

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI PUSKESMAS LAU KABUPATEN MAROS TAHUN 2023

RELATIONSHIP BETWEEN SPOUSAL SUPPORT AND ANXIETY IN PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER IN FACING CHILDBIRTH AT THE LAU HEALTH CENTER MAROS REGENCY IN 2023

Hasyati¹

Stikes Yapika

Makassar¹

email:

hasyatihasyaya89@gmail.com

Fitriani²

Stikes Yapika

Makassar²

email:

nersfitriani20@gmail.com

Sabri Jufri³

Stikes Yapika

Makassar³

email:

sabrij72@gmail.com

Abstrak: Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang sering dialami ibu hamil menjelang persalinan. Di Indonesia, angka kejadian kecemasan pada ibu hamil diperkirakan mencapai 373 juta kasus, dengan sekitar 107 juta (28,7%) di antaranya mengalami kecemasan menghadapi proses persalinan. Salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil adalah dukungan suami, karena kehadiran dan perhatian suami mampu menumbuhkan rasa percaya diri, memberikan ketenangan, serta membentuk kesiapan mental ibu dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Lau Kabupaten Maros Tahun 2023. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif dan pendekatan *cross sectional*. Populasi sebanyak 34 ibu hamil trimester III, yang sekaligus dijadikan sebagai sampel penelitian menggunakan teknik *accidental sampling*. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III (nilai $p = 0,000 < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan suami memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menjelang persalinan. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan keterlibatan suami dalam proses kehamilan dan persalinan sebagai bagian dari upaya mewujudkan pengalaman persalinan yang aman, nyaman, dan bermakna bagi ibu.

Kata Kunci: Kecemasan Ibu Hamil Trimester III; Dukungan Suami; Persalinan.

Abstract: Anxiety is one of the psychological disorders that is often experienced by pregnant women before childbirth. In Indonesia, the incidence of anxiety among pregnant women is estimated to reach 373 million cases, with around 107 million (28.7%) of them experiencing anxiety in facing the childbirth process. One of the key factors influencing the level of anxiety among pregnant women is husband's support, as the presence and attention of a husband can foster self-confidence, provide comfort, and help build mental readiness for childbirth. This study aims to determine the relationship between husband's support and the level of anxiety among third-trimester pregnant women in facing childbirth at Puskesmas Lau, Maros Regency, in 2023. This research employed a quantitative approach with a descriptive correlational design and a cross-sectional method. The population consisted of 34 third-trimester pregnant women, who were also taken as samples using an accidental sampling technique. Data were analyzed using the Chi-Square test, and the results showed a significant relationship between husband's support and the level of anxiety among third-trimester pregnant women ($p = 0.000 < 0.05$). Based on these findings, it can be concluded that husband's support plays an important role in reducing anxiety levels among third-trimester pregnant women before childbirth. Therefore, it is necessary to increase the involvement of husbands during pregnancy and childbirth as part of efforts to create a safe, comfortable, and meaningful childbirth experience for mothers.

Keywords: Anxiety Third-Trimester Pregnant Women; Husband's Support; Childbirth

JHQD

E-ISSN: 2798-2025

Vol. 3, No. 1, pp. 23-34
Juni 2023



Unit Publikasi Ilmiah
Intelektual Madani
Indonesia

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang umum dialami oleh ibu hamil, terutama menjelang proses persalinan. Kondisi ini muncul sebagai bentuk respon emosional terhadap ketidakpastian, rasa takut, dan kekhawatiran yang berlebihan terhadap keselamatan diri dan janin. Menurut data *World Health Organization* (WHO, 2020), prevalensi kecemasan selama kehamilan berkisar antara 8–10%, dan meningkat menjadi 12% menjelang persalinan.

Sementara itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) melaporkan bahwa sekitar 43,3% ibu hamil di Indonesia mengalami kecemasan selama masa kehamilan, dan 48,7% di antaranya mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan. Data tersebut menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil masih menjadi permasalahan kesehatan mental yang perlu mendapat perhatian serius. Di tingkat global, gangguan kecemasan pada ibu hamil juga menjadi isu yang signifikan, terutama di negara berkembang yang memiliki tantangan besar dalam hal akses pelayanan kesehatan dan dukungan psikososial.

