

## HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN

Mukhadiono, Widyo Subagyo, Dyah Wahyuningsih

Poltekkes Semarang Prodi Keperawatan Purwokerto  
Email: mukhadiono@gmail.com

### ABSTRACT

Primigravida anxiety levels in the face of labor generally higher than in women who are already pregnant for the second time and so on. Support the closest persons, especially the husband, is very important to reduce primigravida anxiety. This research aims to analyze the relationship between husband support with the anxiety level of primigravida in the third trimester in the face of labor. The research used cross-sectional method. The population was primigravida in third trimester that was taken by randomized on September till Oktober 2013 recorded in Public Health Center of Kembaran II. Research instrument used questionnaire. Analysis of data used Chi-Square. The results of research showed that the majority of respondents (91.1%) stated that the husband gives high support to his wife who was pregnant. This support provides positive contribution to the psychological atmosphere of pregnant women, especially to reduce the level of anxiety that appears in the first pregnancy. All respondents experienced anxiety in the third trimester. The majority (60.7%) experienced severe anxiety, followed by moderate anxiety (33.9%), and only 5.4% who experienced mild anxiety. Results analysis showed significant relationship between husband support with the anxiety level of primigravida in the third trimester in the face of labor (p value of 0.027)

---

*Keywords: Primigravida, Anxiety, Husband support.*

### ABSTRAK

Tingkat kecemasan primigravida dalam menghadapi persalinan umumnya lebih tinggi dari pada wanita yang sudah hamil untuk kedua kalinya dan seterusnya. Dukungan orang terdekat, terutama suami sangat penting untuk mengurangi kecemasan primigravida. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan primigravida pada trimester ketiga dalam menghadapi persalinan. Penelitian menggunakan metode cross-sectional. Populasi adalah primigravida di trimester ketiga. Sampel diambil secara random pada bulan September sampai Oktober 2013 di Puskesmas Kembaran II. Instrumen penelitian yang digunakan kuesioner. Analisis data menggunakan Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden (91,1%) menyatakan bahwa suami memberikan dukungan yang tinggi kepada istrinya yang sedang hamil. Dukungan ini memberikan kontribusi positif terhadap suasana psikologis ibu hamil, terutama untuk mengurangi tingkat kecemasan yang muncul pada kehamilan pertama. Semua responden mengalami kecemasan pada trimester ketiga. Mayoritas (60,7%) mengalami kecemasan yang parah, diikuti oleh kecemasan sedang (33,9%), dan hanya 5,4% yang mengalami kecemasan ringan. Hasil analisis Chi-Square menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan primigravida pada trimester ketiga dalam menghadapi persalinan dengan nilai p 0,027.

---

*Kata Kunci: Primigravida, kecemasan, dukungan suami*

## PENDAHULUAN

Kehamilan membawa beragam perubahan fisik maupun psikologis, sehingga dibutuhkan kondisi fisik maupun psikologis yang kondusif agar proses kehamilan hingga persalinan dapat berjalan dengan baik. Bagi keluarga pemula, ibu yang baru hamil pertama kalinya (primigravida), kehamilan merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menjadi orang tua dengan karakteristik yang menetap dan memiliki tanggung jawab (Susanti, 2008). Jadi, kehamilan pertama merupakan pengalaman istimewa dan sangat membahagiakan bagi wanita.

Ibu hamil seringkali diliputi kecemasan, terutama pada wanita yang baru pertama kali hamil, terutama menjelang proses persalinan. Menurut Bahiyatun (2010), rasa cemas dan khawatir pada trimester III semakin meningkat memasuki usia kehamilan tujuh bulan ke atas dan menjelang persalinan, dimana ibu mulai membayangkan proses persalinan yang menegangkan, rasa sakit yang dialami, bahkan kematian pada saat bersalin. Berdasarkan hasil penelitian Hidayatul (2007) tingkat kecemasan primigravida dalam menghadapi kelahiran bayi pada wanita yang hamil untuk pertama kali lebih tinggi dari pada wanita yang sudah hamil untuk kedua kalinya. Timbulnya kecemasan pada primigravida dipengaruhi oleh perubahan fisik yang terjadi selama kehamilannya. Primigravida tidak terbiasa dengan perut yang semakin membesar dan badan yang bertambah gemuk. Perubahan fisik tersebut menyebabkan kondisi psikis dan emosi menjadi tidak stabil sehingga menumbuhkan kekhawatiran yang terus menerus sampai akhir kehamilannya.

