ibu (10). Demikian pula, pendapatan tidak terbukti berpengaruh terhadap kecemasan meski secara teori pendapatan dapat memengaruhi kemampuan suami memberi dukungan (2).

Dukungan suami tetap menjadi faktor yang lebih menentukan dibandingkan karakteristik lainnya (10). Bentuk dukungan yang paling banyak diterima adalah dukungan emosional, sementara dukungan informasi menjadi yang paling rendah. Dukungan dalam berbagai bentuk—emosional, penilaian, instrumental, dan informasi—diperlukan agar ibu hamil merasa aman dan tidak cemas (10).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa dukungan suami memiliki pengaruh kuat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga dan menjadi faktor protektif utama dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil trimester tiga mengalami kecemasan ringan dan tidak memperoleh dukungan optimal dari suami.

Analisis data membuktikan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan, sementara usia, pendidikan, dan pendapatan suami tidak berhubungan dengan kecemasan. PMB perlu meningkatkan edukasi melalui kelas ibu hamil yang melibatkan suami agar pemahaman tentang pentingnya dukungan semakin baik. Ibu hamil juga dianjurkan meningkatkan pengetahuan terkait kehamilan untuk mengurangi kecemasan. Penelitian selanjutnya disarankan menambahkan variabel dukungan keluarga dan tenaga kesehatan untuk melihat faktor pendukung lain yang berpengaruh.

DAFTAR PUSTAKA

1. Alfiani, R., & Realita, F. (2021). Literature Review: Kecemasan Ibu Hamil TM III Dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Sosial Sains*, 1, 1481–1486.
2. Asiah, A., Indragiri, S., & Agustin, C. (2022). Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan Pada Pandemi Covid 19. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 8, 24–30.
3. Aisyah, S., & Syarifatul, A. (2021). Dukungan Suami Berhubungan Dengan Kecemasan Ibu Bersalin Primigravida. *Health Journal*, 12, 382–394.
4. Agi Saputra, M., & Mubin, S. F. (2013). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Pada Trimester Tiga di BPS Ny. Murwati Tony AMD. *Jurnal Keperawatan*, 6, 24–35.
5. Baroah, R., Jannah, M., Windari, E. N., & Wardani, D. S. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan

- pada Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan dengan Skor Prenatal Attachment. *Jurnal Issues in Midwifery*, 4, 12–19.
6. Basyiroh, A. N., et al. (2022). Studi Literatur (Systematic Review): Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Terhadap Proses Persalinan.
 7. Endah Kusumaningtyas Wahyudi, D., & Dasuki, D. (2019). Scoping Review Hubungan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Proses Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III.
 8. Fitri, D. K., et al. (2022). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1, 50–58.
 9. Menajang, N., Pondaag, L., & Kundre, R. (2017). Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Puskesmas Sonder. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5, 105173.
 10. Siallagan, D., & Lestari, D. (2018). Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas dan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang. *Indonesian Journal of Midwifery*, 1, 104–110.