



## Peran Suami dalam Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Indonesia: Literature Review

Gian Wirabakti<sup>1</sup> & Eka Afdi Septiyono<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Departemen Maternitas dan Anak, Universitas Jember, Jember, Indonesia

\*Email: [eka.psik@unej.ac.id](mailto:eka.psik@unej.ac.id)

Submitted: 2022-05-30

DOI: 10.53088/griyawidya.v1i2.485

Accepted: 2022-07-22

Published: 2022-08-28

| Keywords:    | Abstract  |
|--------------|---|
| Husband role | <p><b>Background:</b> This study aimed to determine the influence of the husband's role on the level of anxiety of pregnant women in the III trimester in the face of childbirth.</p> <p><b>Method:</b> This type of study used was the Traditional Literature Review. This type of design is a review that usually adopts a critical approach, such as assessing the theory or hypothesis of the previous researcher, examining the methods and results of a single primary study with an emphasis on background and contextual materials, not using a scientific method approach (depending on the wishes of the researcher) so that it can contain biases, cannot be replicated because the synthesis is carried out narratively.</p> <p><b>Result:</b> The results of this study show that there is an influence of husband support on wives who experience anxiety in the third trimester of pregnancy where the group of pregnant women who do not live with their husbands has a high-moderate anxiety category compared to third trimester pregnant women who live with their husbands on average fall into the category of medium-low anxiety. had a moderate level of anxiety of 12 people (40%) and 18 people (60%) had a low level of anxiety. High anxiety levels of 19 people (63%) and 11 people (37%) had moderate levels of anxiety.</p> <p><b>Implication:</b> It is hoped that it can be a reference to the husband that the importance of the husband's role in reducing the anxiety of pregnant women in childbirth. It is recommended to the husband to provide support and support to the mother in order to reduce the anxiety of the third trimester pregnant woman so that the delivery that will be faced can run well</p> |
| Anxiety      |   |
| Maternity    |   |
| Pregnant     |   |
| Mother       |   |

### PENDAHULUAN

Salah satu penyebab tingginya angka kematian ibu di Indonesia adalah persalinan lama. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap jam kerja yang panjang antara lain persalinan ibu yang tidak efektif selama persalinan dan secara psikologis ibu hamil yang merasa tidak

siap untuk melahirkan. Salah satu aspek psikologis yang mengganggu ibu hamil adalah rasa takut. Kecemasan merupakan keadaan normal yang dirasakan setiap orang ketika memiliki jiwa yang tertekan atau emosi yang sangat dalam yang menimbulkan masalah psikologis. Ketakutan dan kecemasan antenatal meningkat pada ibu hamil yang melakukannya. Kecemasan pada ibu hamil dirasakan terutama pada trimester III (Maki et al., 2018). Kecemasan ibu hamil antara lain tidak mengetahui jenis kelamin bayi, apakah bayi akan lahir normal, dan nyeri apa yang akan terjadi (Maki et al., 2018). Sebuah penelitian yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat kecemasan yang tinggi berisiko lebih tinggi mengalami kelahiran prematur dan keguguran. Jika dibiarkan, angka kematian dan kesakitan ibu juga akan meningkat. Angka kejadian gangguan kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373 juta. Sebanyak 107 juta atau 28,7% ibu hamil mengalami kecemasan antenatal (Palifana dan Jati, 2019). Survei yang dilakukan pada wanita primipara: 22,5% dari 4.444 wanita mengalami kecemasan ringan, 30% kecemasan sedang, 27,5 kali kecemasan berat dan 20% kecemasan sangat berat (Sarifah, 2016). Rendahnya tingkat kecemasan terutama saat kehamilan memasuki tahap akhir kehamilan (Sudirman et al., 2019).

Seorang suami harus terus memberikan cinta dan kelembutan istrinya. Peran suami pada ibu hamil memberikan kenyamanan, keamanan, dan ketenangan, sehingga mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III (Dewi, 2019). Karena informasi yang diberikan oleh penyedia layanan kesehatan merupakan faktor eksternal yang sangat penting bagi ibu hamil trimester III, penyedia layanan kesehatan harus berperan dalam mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan. Tenaga kesehatan berperan sebagai pendidik, memberikan penyuluhan dan bimbingan terkait kesehatan reproduksi, termasuk mengatasi kecemasan terutama pada ibu hamil trimester III (Maki et al., 2018). Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengetahuan dan kecemasan ibu hamil pada masa nifas trimester III.

