

Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin

The Relationship Between Family Support and Reduced Anxiety Levels in Pregnant Women

Nur Ummul Khairat¹, Winda Dwi Puspita²

¹²Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar
nurummulkhaerat@gmail.com

Article Info

Article History

Received: 14-10-2024

Revised : 20-11-2024

Accepted : 10-12-2024

Published : 20-12-2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Background: Childbirth is a natural process in which the fetus and placenta are expelled from the uterus through the birth canal. Birth companions play a crucial role in supporting mothers by providing emotional, physical, and informational support that can reduce anxiety, increase a sense of security, and facilitate a smooth delivery. **Objective:** To determine the relationship between family support and maternal anxiety levels during labor. **Methods:** This study used a quantitative approach with correlational analytic methods and a cross-sectional design. The study population was all mothers giving birth with a sample size of 27. **Results:** The results showed that the average stress level of mothers giving birth was lower after receiving husband support. This finding supports the hypothesis that husband support plays a significant role in reducing maternal anxiety before labor. Therefore, the alternative hypothesis (HA) was accepted, emphasizing the importance of family emotional support in creating a more positive delivery experience for mothers.

Keywords: Husband Support, Anxiety Level, and Mothers Giving Birth

Latar Belakang: Persalinan adalah proses alami di mana janin dan plasenta dikeluarkan dari rahim melalui jalan lahir. Pendamping persalinan berperan penting dalam mendukung ibu dengan memberikan dukungan emosional, fisik, dan informasi yang dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa aman, serta memperlancar proses persalinan. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analitik korelasional dan rancangan cross-sectional. Populasi penelitian ini adalah semua ibu bersalin total sampel 27. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stres ibu bersalin rendah setelah mendapatkan dukungan suami. Temuan ini mendukung hipotesis bahwa dukungan suami berperan signifikan dalam mengurangi kecemasan ibu menjelang persalinan. Dengan demikian, hipotesis alternatif (HA) diterima, yang menekankan pentingnya dukungan emosional keluarga untuk menciptakan pengalaman persalinan yang lebih positif bagi ibu

Kata Kunci: Dukungan Suami, Tingkat Kecemasan dan Ibu Bersalin

Corresponding Author:

Name : Nur Ummul Khairat

Afiliate : Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hsn

Address : Jl. Garuda No 3 Kecamatan Mariso, Kota Makassar, Prov. Sulawesi Selatan 90121

Email : lppmiikpelamonia@gmail.com

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses alami di mana janin dan plasenta yang sudah matang dikeluarkan dari rahim melalui jalan lahir. Pendamping persalinan memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung ibu selama proses tersebut. Mereka memberikan dukungan emosional, fisik, dan informasi yang diperlukan, yang dapat membantu mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa aman dan nyaman, serta memperlancar proses persalinan dengan memberikan semangat dan perhatian yang tepat. (Pratiwi, 2021).

Dukungan keluarga adalah bantuan yang diberikan kepada keluarga berupa informasi, nasihat, dan perhatian yang membuat penerima dukungan merasa dihargai dan disayangi. Dukungan ini juga menjadi sumber daya sosial yang penting dalam menghadapi situasi seperti persalinan. Bagi ibu bersalin, dukungan suami sangat berperan dalam mengurangi tingkat kecemasan. Suami dapat memberikan dukungan emosional, informasi, serta bantuan praktis selama kehamilan dan persalinan. Dengan memberikan dukungan yang sesuai, suami dapat membantu istrinya menjalani proses persalinan dengan lebih tenang dan nyaman (Asiah et al., 2022).

World health organizatin (WHO) merekomendasikan bahwa pendampingan saat persalinan sebaiknya merupakan pilihan ibu itu sendiri. Namun, partisipasi suami dalam kesehatan reproduksi masih tergolong rendah di Indonesia, dengan 68% persalinan yang tidak didampingi oleh suami. Ketidakhadiran suami selama proses persalinan dapat menambah kecemasan pada ibu, yang mengarah pada peningkatan kadar katekolamin dalam tubuh. Hal ini dapat menyebabkan berkurangnya aliran darah ke rahim, melemahnya kontraksi, menurunnya suplai darah ke plasenta, berkurangnya oksigen untuk janin, serta dapat memperpanjang durasi persalinan (Pratiwi, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), tingkat kematian ibu di negara berkembang mencapai 239 per 100.000 kelahiran hidup. Sementara itu, pada tahun 2016, angka kematian ibu (AKI) di Indonesia tercatat sebesar 28,7%, dengan rincian sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan (Kementrian Kesehatan RI, 2017).