Kecemasan dan kekhawatiran pada ibu hamil apabila tidak ditangani secara serius akan membawa dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis, baik pada ibu maupun janin. Ibu yang mengalami kecemasan atau stres, akan mempengaruhi hipotalamus untuk merangsang kelenjar endokrin yang mengatur kelenjar hipofise. Gangguan akibat kecemasan yang dialami ibu akan menjadi kegawatdaruratan baik bagi ibu sendiri maupun janin dalam proses persalinannya, yang dapat menyebabkan lepasnya hormon stress antara lain *Adreno Cortico Tropin Hormone* (ACTH), kortisol, katekolamin,  $\beta$ -*Endorphin*, *Growth Hormone* (GH), prolaktin dan *Lutenizing Hormone* (LH) / *Folicle Stimulating Hormone* (FSH). Lepasnya hormon-hormon stress tersebut mengakibatkan terjadinya vasokonstriksi sistemik, termasuk diantaranya konstriksi *vasa utero plasenta* yang menyebabkan gangguan aliran darah di dalam rahim, sehingga penyampaian oksigen ke dalam miometrium terganggu dan mengakibatkan lemahnya kontraksi otot rahim (Suliswati, 2005).

Dukungan orang terdekat, khususnya suami, sangat dibutuhkan agar suasana batin ibu hamil lebih tenang dan tidak banyak terganggu oleh kecemasan. Peranan suami ini sangatlah penting karena suami merupakan main supporter (pendukung utama) pada masa kehamilan (Taufik, 2010). Hasil penelitian Tursilowati dan Sulistyorini (2007) menunjukkan beberapa peran penting suami. Pertama, peran serta suami dalam menghadapi proses persalinan diantaranya adalah harus mempersiapkan dana yang ekstra, memberi waktu yang luang untuk selalu bersama dengan ibu hamil, sehingga ibu hamil bisa merasa bahagia. Kedua, tingkat kecemasan ibu hamil dalam

menghadapi proses persalinan berada pada rentang kecemasan ringan seperti: kepala pusing, mual, muntah dan bahkan merasakan gerakan janin yang tidak seperti biasanya. Ketiga, ada hubungan yang sangat bermakna antara peran serta suami dengan tingkat kecemasan yang dapat membuat perjalanan kehamilan ibu semakin lancar dan aman sehingga proses persalinan mudah.

Fokus penelitian ini diarahkan pada kebermaknaan hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. *Locus* penelitian adalah di Puskesmas Kembaran II Kabupaten Banyumas.

#### **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah ibu hamil primigravida trimester III pada bulan September sampai Oktober 2013 yang terdata di wilayah kerja Puskesmas Kembaran II. Kriteria inklusi sampel adalah: 1) Ibu hamil primigravida trimester III yang memeriksakan kehamilannya ke Puskesmas Kembaran II pada saat penelitian ini dilakukan, 2) Ibu hamil yang terikat pernikahan resmi dan mempunyai suami yang sah, 3) Bersedia menjadi responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi dan *Chi-Square*.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Dukungan Suami**

Data yang tersaji pada Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden menyatakan bahwa suami memberikan dukungan yang tinggi kepada isterinya yang tengah hamil. Bentuk dukungan yang diberikan bermacam-macam, seperti mengantar istri kontrol kehamilan, mencurahkan

Tabel 1 Distribusi Dukungan Suami (X)

Dukungan Suami	n	%
Tinggi	51	91,1
Sedang	5	8,9
Rendah	0	0
Jumlah	56	100,0

Tabel 2 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III

Tingkat kecemasan	n	%
Ringan	3	5,4
Sedang	19	33,9
Berat	34	60,7
Jumlah	56	100,0

kasih sayang yang lebih besar, memperhatikan kondisi isteri selama kehamilan, dan sebagainya. Dukungan ini memberikan kontribusi positif terhadap suasana psikologis ibu hamil, terutama untuk mereduksi tingkat kecemasan yang muncul dalam kehamilan pertamanya.

##### **Kecemasan Ibu Primigravida**

Data pada Tabel 2 menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami kecemasan sehubungan pada Trimester II. Mayoritas (60,7%) mengalami kecemasan berat. Berikutnya adalah kecemasan sedang (33,9%), dan hanya 3 orang (5,4%) yang mengalami kecemasan ringan. Kondisi demikian dapat dipahami mengingat responden baru mengalami kehamilan pertama sehingga muncul adanya kecemasan. Kecemasan tersebut merupakan respon terhadap berbagai macam perubahan fisik dan psikologis akibat kehamilan, termasuk menghadapi persalinan.