### Metode Penelitian

Desain penelitian yang diambil oleh peneliti untuk digunakan dalam penelitiannya yaitu literature review yang di gunakan untuk mengkaji lebih dalam tentang peran suami dalam penurunan kecemasan ibu hamil trimester III. Kriteria inklusi dalam studi literature review adalah : Populasi keluarga dan atau pasien dengan ibu hamil trimester III dalam keluarga inti, Populasi keluarga dan atau pasien dengan ibu hamil trimester III dalam keluarga inti yang mengalami kecemasan atas proses persalinan, Kajian pengukuran peran suami menggunakan kuesioner ataupun wawancara, Kajian pengukuran kecemasan pada ibu hamil trimester III menggunakan kuesioner ataupun wawancara, Artikel tertulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.

### Hasil

Hasil pencarian di database melalui google scholar ditemukan sebanyak 10 artikel. Sebanyak 3 artikel yang membahas mengenai dukungan, 3 artikel membahas intervensi, 4 artikel yang membahas kecemasan ibu hamil trimester III. Semua penelitian dilakukan di Indonesia.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara dukungan suami dengan perlakuan yang sama terhadap kecemasan pada ibu hamil trimester III kehamilan menjelang persalinan. Tidak Ada Kecemasan 6 (20.0%), Kecemasan Ringan 10 (33.3%) Kecemasan Sedang 14 (46.7%). Mempersulit proses persalinan secara terpusat sebesar 10.15%. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengetahuan dan kecemasan ibu hamil pada masa nifas trimester III. Kecemasan Berat 2 (9.1%). Kecemasan Sedang 10 (45.5%), Kecemasan Ringan 8 (36,4%). Tidak Ada Kecemasan 2 (9.15%). Total 22 (100%).

Hasil penelitian menunjukkan perbedaan rerata skor kecemasan sebelum dan sesudah konseling keluarga dengan p-value kurang dari  $0,000 < 0,000, 0,05$  maka dapat disimpulkan pengaruh konseling keluarga terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa rata-rata kecemasan ibu hamil trimester III selama pandemi Covid-19 setelah konseling keluarga adalah 57,97. Skor minimum dan maksimum kecemasan ibu pada trimester ketiga masing-masing adalah 34 dan 88. Perbedaan kecemasan ibu pada trimester ketiga selama pandemi COVID-19 dibandingkan sebelum dan sesudah konseling keluarga.

Berdasarkan kecemasan ibu pada kehamilan trimester ketiga. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa mindfulness training efektif menurunkan kecemasan pada ibu hamil selama trimester pertama kehamilan juga merasakan perubahan. Subyek lebih santai, menikmati kehamilan mereka, dan mengalami lebih sedikit ketidaknyamanan fisik. Ada 4 subjek dengan skor kecemasan sedang dan 5 subjek dengan skor kecemasan tinggi. Dari 9 ibu hamil tersebut, hanya 8 ibu hamil yang dijadikan subjek eksperimen, masing-masing 4 pada kelompok eksperimen dan 4 sisanya pada kelompok kontrol. Ukuran kecemasan pasca tes untuk kelompok eksperimen minimal 61, maksimal 70, mean 66,75, dan standar deviasi 4,031.

Berdasarkan kecemasan ibu pada kehamilan trimester ketiga. Kecemasan itu sendiri adalah kecemasan atau rasa tidak aman yang samar-samar karena adanya ancaman terhadap nilai-nilai atau pola keamanan seseorang. Individu dapat mengidentifikasi suatu situasi (seperti melahirkan), tetapi pada kenyataannya, ancaman terhadap diri mereka sendiri terkait dengan kekhawatiran dan kecemasan dalam situasi tersebut. Ibu hamil takut melahirkan minor TM III 8 24,2% Sedang 18 54,5 Tikus 5 15,2% Panik 2 6,1% Jumlah 33 100,0%. Berdasarkan kecemasan ibu pada kehamilan trimester ketiga. Responden yang mengatakan informasi yang diberikan oleh petugas kesehatannya baik adalah 14 (43,8%) dengan kecemasan sedang, 10 (31,3%) dengan kecemasan berat, dan 6 (18,8%) dengan kecemasan ringan.(6,3%). Sebelas (37,9%) responden yang mengatakan suaminya mendukung kehamilannya menunjukkan bahwa mereka mengalami kecemasan mendekati sedang.