Berdasarkan hasil penelitian, sekitar 7,9% ibu hamil di Prancis mengalami kecemasan, 11,8% mengalami depresi, dan 13,2% mengalami keduanya secara bersamaan. Di India Selatan, prevalensi kecemasan dan depresi selama kehamilan mencapai 55,7%, sedangkan di negara maju seperti Amerika Serikat dan Inggris angkanya berkisar antara 7–20% (Muliani, 2022; Setiawati, 2022).

Perbandingan ini menunjukkan bahwa ibu hamil di negara berkembang memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami gangguan psikologis akibat keterbatasan dukungan sosial, tekanan ekonomi, serta minimnya pengetahuan dan akses terhadap layanan kesehatan mental. Beberapa negara lain juga melaporkan variasi angka kecemasan selama kehamilan yang cukup tinggi, seperti di Britania Raya (8,1%), Republik Rakyat Tiongkok (20,6%), Pakistan (18%), dan Indonesia (26,8%) (Setiawati, 2022).

Angka tersebut memperlihatkan bahwa kondisi psikologis ibu hamil tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis, tetapi juga oleh lingkungan sosial, budaya, dan sistem pelayanan kesehatan yang tersedia. Kecemasan selama kehamilan dapat menimbulkan dampak serius, baik bagi ibu maupun janin yang dikandungnya. Berbagai studi menunjukkan bahwa kecemasan yang tidak ditangani dapat berkontribusi terhadap munculnya depresi postpartum, persalinan prematur, persalinan dengan tindakan (operasi caesar), bahkan gangguan tumbuh kembang pada anak seperti gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH) serta gangguan perilaku.

Selain itu, kecemasan pada trimester akhir juga berhubungan dengan peningkatan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR) akibat terganggunya aliran darah plasenta dan hormon stres yang tinggi selama kehamilan (Novelia, 2022). Salah satu faktor penting yang diketahui berperan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil adalah dukungan suami. Kehadiran suami selama masa kehamilan

dapat memberikan pengaruh positif terhadap keseimbangan emosional ibu, meningkatkan rasa aman, serta memperkuat kesiapan mental dalam menghadapi proses persalinan (Yuliana, 2015).

Salah satu faktor penting yang berperan dalam mengurangi kecemasan ibu hamil adalah dukungan suami. Suami memiliki peran strategis sebagai sumber utama dukungan emosional, sosial, dan fisik bagi ibu selama kehamilan. Dukungan suami yang optimal dapat memberikan rasa aman, nyaman, dan tenang, serta menumbuhkan kepercayaan diri ibu dalam menghadapi proses persalinan. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa memberikan perhatian, menemani dalam pemeriksaan kehamilan, membantu pekerjaan rumah tangga, memberi motivasi, maupun menunjukkan empati terhadap kondisi ibu.

Sebaliknya, kurangnya dukungan dari suami dapat menimbulkan perasaan terisolasi, tidak diperhatikan, dan meningkatkan kecemasan ibu menjelang persalinan. Kecemasan yang tinggi pada ibu hamil dapat mengganggu keseimbangan hormon dan sistem saraf, yang berpotensi mempengaruhi perkembangan janin serta memperpanjang proses persalinan. Oleh karena itu, dukungan suami memiliki peran vital dalam menjaga keseimbangan psikologis ibu dan menciptakan pengalaman kehamilan serta persalinan yang positif.

Penelitian mengenai hubungan dukungan suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan menjadi penting

untuk dilakukan guna memahami sejauh mana peran dukungan suami berpengaruh terhadap kondisi emosional ibu menjelang melahirkan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat, dalam memberikan edukasi kepada pasangan suami istri mengenai pentingnya peran suami dalam mendampingi ibu selama masa kehamilan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan antenatal care yang berorientasi pada kesehatan fisik dan mental ibu hamil.

Dukungan suami tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga mencakup dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan, yang secara keseluruhan mampu membantu ibu menyesuaikan diri terhadap perubahan fisiologis dan psikologis yang dialami selama kehamilan. Selain dukungan suami, beberapa faktor lain turut memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil, seperti usia, pendidikan, pekerjaan, pengetahuan tentang kehamilan dan persalinan, serta kondisi ekonomi keluarga (Handayani, 2015).

Ibu hamil berusia kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap komplikasi kehamilan yang dapat menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan. Demikian pula, kurangnya pengetahuan tentang proses kehamilan dan persalinan, serta keterbatasan dukungan keluarga dan tenaga kesehatan, dapat memperburuk kondisi psikologis ibu. Penelitian Irma (2021) menunjukkan bahwa sekitar 80%

ibu hamil mengalami kecemasan akibat kurangnya keterlibatan suami dalam proses persalinan.