Di negara maju, sekitar 7 hingga 15 per 100.000 kelahiran hidup melaporkan adanya kecemasan menjelang persalinan. Sementara itu, di negara berkembang, diperkirakan angka tersebut mencapai antara 100.000 hingga lebih dari 1.000 per 100.000 kelahiran hidup yang mengungkapkan perasaan cemas. Berdasarkan tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) untuk periode 2015-2030, diperkirakan sekitar 15.000 dari 4,5 juta wanita yang melahirkan mengungkapkan perasaan takut dan cemas (Selamita et al., 2022).

Pada tahun 2022, jumlah ibu yang menerima layanan kesehatan persalinan mencapai 26.639 orang, dari total sasaran 28.434 ibu bersalin di Kota Makassar, sehingga persentasenya adalah 93,69%. Berdasarkan laporan pemantauan di Puskesmas Bara-baraya, pada tahun 2022 tercatat ada

128 ibu bersalin, sedangkan pada tahun 2023 jumlahnya turun menjadi 66 ibu bersalin. Untuk periode Januari hingga November 2024, tercatat ada 72 ibu bersalin (Dinkes, 2021).

Keterlibatan keluarga dalam menjamin kebutuhan fisik dan psikis ketika istri hamil sangat penting terutama pada ibu primigravida atau pertama kali menghadapi kehamilan. Oleh karena itu diperlukan adanya dukungan suami dalam kehamilan dan persalinan. Sebab, perilaku suami yang baik dapat membuat ibu merasa tenang dalam menjalani kehamilan atau mempersiapkan persalinan (Basyiroh, 2022).

Bersumber pada latar belakang tersebut, peneliti termotivasi untuk melaksanakan penelitian mengenai “Hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin”.

BAHAN DAN METODE

Jenis Penelitian

Desain penelitian merupakan jenis analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional, yaitu desain yang menganalisis gambaran variabel independen (Dukungan Keluarga) terhadap variabel dependen (tingkat kecemasan ibu bersalin). Pengumpulan data dan pengukuran dilakukan secara bersamaan pada satu titik waktu. Penelitian ini mengukur pengaruh dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin menggunakan kuesioner.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan September-November 2024. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Barabaraya

Populasi dan Sampel

Populasi adalah seluruh objek atau subjek penelitian yang memiliki jumlah dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya. Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari 36 pasien yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan peneliti. Dengan menggunakan rumus Slovin, jumlah sampel yang diperoleh adalah 27 responden, yang akan digunakan sebagai dasar untuk melakukan uji validitas dan reliabilitas kuesioner penelitian.

Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling. Purpose sampling adalah teknik penarikan sampel yang digunakan dengan menentukan kriteria khusus terhadap sampel.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah melalui kuesioner. Kuesioner ini diberikan langsung oleh peneliti kepada responden, dan proses penyebarannya berlangsung selama satu bulan setelah izin penelitian disetujui. Kuesioner dibagikan saat responden datang ke puskesmas, dan peneliti ikut serta dalam proses pengisian. Angket tersebut

terdiri dari lima pernyataan terkait peran suami dan 14 item yang berhubungan dengan gejala kecemasan sesuai dengan definisi operasional yang harus dipilih oleh responden. Bentuk angket yang digunakan adalah skala Likert dengan format checklist. Dengan menggunakan skala Likert, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator-indikator yang kemudian dijadikan dasar untuk merancang item-item instrumen, berupa pernyataan atau pertanyaan.

Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat yang dilakukan untuk mengetahui karakteristik responden dari setiap variabel dan analisis bivariat yang digunakan untuk melihat kemungkinan ada tidaknya hubungan antara variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*).

HASIL

Responden yang diperoleh dalam penelitian ini berjumlah 27 orang. Distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1. di bawah ini:

1. Analisis Deskriptif

a. Usia Responden

Tabel 1.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu Bersalin

Usia	N	%
20-27 Tahun	15	55,56
28-35 Tahun	12	44,44
Total	27	100

Berdasarkan tabel 1. tersebut karakteristik diatas diperoleh data bahwa sebagian besar umur responden 20-27 Tahun sebanyak 15 responden (55,56%), sedangkan umur 28-35 Tahun sebanyak 12 responden (44,44%).

b. Paritas

Tabel 2.

Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas Ibu Bersalin

Paritas	N	%
Nullipara	6	22,2
Primipara	8	29,6
Multipara	13	44,4
Grandemultipara	1	3,7

Paritas	N	%
Total	27	100

Dalam tabel karakteristik responden di Puskesmas Barabaraya tahun 2024, terdapat 1 responden grandemultipara (3,7%), 6 nullipara (22,2%), 8 primipara (29,6%), dan 12 multipara (44,4%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu bersalin adalah multipara, mencerminkan pengalaman melahirkan yang lebih tinggi di antara mereka.

c. Pekerjaan

Tabel 3.

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Bersalin

Pekerjaan	N	%
Swasta	6	22.22
IRT	21	77.78
Total	27	100

Berdasarkan tabel 3 tersebut karakteristik di atas diperoleh data bahwa sebagian besar pekerjaan responden IRT sebanyak 21 responden (77,78%) dan karyawan sebanyak 6 responden (22,22%).

2. Analisis Univariat

a. Tingkat Kecemasan

Tabel 4.

Distribusi Frekuensi Kategori Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin

Tingkat Kecemasan	N	%
Tidak cemas	6	22.2
Ringan	9	25.9
Sedang	11	40.7
Berat	1	11.1
Total	27	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa Dari 27 responden terdapat 22,2% tidak merasakan kecemasan sama sekali, 25,9% mengalami kecemasan ringan, 40,7% mengalami kecemasan sedang, 11,1% mengalami kecemasan berat. Sebagian besar responden (88,9%) mengalami tingkat kecemasan ringan hingga berat, yang menunjukkan bahwa kecemasan

menjelang persalinan adalah pengalaman yang umum, meskipun ada juga sebagian kecil yang merasa tenang atau tidak cemas.

Tabel 5.
Distribusi Frekuensi Kategori Dukungan Keluarga

Tingkat Kecemasan	N	%
Mendukung	19	70
kurang Mendukung	8	30
Total	27	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa Dari 27 responden terdapat 70% ibu merasa diberikan dukungan oleh keluarga, sedangkan sebanyak 30% merasakan keluarga kurang mendukung, yang menunjukkan bahwa masih banyak dari responden yang diberikan dukungan oleh keluarga meskipun tidak kategori primipara.

3. Analisis Bivariat

Tabel 6.
Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Dukungan Keluarga				Total		P value
	Mendukung		Kurang Mendukung				
	N	%	N	%	N	%	
Tingkat Kecemasan							
Tidak Cemas	6	22	0	0	6	28	0,003
Ringan	9	33	0	0	9	18	
Sedang	6	22	5	19	11	54	
Berat	0	0	1	4	1		

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan dukungan keluarga dalam proses persalinan. Berdasarkan uji statistic *chi square* didapatkan nilai p-Value sebesar 0,003 Karena $p < 0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak.

PEMBAHASAN

Dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mengurangi kecemasan ibu bersalin, karena keluarga dapat menjadi sumber kestabilan emosional yang memberikan rasa aman dan nyaman. Ketika ibu merasa didampingi secara fisik dan emosional, ia cenderung merasa lebih

tenang dalam menghadapi proses persalinan yang penuh ketidakpastian. Kehadiran keluarga yang memberikan dukungan verbal, seperti kata-kata penyemangat atau hanya dengan berada di samping ibu, dapat membantu mengurangi rasa takut terhadap rasa sakit dan kemungkinan komplikasi. Dengan memberikan perhatian dan empati, keluarga dapat mengurangi kecemasan ibu, menurunkan kadar hormon stres (kortisol), serta meningkatkan hormon yang memberikan rasa tenang (oksitosin).