Berdasarkan kecemasan ibu pada kehamilan trimester ketiga. Kecemasan ibu pertama kali dipicu oleh kehamilan anak pertamanya, sedangkan kecemasan ibu pada kehamilan ganda biasanya disebabkan oleh jarak kehamilan yang terlalu jauh dan kurang mendapat perhatian dari suaminya selama proses kehamilan yang disebabkan oleh ketidakhadiran (Utami dan Widia, 2009). Oleh karena itu, ibu yang takut melahirkan takut persalinan ini akan gagal dan hal-hal yang tidak diinginkan akan terjadi pada dirinya dan janinnya. Kecemasan Keseluruhan Ibu Hamil Kecemasan F(frekuensi) % Tidak Ada Kecemasan 13, 65.0 Kecemasan Ringan 7, 35.0% Kecemasan Sedang 0, 0% Kecemasan Berat 0, 0% Jumlah 20, 100.%.

Dukungan suami untuk ibu hamil trimester III Di sisi lain, ibu hamil trimester III yang tinggal bersama suami sangat lengkap baik dari segi dukungan emosional, instrumental, informasional dan evaluatif, saya mendapat dukungan terbaik. Hingga 29 mendapat dukungan optimal dari suami mereka (97%), hanya 1 (3%) hamil pada trimester ketiga. Dukungan suami untuk ibu hamil pada trimester ketiga kehamilan. Dukungan yang dapat diberikan meliputi asuhan keperawatan, pemeriksaan kehamilan dan dukungan persalinan, penyediaan transportasi dan penyediaan biaya kehamilan dan persalinan. biaya tenaga kerja. Dukungan sosial suami menjelang persalinan sangat diharapkan ibu untuk meminimalisir kecemasannya selama proses persalinan. Dukungan yang diberikan melalui doa, sentuhan, motivasi dan bantuan dapat mengurangi rasa takut, khawatir dan cemas seorang ibu serta memberdayakannya untuk berjuang saat melahirkan. , emosional, rasa terima kasih dan dukungan finansial. Dukungan minimal berupa sentuhan dan kata-kata

pujian yang membuat Anda merasa nyaman dan memberikan penguatan selama proses persalinan.

Peran suami sering dikenal dengan istilah lain. Artinya, dukungan dalam bentuk simpati, yang merupakan ungkapan kasih sayang, perhatian dan keinginan untuk mendengarkan keluh kesah orang lain. Dukungan suami adalah dukungan yang dapat diberikan kepada keluarga berupa informasi dan nasehat yang membuat penerima merasa dicintai dan dihargai (Aprianawati dan Sulistyorini, 2007). Dukungan Suami terhadap Ibu Hamil Pada Akhir Kehamilan Dukungan suami merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi kecemasan responden terhadap persalinan. Hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian (Mu'minah xxx) yang menemukan hubungan antara dukungan sosial pria dengan tingkat kecemasan ibu. Studi tersebut menemukan bahwa dukungan suami tidak berpengaruh pada tingkat kecemasan ibu hamil. Ini mungkin karena pekerjaan suaminya menghalanginya untuk menemaninya sebelum kelahiran. Dukungan, sikap, dan tindakan penerimaan suami dari keluarga (ibu) terhadap ibu hamil trimester III dapat berupa dukungan informasional, evaluasi, dukungan instrumental dan dukungan emosional yang disebut sebagai dukungan suami (Friedman, 2010). Tingkat Dukungan Suami, Dukungan Suami F (frekuensi) %, Dukungan 14 (70%), Kurang Dukungan 6 (30%), Jumlah 20 (100%).

### Pembahasan

Sebagian ibu hamil (45,5%) mengalami kecemasan sedang karena ibu sedang mendapatkan pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan dan fisiologi persalinan. Sebagian besar ibu hamil (36,4%) merasakan kecemasan ringan karena ibunya belum mendapatkan pendidikan kesehatan persiapan persalinan dan fisiologi persalinan. Ibu hamil juga bisa bersumber dari salah paham dan ketidaktahuan akan persalinan, sehingga menjadi hal yang sangat menakutkan dan menakutkan yang sudah mendarah daging di benak kebanyakan ibu). Stres yang berlebihan pada ibu hamil dapat menyebabkan kelelahan, lesu, gelisah, insomnia, lekas marah, sesak napas ringan, konsentrasi yang buruk, keraguan, depresi, dan keinginan untuk melarikan diri.