Hasil analisis *Chi-Square* menunjukkan angka sebesar 23.105 dengan nilai  $p$  sebesar 0,027. Hubungan tersebut dinyatakan signifikan karena nilai  $p < \alpha$  (0.05). Jadi, ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas suami memberikan dukungan yang besar kepada istrinya yang tengah hamil, khususnya dalam menghadapi proses persalinan. Hal tersebut ditunjukkan oleh 91,1% yang termasuk dalam dukungan pada kategori tinggi. Sementara dan 6 orang lainnya atau 10 % tingkat dukungannya

Tabel 3. Hasil Analisis Chi-Square

Variabel	X	df.	p
Hubungan Dukungan Suami - Kecemasan Ibu	23,105	9	0,027

dalam kategori sedang. Dukungan suami sangat penting bagi ibu primigravida karena suami adalah orang yang terdekat dan dukungan dari orang yang terdekat tentu sangat dibutuhkan. Seperti ditegaskan oleh Taufik (2010) bahwa suami merupakan *main supporter* (pendukung utama) pada masa kehamilan.

Dukungan suami sangat penting bagi ibu hamil trimester III mengingat ibu hamil banyak mengalami kesulitan dan kecemasan dalam masa ini. Menurut Herlina (2011), masa Trimester III merupakan masa-masa penantian

kelahiran bayi, kecemasan yang semula sudah mereda akan tiba-tiba timbul kembali. Dalam kondisi demikian maka jelas bahwa dukungan suami sangat penting bagi ibu hamil trimester III.

Kondisi stres dan cemas merupakan gejala umum pada wanita hamil, terutama pada kehamilan pertama. Kondisi tersebut menjadikan ibu belum mempunyai pengalaman langsung dalam menghadapi proses kehamilan hingga persalinan. Oleh sebab itu, muncul berbagai macam gejala kecemasan, terutama pada trimester III. Data hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi, yang ditunjukkan dengan adanya 34 responden (60,7%) yang mengalami kecemasan berat.

Menurut Peplau dalam Suliswati (2005) klasifikasi tingkat kecemasan dibedakan menjadi empat, yaitu tingkat kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan panik. Tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran II mayoritas tingkat kecemasan yang tinggi, yang ditunjukkan dengan adanya 34 responden (60,7%) yang mengalami kecemasan berat. Berikutnya adalah kecemasan sedang (33,9%), dan hanya 3 orang (5,4%) yang mengalami kecemasan ringan. Data tersebut menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan.

Kecemasan menurut Stuart dan Sundeen (2003) menyatakan bahwa

masing-masing dari kecemasan memiliki tanda fisiologis, perilaku, dan kognitif. Untuk kecemasan ringan tanda fisiologisnya meliputi: sesekali nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, gejala ringan pada lambung, muka berkerut dan bibir bergetar. Tanda perilakunya meliputi: tidak dapat duduk tenang, tremor halus, suara kadang-kadang meninggi. Tanda kognitifnya meliputi: mampu menerima rangsangan yang kompleks, konsentrasi pada masalah, menyelesaikan masalah secara efektif. Untuk kecemasan sedang tanda fisiologisnya meliputi: sering nafas pendek, tekanan darah naik, mulut kering, anorekia, diare/konstipasi, gelisah. Tanda perilakunya: gerakan tersentak-sentak (meremas tangan), bicara banyak dan lebih sedikit, perasaan tidak nyaman. Tanda kognitifnya: lapang persepsi menyempit, rangsang luar tidak mampu diterima, berfokus pada apa yang menjadi perhatiannya. Kecemasan berat tanda fisiologisnya meliputi: sering nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, berkeringat dan sakit kepala, penglihatan kabur. Tanda perilaku meliputi: perasaan ancaman meningkat, verbalisasi cepat, *blocking*. Tanda kognitif kecemasan berat meliputi: lapang persepsi sangat menyempit, tidak mampu menyelesaikan masalah. Masing-masing tanda yang ada tersebut tidak semua dialami oleh responden, maka terjadi ketidaksesuaian karena ada beberapa tanda dari masing-masing tingkat kecemasan yang tidak dialami oleh responden.