Sementara itu, hasil penelitian Falentine (2023) menemukan bahwa ibu primigravida cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan multigravida, karena pengalaman pertama dalam menghadapi persalinan sering kali menimbulkan rasa takut dan ketidakpastian. Selain itu, rendahnya frekuensi pemeriksaan kehamilan (Antenatal Care) dan minimnya edukasi tentang proses persalinan turut memperkuat rasa cemas yang dialami ibu. Untuk mengurangi tingkat kecemasan, diperlukan dukungan menyeluruh dari lingkungan keluarga, terutama suami sebagai pendamping utama.

Suami berperan dalam memberikan semangat, membantu mengenali tanda-tanda persalinan dini seperti kontraksi dan pecah ketuban, serta memberikan sentuhan kasih sayang yang menenangkan. Bentuk dukungan emosional yang diberikan suami terbukti dapat menciptakan rasa aman, memperkuat hubungan emosional, dan menumbuhkan keyakinan ibu bahwa ia tidak sendiri dalam menghadapi proses persalinan. Dukungan yang optimal dari suami juga dapat meminimalkan gangguan emosional pada ibu dan berkontribusi pada proses persalinan yang lebih lancar dan positif (Yuliana, 2015).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan suami memiliki peranan krusial dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menjelang

persalinan. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Lau Kabupaten Maros Tahun 2023. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah terhadap pengembangan intervensi psikososial berbasis keluarga, serta menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan peran serta suami dalam pendampingan kehamilan guna mewujudkan pengalaman persalinan yang aman, nyaman, dan bermakna bagi ibu dan bayi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif dan pendekatan *cross sectional*. Desain ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan, dengan pengumpulan data yang dilakukan secara bersamaan pada seluruh responden. Pendekatan ini dipilih karena dapat menggambarkan hubungan antara dua variabel tanpa intervensi dan sesuai dengan kondisi nyata di lapangan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan kebetulan, di mana responden yang ditemui peneliti dan memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel penelitian.

Jumlah sampel sebanyak 34 ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas lokasi penelitian. Pemilihan teknik ini didasarkan pada keterbatasan populasi,

sehingga seluruh responden yang memenuhi kriteria diikutsertakan untuk memperoleh hasil yang representatif. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu hamil. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase, serta diolah menggunakan program SPSS.

HASIL DAN DISKUSI

Karakteristik Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Lau Kabupaten Maros Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 28 orang (82,4%), sedangkan yang berusia di bawah 20 tahun hanya 1 orang (2,9%) dan yang berusia di atas 35 tahun sebanyak 5 orang (14,7%). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil trimester III termasuk dalam kategori usia reproduktif yang dianggap aman dan ideal untuk menjalani kehamilan serta proses persalinan. Pada usia ini, fungsi organ reproduksi sudah optimal, hormon berada pada keseimbangan yang baik, dan kesiapan psikologis relatif lebih matang.

Dengan demikian, risiko komplikasi obstetri seperti preeklamsia, partus lama, atau gangguan pertumbuhan janin lebih rendah dibandingkan pada usia ekstrem, baik terlalu muda maupun terlalu tua. Sebaliknya, kehamilan pada usia di bawah 20 tahun

memiliki risiko lebih tinggi karena organ reproduksi belum matang sepenuhnya, sehingga rahim dan panggul belum siap secara fisiologis untuk proses persalinan. Kondisi tersebut dapat meningkatkan potensi terjadinya kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), dan persalinan sulit. Selain itu, dari aspek psikologis, ibu hamil di usia muda cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi karena ketidaksiapan emosional dan keterbatasan pengalaman dalam menghadapi proses kehamilan.

Sementara itu, pada usia di atas 35 tahun, risiko medis meningkat akibat penurunan elastisitas jaringan, serta kemungkinan adanya penyakit penyerta seperti hipertensi atau diabetes mellitus yang dapat memperburuk kondisi kehamilan. Faktor-faktor tersebut dapat memicu kekhawatiran berlebih terhadap kesehatan diri maupun janin, sehingga meningkatkan kecemasan menjelang persalinan. Dari aspek tingkat pendidikan, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah (SMA) sebanyak 14 orang (41,2%), diikuti oleh lulusan SMP sebanyak 9 orang (26,5%), SD sebanyak 6 orang (17,6%), dan S1 sebanyak 5 orang (14,7%). Tingkat pendidikan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam menghadapi masa kehamilan. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas mengenai kesehatan reproduksi, pentingnya pemeriksaan

antenatal care secara teratur, serta cara mengelola kecemasan menjelang persalinan.