Secara keseluruhan, dukungan keluarga berperan signifikan dalam mempengaruhi tingkat kecemasan ibu bersalin. Meskipun responden menerima dukungan yang baik, kecemasan tetap menjadi hal yang umum dirasakan. Oleh karena itu, penting bagi tenaga Kesehatan untuk memberikan edukasi yang lebih mendalam kepada suami mengenai cara memberikan dukungan yang efektif. Dengan demikian, ibu bersalin dapat merasa lebih tenang dan siap menghadapi proses persalinan. Langkah ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas pengalaman bersalin ibu dan mengurangi tingkat kecemasan yang dialami.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutriyani Agustin yang berjudul "Pengaruh Peran Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di Ruang VK IGD RSUD Asyifa Sumbawa Barat." Penelitian tersebut menunjukkan bahwa peran suami memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin, dengan hasil analisis Spearman's rho memperoleh p-value sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, yang menandakan adanya hubungan yang sangat signifikan antara peran suami dan tingkat kecemasan ibu bersalin pada kala I di RSUD Asyifa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni pada tahun 2019 yang berjudul "Pengaruh Peran Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan Normal di Bidan Praktik Mandiri Nurul Hadi AR, Kecamatan Pandrah, Kabupaten Bireuen." Berdasarkan hasil penelitian tersebut, uji Chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,004 yang lebih kecil dari 0,05, yang mengindikasikan adanya hubungan antara peran suami dan kecemasan pada ibu hamil di Bidan Praktik Mandiri Nurul Hadi AR pada tahun 2019.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andi Mutmainnah Pratiwi pada tahun 2021 dengan judul "Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menjelang Proses Persalinan Normal di Puskesmas Antang Perumnas." Berdasarkan temuan penelitian tersebut, uji Chi-square menghasilkan nilai $p = 0,003$, yang lebih kecil dari $\alpha (0,05)$, sehingga hipotesis penelitian diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu menjelang persalinan normal di Puskesmas Antang Perumnas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam memengaruhi tingkat kecemasan ibu bersalin. Rata-rata tingkat kecemasan ibu bersalin cenderung rendah setelah menerima dukungan dari keluarga, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan yang rendah, dengan 22% di antaranya tidak merasakan kecemasan sama sekali.

Dari hasil analisis, semua responden yang menerima dukungan dari keluarga, sangat penting untuk menciptakan rasa aman dan nyaman menjelang persalinan. Meskipun dukungan tersebut sudah optimal, 88,9% responden masih mengalami tingkat kecemasan yang bervariasi, yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga saja tidak cukup untuk sepenuhnya mengurangi kecemasan.

Puskesmas diharapkan dapat melibatkan suami dalam edukasi persalinan, seperti melalui kelas atau konseling, agar suami dapat memahami peran mereka dalam memberikan dukungan emosional dan fisik yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Basyiroh, A. N. 2022. Studi Literatur (Sistematic review): Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida terhadap proses persalinan *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 5, 29-39.
- Djannah, R., & Handiani, D. (2019). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, STIK Siti Khadijah Palembang: Palembang. 12 halaman
- Dinas Kesehatan. (2021). *Laporan Kesga Desember 2020*. Jakarta: Dinas Kesehatan.
- Murdayah, Lilis, D. N., & Lovita, E. (2021). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada ibu bersalin*. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 3(1), 115–125.
- Nur Fadilah Amin (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel Dalam Penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer* Volume 14 , No. 1, Juni 2023.
- Selamita, Yati Afiyanti, Ida Faridah (2022). *Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin*. *Nusantara Hasana Journal* Page: 9-18 E-ISSN: 2798-1428.
https://nusantarahasanaajournal.com/index.php/nhj/article/view/185/13_1
- Handayani et al., (2021). Dukungan Suami Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kelurahan Jayaraga Kabupaten Garut. *Jurnal Kesehatan* Vol 10 No. 2 Oktober (2022) –P-ISSN: 2338-7823 E-ISSN:2747-0253
- Pratiwi, Suhartatik, Hasnaeni (2021). *Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menjelang Proses Persalinan Normal di Puskesmas Antang Perumnas*. *Jurnal Ilmiah*

Mahasiswa & Penelitian Keperawatan. ISSN: 2797-0019 | E-ISSN: 2797-0361.

Kementrian Kesehatan RI. (2017). Kementerian Kesehatan RI. Departemen Kesehatan RI.

Isnaniar, I., Norlita, W., & Gusrita, S. (2020). Pengaruh Peran Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 11(1), 32–44.

<https://doi.org/10.37859/jp.v11i1.2144>

Ria I, Sidabukke R, Siregar RN. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Bersalin di Rumah Sakit Restu Medan. *J Healthc Technol Med*. 2020;6(1):276–84.

Titin Widia Sari ET AL 2022. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tiingkat Kecemasam Ibu Bersalin Kala I Fase Laten di Ruang Bersalin Rumah