Simkin (2012), ketakutan yang berlebihan, kecemasan, stres, atau kemarahan dapat memperlambat kemajuan persalinan. Kelelahan, kecemasan, dan keputusan adalah hasil dari periode prenatal atau latensi yang lama. Wanita yang tidak didukung secara emosional atau yang pernah mengalami persalinan yang sulit sebelumnya mengalami ketakutan dan kecemasan tentang persalinan, yang dapat mengakibatkan persalinan yang lambat dan sangat menyakitkan. Hasil penelitian ini juga mengemukakan bahwa mekanisme koping dalam mengatasi masalah berbeda-beda pada setiap individu dan semua tergantung dari penerimaan dan tingkat pengetahuan masing-masing individu untuk mengatasi masalah tersebut, sehingga kecemasan ibu. Beberapa penjelasan di atas didasarkan pada hasil penelitian ini. belajar. Dapat disimpulkan bahwa ibu hamil sangat rentan terhadap gangguan kecemasan. Hal ini dapat disebabkan, misalnya, oleh kekhawatiran ibu tentang kehamilan atau ketakutan akan komplikasi saat melahirkan, sehingga situasi di mana ibu harus menjalani operasi meskipun telah mengalami kehamilan tidak di masa lalu, tidak dapat diterima dengan mudah. Penyebab utama kecemasan pasien ditemukan kurangnya dukungan keluarga dan informasi dari penyedia layanan kesehatan, dan kurangnya kesediaan pasien untuk bertanya. Penelitian telah menunjukkan bahwa ibu hamil lebih cenderung merasa cemas selama kehamilan ini karena beberapa faktor, termasuk kurangnya dukungan dari suami dan kerabat dekat, latar belakang pendidikan, dan kehamilan yang terinfeksi oleh pandemi Covid-19.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menemukan bahwa kecemasan ibu hamil pada trimester ketiga masuk dalam kategori kecemasan ringan hingga sedang hingga berat. Respon rasa takut yang dialami tergantung pada kematangan psikologis, pemahaman tugas, mekanisme koping, dan mekanisme perlindungan diri untuk mengatasi rasa takut. Ini

termasuk konflik internal, dorongan yang secara sadar tidak dapat diterima, dan keengganan untuk memikirkan hal-hal lain yang menyebabkan ketidakbahagiaan (Stuart dan Laraia, 2013). Kecemasan ibu pada trimester ketiga dipengaruhi oleh keadaan ibu yang mengalami stres selama masa pandemi Covid-19. Akibat pandemi Covid-19, sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan dan kekhawatiran terhadap dirinya sendiri dan kesehatan janin yang dikandungnya. Kecemasan ini disebabkan oleh faktor-faktor seperti kesediaan menghadapi persalinan. Kekhawatiran ibu hamil menyebabkan tingginya tingkat stres ibu yang dapat meningkatkan kecemasan (Muzzayana & Sitti, 2021). Ibu hamil merasa cemas dan rentan terhadap infeksi karena beberapa faktor, antara lain kurangnya dukungan dari suami dan kerabat dekat, tingkat pendidikan, dan kecenderungan menjadi cemas selama kehamilan akibat pandemi Covid-19. Ibu hamil yang dihantui rasa takut dan cemas sebelum melahirkan dapat memicu pelepasan hormon katekolamin (hormon stres) yang tinggi sehingga menyebabkan persalinan meningkat, persalinan lama, dan proses persalinan dapat menimbulkan ketegangan setelah berolahraga (Rahmi, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan ibu hamil berkurang secara signifikan pada akhir kehamilan selama pandemi Covid-19 setelah konseling keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling keluarga terhadap kecemasan pada ibu hamil trimester III selama masa pandemi Covid-19. Ibu hamil terutama pada trimester ketiga mengalami tingkat kecemasan yang tinggi karena semua ibu hamil dijamin akan diliputi oleh berbagai jenis emosi. Kecemasan pada kehamilan trimester ketiga ketika mempertimbangkan jalannya persalinan dan kondisi anak yang belum lahir terjadi tidak hanya pada kehamilan pertama, tetapi juga pada kehamilan berikutnya. Mereka memiliki pengalaman menghadapi persalinan, tetapi rasa takut selalu ada. Ibu hamil yang mengalami kecemasan berlebihan memiliki efek negatif yaitu dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan tidak hanya disebabkan oleh faktor fisik dan psikis saja, tetapi juga faktor lain seperti faktor sosial. Berdasarkan tingkat kecemasan yang dialami ibu hamil pada trimester ketiga, tingkat kecemasan tinggi hingga sedang, tingkat kecemasan tinggi hingga rendah, dan tingkat kecemasan sedang hingga rendah pada wanita trimester ketiga. Selain itu peneliti juga ingin mengetahui penyebab kecemasan pada ibu hamil trimester III dan kegiatan apa saja yang dilakukan ibu hamil pada trimester III untuk mengurangi kecemasan tersebut, dan data tambahan ini merupakan bagian dari penelitian ini. menunjukkan perlunya peran suami yang optimal.