Pengetahuan tersebut memberikan rasa percaya diri dan kemampuan untuk mengontrol stres. Sebaliknya, ibu dengan pendidikan rendah sering kali memiliki keterbatasan dalam memahami informasi medis dan mengikuti anjuran tenaga kesehatan, sehingga lebih mudah mengalami kecemasan akibat kurangnya pemahaman terhadap perubahan fisiologis dan risiko kehamilan. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari aspek pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai wirausaha sebanyak 11 orang (32,4%), disusul oleh pegawai swasta 9 orang (26,5%), ibu rumah tangga 7 orang (20,6%), dan lainnya seperti tenaga honorer atau pekerjaan informal sebanyak 7 orang (20,6%).

Aktivitas pekerjaan terbukti memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Ibu yang bekerja, terutama yang memiliki aktivitas sosial tinggi seperti wirausaha atau pegawai, cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Hal ini dikarenakan keterlibatan sosial dan aktivitas produktif dapat berfungsi sebagai bentuk distraksi positif serta memberikan rasa kebermaknaan dalam keseharian. Aktivitas ini juga memungkinkan ibu memperoleh dukungan sosial dari lingkungan kerja yang dapat memperkuat kondisi emosionalnya. Sebaliknya, ibu rumah tangga yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah berpotensi mengalami tingkat kecemasan lebih tinggi karena kurangnya interaksi sosial dan waktu

luang yang sering diisi dengan kekhawatiran terkait kehamilan.

Kurangnya dukungan dari pasangan dan keluarga dapat memperburuk kondisi ini, sehingga ibu memerlukan intervensi berupa pendampingan emosional dari suami dan edukasi dari tenaga kesehatan untuk mengurangi kecemasan yang dialami. Dari hasil analisis univariat, diperoleh gambaran karakteristik responden yang mencakup usia, pendidikan, pekerjaan, serta tingkat kecemasan yang dialami. Sebagian besar ibu hamil trimester III berada dalam kategori usia produktif dengan latar pendidikan menengah dan tingkat kecemasan sedang.

Distribusi data menunjukkan bahwa faktor usia dan pendidikan berperan penting dalam menentukan tingkat kesiapan emosional ibu dalam menghadapi persalinan. Sedangkan hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Dari hasil uji statistik menggunakan chi-square diperoleh nilai p-value < 0,05, yang berarti terdapat korelasi signifikan antara kedua variabel tersebut. Ibu hamil yang mendapatkan dukungan tinggi dari suaminya cenderung memiliki tingkat kecemasan rendah, sedangkan ibu dengan dukungan suami rendah menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan sedang hingga tinggi.

Dukungan suami dalam konteks ini mencakup aspek emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan. Dukungan emosional seperti perhatian, empati, dan kasih

sayang berperan besar dalam menenangkan ibu. Dukungan informasional berupa keterlibatan suami dalam mencari informasi mengenai kehamilan juga membantu ibu merasa lebih siap menghadapi persalinan. Selain itu, dukungan instrumental seperti menemani pemeriksaan kehamilan dan membantu pekerjaan rumah tangga dapat memberikan rasa aman dan mengurangi beban psikologis ibu.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa selain faktor demografis seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan, peran dukungan suami merupakan faktor penentu utama dalam mengendalikan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Ibu yang merasa diperhatikan, dihargai, dan didukung oleh suaminya akan lebih tenang dan percaya diri dalam menjalani proses persalinan. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa keseimbangan antara kesiapan fisik, kematangan emosional, pengetahuan yang memadai, serta dukungan sosial terutama dari suami menjadi elemen penting dalam menjaga kesehatan psikologis ibu selama kehamilan.

Oleh karena itu, keterlibatan aktif suami dalam pendampingan selama masa kehamilan perlu terus ditingkatkan melalui berbagai strategi yang terstruktur dan berkelanjutan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui program edukasi keluarga yang memberikan pengetahuan menyeluruh mengenai proses kehamilan, tanda bahaya, perubahan fisik dan emosional ibu, hingga persiapan menghadapi proses persalinan. Dalam konteks ini, suami tidak hanya berperan sebagai

pendamping emosional, tetapi juga menjadi mitra utama dalam pengambilan keputusan, pemberi dukungan psikologis, serta penyedia lingkungan yang aman dan nyaman bagi ibu hamil.