Kecemasan pada kehamilan trimester III merupakan kejadian yang wajar dan pada umumnya dirasakan oleh ibu hamil. Kondisi demikian respon alamiah terhadap perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Kecemasan tersebut intensitas dan kualitasnya semakin meningkat menjelang kehamilan. Hal ini sesuai pendapat Stuart dan Sundeen dalam Suliswati (2005) yang menyatakan stresor predisposisi yang mempengaruhi kecemasan ada delapan, diantaranya banyak dialami ibu hamil trimester III yaitu gangguan fisik yang akan menimbulkan kecemasan karena merupakan ancaman terhadap integritas fisik yang dapat mempengaruhi konsep diri individu. Gangguan fisik atau ketidaknyamanan menurut Bahiyatun (2011), di usia kehamilan ibu yang semakin tua yaitu, konstipasi, edema, pegal pada kaki, sesak nafas, sakit pinggang dan punggung, gatal pada bagian perut.

Ibu hamil primigravida sangat membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekat, khususnya suami. Dukungan tersebut akan membuat si ibu menjadi lebih tenang dalam menghadapi berbagai macam kecemasan yang dialaminya sehubungan dengan proses kehamilannya yang semakin mendekati masa persalinan. Cohen dan Syme (1996 dalam Setiadi, 2008), menyatakan bahwa dukungan adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya, sehingga seseorang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai dan mencintainya.

Hasil analisis *Chi-Square* menunjukkan angka sebesar 23,105 dengan nilai  $p$  sebesar  $0,027 < \alpha (0,05)$ . Jadi, ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. Dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Jadi terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil penelitian Tursilowati dan Sulistyorini (2007) yang menunjukkan ada hubungan yang sangat bermakna antara peran serta suami dengan tingkat kecemasan yang dapat membuat perjalanan kehamilan ibu semakin lancar dan aman sehingga proses persalinan mudah.

Hasil penelitian ini dengan jelas menunjukkan pentingnya dukungan suami dalam kaitannya dengan kecemasan yang dialami ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. Dukungan suami tersebut sangat penting untuk mereduksi tekanan-tekanan psikis yang dialami oleh ibu hamil primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. Menurut Taufik (2010), dukungan psikososial sangat penting untuk mereduksi atau menurunkan tingkat stres. Secara umum ada dua penjelasan mengapa dukungan psikososial dapat menurunkan tingkat stres dan bahkan dapat menjaga kesehatan mental yang bersangkutan. Penjelasan pertama yaitu *direct effect* menyatakan bahwa dukungan psikososial adalah faktor pelindung dalam semua situasi, ia tidak hanya melindungi selama periode stres sedang terjadi bahkan pada waktu-waktu

selanjutnya. Namun demikian, penjelasan yang pertama ini dianggap kurang benar dan telah ditolak oleh sebagian besar psikolog dari berbagai bidang psikologi. Sedangkan pendapat yang lebih banyak diterima adalah penjelasan dengan *buffering hypothesis*. Teori ini menyatakan bahwa dukungan psikososial mengurangi kondisi-kondisi stres yang menekan pada waktu itu. Dukungan sosial itu dibutuhkan baik ketika individu sedang menderita stres maupun dalam kondisi normal dapat menghalau atau dapat menjadi pertahanan kemungkinan terjadinya stres pada individu.

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan, yang dibuktikan dengan nilai  $p$  sebesar 0,027 yang lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis menyatakan "Ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan", diterima.

## REFERENSI

- Bahiyatun. (2010). *Buku ajar bidan psikologi ibu dan anak*. Jakarta: EGC.
- Kristina, B. (2005). *Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida*. Semarang: Stikes Ngudi Waluyo Ungaran; 2005.
- Herlina, Peny. (2011). *Hubungan peran serta suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida*. Surakarta: Stikes Aisyiyah Surakarta; 2011.
- Hidayatul, K. & Alfaina, W. (2007). *Perbandingan tingkat kecemasan*

- primigravida dan multigravida dalam menghadapi persalinan di wilayah kerja puskesmas wirobrajan.*  
<http://publikasi.umy.ac.id/index.php/pendokter/article/view/4771/4078>
- Setiadi. (2008). *Konsep dan proses keperawatan keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Stuart & Sundeen. (2003). *Buku saku keperawatan jiwa*. Jakarta: EGC.
- Suliswati, T, A. Jeremia, M., Yenny, S., Sumijatun. (2005). *Konsep dasar keperawatan kesehatan jiwa*. Jakarta: EGC.
- Susanti, N. (2008). *Psikologi kehamilan*. Jakarta: EGC.
- Taufik. (2010). *Psikologi untuk Kebidanan*. Surakarta: Eastview; 2010.
- Tursilowati dan Sulistyorini. (2007). *Pengaruh peran serta suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan*. Yogyakarta: Jurnal Kesehatan Surya Medika.
- Wilkinson. (2007). *Buku saku diagnosa keperawatan*. Jakarta: EGC; 2007