Peran suami sangat penting karena ibu hamil harus menghadapi kecemasan. Ketakutan karena banyak hal, seperti ketakutan akan kesehatan bayi yang dikandungnya, ketakutan akan proses persalinan, rasa sakit, ketakutan suaminya tidak kompak, ketakutan tubuhnya tidak seindah dulu. Selain itu, faktor dan penyebab kecemasan seperti kecemasan yang dapat menimbulkan kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga, terutama yang dialami oleh peneliti yang melakukan penelitian sejenis, harus diperhatikan dengan seksama dan data yang diperoleh harus diperhatikan dengan baik. lebih akurat, lebih baik dan lebih. Peneliti yang melakukan penelitian serupa telah menemukan karakteristik yang lebih spesifik baik pada kelompok eksperimen maupun kontrol, menunjukkan bahwa dukungan suami sangat berpengaruh ketika wanita memasuki trimester ketiga kehamilan menderita kecemasan kehamilan. Anda harus menunjukkan bahwa Anda memiliki kekuatan dan memainkan peran penting.

### **Kesimpulan dan Saran**

Terjadinya kecemasan dapat disebabkan oleh usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, kepercayaan tentang persalinan, perasaan menjelang persalinan, informasi dari tenaga kesehatan, dan dukungan suami. Diharapkan tenaga kesehatan di klinik atau Rumah Sakit, bidan dan perawat lebih meningkatkan pemberian penyuluhan, khususnya kepada ibu

hamil yang masih percaya akan mitos kehamilan. Diharapkan ibu hamil melakukan pemeriksaan secara rutin selama kehamilan agar dapat menambah informasi selama kehamilan yang meliputi tanda-tanda kehamilan dan perubahan fisiologik agar dapat mengurangi terjadinya kecemasan.

#### Daftar Pustaka

- Aprianawati, R. B., & Sulistyorini, I. R. (2007). Hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil menghadapi kelahiran anak pertama pada masa triwulan ketiga. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Dewi, H. A. 2019. Hubungan Peran Suami Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar. Stikes Patria Husada.
- Friedman.2010.Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktik Edisi 5.Jakarta:EGC
- Maki, F. P., C. Pali, dan H. Opod. 2018. Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester iii di klinik bersalin sutra minahasa selatan. *Jurnal E-Biomedik*. 6(2):103–110.
- Muzayyana, M., & Saleh, S. N. H. (2021). Analisis Faktor Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Kotamobagu. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(3).
- Palifiana, D. A. dan R. K. Jati. 2019. Optimalisasi peran suami sebagai persiapan pendamping persalinan melalui prenatal couple yoga di wilayah yogyakarta tahun 2018. *Avicenna Journal of Health Research*. 2(1):1–9.
- Rahmi, L. (2010). Hubungan usia, tingkat pendidikan, dukungan suami, dan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu primigravida trimester III di poliklinik kebidanan RSUP dr. M. Djamil padang tahun 2009. Penelitian, Fakultas Keperawatan.
- Sarifah, S. 2016. HUBUNGAN kecerdasan emosi dengan kecemasan ibu hamil pertama trimester ke iii dalam menghadapi persalinan di samarinda. *Psikoborneo*. 4(1):10–17.
- Simkin, 2012. Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan, dan Bayi Edisi Revisi ke-3. Jakarta: Arcan.
- Stuart, G. W. 2013. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 5. Jakarta: EGC.
- Sudirman., H. Puspitawati, dan I. Muflikhati. 2019. Peran suami dalam menentukan kesejahteraan subjektif istri pada saat hamil dan melahirkan. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*. 12(1):26–37.
- Utami, A., & Widia, L. (2009). Perbedaan Tingkat Kecemasan Primigravida dan Multigravida dalam Menghadapi Kehamilan di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 1.