Selain itu, pelaksanaan kelas ibu hamil yang diselenggarakan secara rutin di fasilitas kesehatan sangat penting untuk memberikan pemahaman yang komprehensif baik kepada ibu maupun suami. Melalui kelas ini, calon orang tua dapat mempelajari teknik relaksasi, teknik pernapasan, perawatan kehamilan, serta cara menghadapi persalinan dengan lebih siap. Kehadiran suami dalam kelas ini membantu meningkatkan komunikasi dan kerja sama antara pasangan, sehingga ibu merasa lebih percaya diri dan tidak merasa menghadapi masa kehamilan seorang diri.

Pendampingan juga dapat diperkuat melalui layanan konseling prapersalinan yang diberikan oleh bidan atau tenaga kesehatan di puskesmas. Konseling ini memungkinkan suami dan istri untuk berdiskusi mengenai kekhawatiran, rencana persalinan, dan strategi menghadapi kecemasan maupun ketidaknyamanan selama kehamilan. Dengan pengetahuan yang memadai, suami diharapkan mampu memberikan dukungan emosional lebih optimal, memahami kebutuhan ibu, serta menciptakan suasana yang kondusif selama kehamilan hingga menjelang persalinan.

Seluruh upaya tersebut pada akhirnya diharapkan mampu menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil dan meningkatkan rasa aman, nyaman, serta kesiapan dalam

menghadapi proses persalinan. Dukungan suami terbukti memiliki kontribusi besar dalam menciptakan pengalaman persalinan yang lebih positif, lancar, dan minim komplikasi, baik bagi ibu maupun bayi. Dengan keterlibatan aktif suami, proses persalinan dapat berlangsung lebih tenang dan terarah sehingga memberikan hasil yang lebih baik bagi kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Hubungan Dukungan Suami dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam menghadapi Persalinan Di Puskesmas Lau Kabupaten Maros Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Lau Kabupaten Maros Tahun 2023 terhadap 34 responden ibu hamil trimester III, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan suami yang baik, yaitu sebanyak 19 orang (55,9%), sedangkan 15 orang responden (44,1%) diketahui tidak mendapatkan dukungan suami yang memadai. Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh ibu hamil trimester III memperoleh perhatian dan keterlibatan aktif dari suami selama masa kehamilan.

Dukungan suami berperan penting dalam menjaga kestabilan kondisi psikologis ibu, terutama menjelang masa persalinan yang seringkali menimbulkan kecemasan, kekhawatiran, dan ketakutan. Dukungan yang diberikan suami dapat berupa dukungan emosional, informasional, maupun fisik, seperti menemani ibu saat pemeriksaan kehamilan, membantu aktivitas sehari-hari, memberikan sentuhan, pelukan, atau sekadar kehadiran yang menenangkan. Bentuk dukungan ini terbukti

mampu menumbuhkan rasa aman, nyaman, dan kepercayaan diri bagi ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Perhatian dan dukungan emosional dari suami menjadi salah satu faktor penting dalam mengatasi tekanan psikologis akibat perubahan fisik maupun hormonal selama kehamilan. Dukungan yang positif tidak hanya berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu hamil serta mempererat hubungan emosional antara suami, istri, dan janin. Keterlibatan suami selama kehamilan dapat memperkuat ikatan keluarga serta membantu ibu hamil menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan yang dialaminya.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 28 orang (82,4%), sedangkan yang berusia di bawah 20 tahun hanya 1 orang (2,9%) dan di atas 35 tahun sebanyak 5 orang (14,7%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil trimester III termasuk dalam kategori usia reproduktif yang ideal dan aman untuk menjalani kehamilan. Usia tersebut berkaitan dengan kesiapan fisiologis, kematangan organ reproduksi, dan stabilitas emosional, yang secara keseluruhan mendukung kondisi psikologis yang lebih baik.

Dengan demikian, risiko komplikasi obstetri seperti preeklamsia, partus lama, dan kelahiran prematur relatif lebih rendah dibandingkan ibu yang hamil pada usia terlalu muda atau terlalu tua. Dari segi tingkat

pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA sebanyak 14 orang (41,2%), diikuti oleh SMP 9 orang (26,5%), SD 6 orang (17,6%), dan S1 sebanyak 5 orang (14,7%). Tingkat pendidikan ini berpengaruh terhadap kemampuan ibu dalam memahami informasi kesehatan serta kesiapan psikologis menghadapi persalinan. Ibu dengan pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang proses kehamilan, tanda bahaya, dan cara mengelola kecemasan menjelang persalinan.

Sementara itu, ibu dengan pendidikan rendah berpotensi mengalami kecemasan lebih tinggi karena keterbatasan pemahaman mengenai kehamilan dan kurangnya kemampuan dalam mengakses informasi kesehatan. Dilihat dari jenis pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai wirausaha sebanyak 11 orang (32,4%), diikuti oleh pegawai swasta 9 orang (26,5%), ibu rumah tangga 7 orang (20,6%), dan lainnya 7 orang (20,6%). Aktivitas bekerja memiliki pengaruh positif terhadap keseimbangan psikologis ibu hamil. Ibu yang bekerja cenderung lebih aktif secara sosial, memiliki dukungan lingkungan, serta lebih mudah mengalihkan pikiran dari kekhawatiran menjelang persalinan. Sebaliknya, ibu rumah tangga yang lebih banyak beraktivitas di rumah berisiko mengalami kecemasan lebih tinggi karena kurangnya interaksi sosial dan aktivitas penyalur stres. Selanjutnya, dukungan suami juga menjadi salah satu aspek yang sangat menentukan dalam penelitian ini. Sebagian besar responden

melaporkan mendapatkan dukungan suami yang baik, yaitu sebanyak 19 orang (55,9%), sedangkan 15 orang (44,1%) menyatakan dukungan suaminya kurang.

Dukungan suami dalam konteks ini meliputi dukungan emosional, informasional, dan instrumental seperti memberikan perhatian, menemani kontrol kehamilan, dan membantu pekerjaan rumah tangga. Dukungan yang baik dari suami dapat menumbuhkan rasa aman dan meningkatkan kepercayaan diri ibu, sehingga mampu mengurangi stres dan kecemasan menjelang persalinan. Dengan demikian, dukungan suami dapat dipandang sebagai faktor protektif terhadap munculnya kecemasan pada ibu hamil trimester III. Selanjutnya, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami kecemasan, yaitu sebanyak 15 orang (44,1%), sedangkan 14 orang (41,2%) mengalami kecemasan ringan, dan hanya 5 orang (14,7%) mengalami kecemasan sedang. Tidak ditemukan responden dengan tingkat kecemasan berat, yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di wilayah penelitian relatif rendah.

Kondisi ini dapat disebabkan oleh adanya dukungan sosial yang kuat, terutama dari suami dan keluarga, yang berperan penting dalam menurunkan tekanan psikologis dan membantu ibu mengelola rasa takut serta khawatir menjelang persalinan. Hasil analisis univariat menggambarkan bahwa karakteristik responden secara umum berada pada kondisi yang relatif baik untuk menjalani masa kehamilan.

Mayoritas berada pada usia reproduktif sehat, berpendidikan menengah, dan memiliki dukungan suami yang memadai. Sementara dari distribusi tingkat kecemasan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu berada pada kategori tidak cemas hingga cemas ringan.

Gambaran ini menunjukkan bahwa faktor internal (seperti usia dan pendidikan) serta faktor eksternal (seperti dukungan sosial dan lingkungan keluarga) berperan dalam menjaga kestabilan emosional ibu menjelang persalinan. Sementara itu, analisis bivariat yang dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III, dengan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan suami yang dirasakan oleh ibu hamil, maka semakin rendah pula tingkat kecemasan yang dialami. Sebaliknya, ibu yang tidak memperoleh dukungan yang cukup dari suaminya menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan sedang hingga tinggi. Hubungan ini dapat dijelaskan melalui teori psikologis bahwa dukungan sosial dari orang terdekat, terutama pasangan hidup, berfungsi sebagai pelindung terhadap stres dan kecemasan yang muncul akibat tekanan emosional selama kehamilan.

Dengan demikian, hasil analisis univariat dan bivariat dalam penelitian ini secara konsisten menunjukkan bahwa faktor demografis dan dukungan suami memiliki kontribusi besar terhadap kondisi psikologis ibu hamil trimester III. Dukungan yang kuat dari

suami tidak hanya berpengaruh terhadap kenyamanan emosional ibu, tetapi juga berdampak positif pada kesiapan fisik dan mental dalam menghadapi proses persalinan. Oleh karena itu, peran suami dalam memberikan dukungan emosional, informasional, dan instrumental harus terus diperkuat melalui program penyuluhan dan kelas persiapan persalinan yang melibatkan pasangan, sehingga kesejahteraan psikologis ibu selama masa kehamilan dapat lebih terjaga dan proses persalinan berlangsung dengan aman dan positif.

Kecemasan yang dialami ibu hamil trimester III pada dasarnya merupakan respons wajar terhadap kondisi menjelang persalinan. Namun, kecemasan yang berlebihan dapat mempengaruhi kesejahteraan ibu maupun janin. Secara fisiologis, kecemasan dapat ditunjukkan melalui gejala seperti ketegangan otot, peningkatan denyut jantung, keringat berlebih, atau gangguan tidur, sementara secara psikologis ditandai dengan rasa takut, gelisah, dan mudah tersinggung.

Dalam penelitian ini, mayoritas ibu hamil yang tidak mengalami kecemasan diketahui memperoleh dukungan suami secara optimal, sedangkan responden yang tidak mendapatkan dukungan suami cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Hal ini menunjukkan adanya korelasi antara dukungan emosional dari pasangan dengan stabilitas psikologis ibu hamil trimester III. Hasil analisis statistik menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p <$

0,005), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Lau Kabupaten Maros Tahun 2024.

Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Temuan ini memperkuat bukti bahwa dukungan suami memiliki pengaruh penting terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan. Semakin tinggi intensitas dan kualitas dukungan yang diberikan oleh suami, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil trimester III. Secara psikologis, dukungan yang diberikan suami membantu ibu hamil merasa aman dan dihargai, yang berdampak pada meningkatnya rasa percaya diri serta kesiapan mental dalam menghadapi proses persalinan.

Dukungan emosional yang baik juga berperan dalam menekan hormon stres dan menstabilkan kondisi fisiologis ibu, sehingga turut berpengaruh terhadap kesehatan janin. Sebaliknya, kurangnya dukungan dari suami dapat menyebabkan ibu merasa terisolasi, tidak diperhatikan, dan mengalami ketegangan emosional yang dapat memicu gangguan kecemasan atau depresi ringan. Selain faktor dukungan suami, beberapa variabel lain seperti usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan juga turut mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Ibu yang berada pada rentang usia reproduktif sehat (20–35 tahun) dan memiliki pendidikan lebih tinggi cenderung

lebih mampu memahami informasi kesehatan serta mengelola stres secara adaptif.

Demikian pula, ibu yang aktif bekerja dan memiliki interaksi sosial yang luas umumnya lebih stabil secara emosional dibandingkan dengan ibu rumah tangga yang cenderung memiliki ruang sosial terbatas. Oleh karena itu, upaya untuk menurunkan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan sebaiknya tidak hanya difokuskan pada peningkatan peran suami, tetapi juga mencakup pendekatan edukatif dan sosial untuk memperkuat kesiapan mental ibu secara menyeluruh. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan suami memiliki peran yang sangat signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.

Dukungan yang diberikan secara konsisten dan penuh empati mampu menciptakan suasana psikologis yang positif bagi ibu hamil, memperlancar proses adaptasi selama kehamilan, dan mempersiapkan ibu secara mental untuk menghadapi proses persalinan dengan lebih tenang dan percaya diri.

Kecemasan pada ibu hamil trimester III umumnya timbul akibat kombinasi antara faktor fisiologis dan psikologis. Perubahan hormonal, peningkatan beban fisik, ketidaknyamanan tubuh, serta kekhawatiran terhadap kondisi janin dan proses persalinan dapat menjadi pemicu stres emosional. Namun demikian, dengan adanya dukungan emosional dan komunikasi yang baik dari pasangan, ibu hamil akan lebih mudah menenangkan diri, menurunkan ketegangan otot, serta mengatur pola pikir dan

emosi secara lebih positif. Hal ini menjelaskan mengapa sebagian besar responden yang mendapatkan dukungan suami memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak memperoleh dukungan.

Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil diantaranya yaitu status kesehatan ibu dan bayi, umur, pendidikan, pekerjaan, ekonomi, dan dukungan keluarga khususnya suami. bahwa dukungan suami sangat diperlukan ibu hamil untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri serta mengurangi stress dan kecemasan selama kehamilan. Berdasarkan asumsi peneliti, tingkat kecemasan ibu hamil trimester III juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain bukan hanya dukungan suami. Faktor lain yaitu usia, Pendidikan, dan pekerjaan. Kemudian jika dukungan suami semakin baik kepada ibu hamil trimester III maka semakin baik pula kondisi psikologis ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan, sehingga tidak terjadi kecemasan yang berdampak negatif pada proses persalinan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa mayoritas ibu hamil trimester III memiliki kesiapan fisik, mental, dan sosial yang baik dalam menghadapi persalinan. Faktor usia, pendidikan, dan pekerjaan turut berperan dalam membentuk stabilitas psikologis ibu selama kehamilan. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan suami yang baik sebanyak 19 orang (55,9%), sedangkan 15 orang (44,1%) tidak

memperoleh dukungan yang memadai. Selain itu, sebagian besar responden tidak mengalami kecemasan (44,1%), sementara 41,2% mengalami kecemasan ringan, dan 14,7% mengalami kecemasan sedang. Hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III (p -value = $0,000 < 0,005$).

Temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh suami, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil. Dukungan emosional, fisik, dan informasional dari suami berperan penting dalam menjaga keseimbangan psikologis ibu menjelang persalinan. Oleh karena itu, keterlibatan aktif suami, keluarga, dan tenaga kesehatan sangat diperlukan dalam memberikan dukungan dan edukasi agar ibu hamil dapat menjalani masa kehamilan serta menghadapi persalinan dengan tenang dan percaya diri.

REFERENSI

- Aisyah, S. (2019). Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dan multigravida dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Midpro*, 11(1), 54-61.
- Angesti, E. P. W. (2020). Hubungan tingkat kecemasan dan pengetahuan ibu hamil trimester 3 dengan kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi Covid-19 di Puskesmas Benowo dan Tenggilis (Disertasi doktor, Universitas Airlangga).
- Asih, N. W. Y., Ariyani, N. W., Darmapatni, M. W. G., Lindayani, I. K., & Somoyani, N. K. (2021). Gambaran tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat tahun 2021. *Infokes*, 11(2), 404-412.

- Asnuriyati, W. (2020). Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Cempaka tahun 2020. *Jurnal Nursing Army*, 1(2), 1-8.
- Astria. (2019). Hubungan karakteristik ibu hamil trimester III dengan kecemasan menghadapi persalinan di Poliklinik Kebidanan dan Kandungan RSUP Fatmawati (Skripsi, Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Erin, A. (2014). Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan di Puskesmas Turi Sleman (Disertasi doktor, Universitas Alma Ata).
- Fithriany. (2021). Pengaruh karakteristik ibu dan dukungan suami terhadap pemeriksaan kehamilan di Kecamatan Kuta Cot Gile Kabupaten Aceh Besar (Tesis, Universitas Sumatra Utara).
- Hariani. (2016). Kecemasan dalam menjelang persalinan ditinjau dari media publikasi penelitian. *Jurnal Akper Ngawi*. Retrieved from <http://jurnal.akperngawi.ac.id>
- Inayah, S. M. (2017). Hubungan paritas dan umur ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari tahun 2017. (Politeknik Kesehatan Kendari, Jurusan Kebidanan).
- Liawati, I. (2020). Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan di Kelurahan Suka Asih tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 15(3).
- Mukhadiono, W. S. D., & Wahyuningsih, D. (2015). Hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. *J Keperawatan Soedirman*, 10(1).
- Palupi, F. H. (2014). Perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dengan multigravida dalam menghadapi proses persalinan kala I di rumah bersalin Ngudi Saras Jaten Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*.
- Rahmita, N. (2017). Tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester ketiga di Puskesmas Kecamatan Tamalanrea Makassar (Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar).
- Siregar, N. Y., Kias, C. F., Nurfatimah, N., Noya, F., Longgupa, L. W., Entoh, C., & Ramadhan, K. (2021). Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan: Anxiety levels of third trimester of pregnant in facing childbirth. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(1), 18-24.
- Tursilowati, Y. S., & Sulistyorini, E. (2018). Pengaruh peran serta suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan di Desa Jepat Lor Kecamatan Tayu Kabupaten Pati 2018. *Jurnal Kesehatan Surya Medika Yogyakarta*.
- Yasin, Z., Sumarni, S., & Mardiana, N. D. (2019). Hubungan usia ibu dan usia kehamilan dengan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di Polindes Masaran Kecamatan Bluto. In *1st Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Kesehatan* (pp. 55-61).
- Zamriati, W. O., Hutagaol, E., & Wowiling, F. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di Poli KIA PKM Tumiting. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).