

## **EDUKASI TENTANG PENTINGNYA DUKUNGAN SUAMI DAN KELUARGA TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PROSES PERSALINAN**

*Education about The Importance of Husband and Family Support Regarding Pregnant Women's Anxiety Trimester III in Facing The Process Labor*

**Lenny Sepriani Silalahi<sup>1\*</sup>, Selamat Tuahta Sipayung<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Darmo

Jln. Tali Air No.23 Kel Mangga Lingk. III, Kec. Medan Tuntungan. Medan Sumatera Utara-Indonesia

\*email korespondensi author: [lennyseprianisilalahi260990@gmail.com](mailto:lennyseprianisilalahi260990@gmail.com)

DOI. 10.35451/jpk.v4i1.2175

### **Abstrak**

*Kehamilan trimester III merupakan kehamilan yang sangat memerlukan kewaspadaan. Pada saat ini ibu hamil kerap kali mengalami kecemasan tentang kondisi bayinya yang akan lahir secara normal ataupun abnormal. Dukungan suami dan keluarga merupakan hal yang sangat dibutuhkan oleh seorang ibu dalam menghilangkan keemasannya. Sasaran pokok dalam penyuluhan ini merupakan masyarakat yang berada di daerah X, dengan perhitungan masih banyak ditemukan ibu hamil yang telah memasuki usia kehamilan trimester III mengalami kecemasan menjelang waktu persalinannya. Hal ini disebabkan karena kurangnya dukungan yang diberikan oleh suami dan pihak keluarga terhadap ibu hamil menjelang proses persalinannya. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada para suami dan keluarga untuk memberikan perhatian dan dukungan terhadap istri atau keluarga yang sedang hamil agar tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan. Adapun yang menjadi sasaran dalam kegiatan penyuluhan ini adalah para suami dan keluarga (orangtua) yang memiliki istrii ataupun anak yang sedang hamil trimester III. Dalam rangka menilai dukungan suami dan keluarga, maka akan dilaksanakan dua kali yaitu pemberian pertanyaan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa adanya perubahan sikap dalam bentuk dukungan terhadap istri ataupun keluarga yang sedang hamil sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Ini menjadi salah satu cara yang baik dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kehamilan trimester III di lingkungan kesehatan.*

**Kata Kunci:** *Dukungan suami; Dukungan Keluarga; Edukasi; Kecemasan*

### **Abstract**

*The third trimester of pregnancy is a pregnancy that requires vigilance. At this time, pregnant women often experience anxiety about the condition of their baby, which will be born normally or abnormally. Support from her husband and family is something that a mother needs to relieve her anxiety. The main target of this outreach is people in the area This is due to the lack of support given by the husband and family to pregnant women before the birth process. This counseling aims to provide education to husbands and families to provide attention and support to pregnant wives or*

*families so that they do not experience anxiety in facing the birthing process. The targets for this outreach activity are husbands and families (parents) who have wives or children who are in the third trimester of pregnancy. To assess husband and family support, it will be carried out twice, namely asking questions before and after counseling. The results obtained indicate that there is a change in attitude in the form of support for pregnant wives or families before and after being given counseling. This is a good way to overcome problems related to third trimester pregnancy in the health environment.*

**Keywords:** *Husband's Support; Family Support; Education; Anxiety*

## 1. Pendahuluan

Periode kehamilan adalah suatu keadaan yang mana ibu menjalani perubahan fisik psikologis karena naiknya hormon kehamilan. Berubahnya hormon ibu hamil menjadi dasar sehingga emosi sering labil saat kehamilan yang menyebabkan sangat sensitif dan mudah tersinggung (Susilawati, 2019).

Perubahan fisik dan psikologis yang dialami ibu hamil tersebut akan menyebabkan ibu menjadi cemas. Besarnya derajat kecemasan ibu hamil hadir saat kehamilan trimester III. Pada saat itu, ibu hamil akan dihadapkan dengan beragam perasaan yang berubah-ubah seperti rasa takut, gelisah dan cemas karena masa kelahiran akan tiba (Mandagi, 2019).

Ibu yang cemas saat trimester III dapat menyebabkan banyak hormon katekolamin keluar yang dapat memunculkan nyeri persalinan akan naik sehingga durasi persalinan lebih panjang dan ketegangan juga. Beragam faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III antara lain kondisi kesehatan, usia, jenjang akademik, dukungan suami dan keluarga (Sholichah, 2018).

Dukungan yang berasal dari suami memiliki peranan penting dalam proses persalinan, karena dukungan yang diberikan oleh suami tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri

sehingga mental menjadi kuat dalam menekan rasa cemas dan takut. Seorang suami maupun anggota keluarga lainnya dapat juga mendukung agar rasa khawatir yang dirasakan saat menghadapi proses persalinan (Yuliani, 2020).

Selain dukungan yang berasal dari suami, dukungan keluarga juga dibutuhkan. Ali (2018) menyebutkan bahwa dukungan keluarga yang berasal dari orangtua ataupun saudara yang dekat dengan subjek dapat menurunkan tingkat kecemasan yang sedang terjadi pada ibu hamil. Friedman (2020) menyebutkan dukungan yang dapat diberikan oleh pihak keluarga adalah dukungan secara emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif.

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan yang terjadi di posisi itu, maka kegiatan edukasi diperlukan dalam memberikan dukungan pada ibu hamil trimester III dalam mengatasi rasa cemas saat persalinan.

## 2. Metode

Pendekatan yang dilakukan dalam memberikan edukasi terhadap masyarakat dengan cara memberikan promosi kesehatan bagi masyarakat yaitu edukasi tentang pentingnya dukungan suami dan keluarga agar ibu hamil trimester III tidak cemas saat persalinan.

Sebelum diedukasi, kegiatan dimulai dengan mengadakan *pretest* terhadap peserta untuk melihat dukungan yang telah diberikannya terhadap istri atau keluarga yang sedang hamil trimester III. Kegiatan diteruskan dengan menyampaikan materi mengenai manfaat dukungan terhadap ibu hamil. Saat penyuluhan, diizinkan peserta untuk berinteraksi dengan tim PkM melalui tanya jawab dan diskusi untuk melihat sejauh mana perubahan pemahaman yang terjadi pada peserta. Kegiatan ditutup dengan mengadakan *post-test* agar diketahui perubahan pemahaman peserta PkM setelah diedukasi.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Setelah pelaksanaan kegiatan PkM, maka tim PkM dapat menyajikan beberapa hasil yang diperoleh atas kegiatan PkM yang diadakan, berupa distribusi frekuensi yang ditampilkan pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	%
Pegawai Swasta	6	24
Wirausaha	7	28
Pedagang	8	32
ASN	4	16
Jumlah	25	100

Tabel 1 menjelaskan bahwa pekerjaan peserta PkM yang memberikan dukungan adalah pekerjaan sebagai pedagang sebesar 32%. Sementara yang terkecil adalah profesi ASN dengan persentase 4%. Hasil lainnya berupa *pre-test* yang disajikan pada tabel 2.

Tabel 2 menggambarkan bahwa yang mendominasi adalah suami dan keluarga yang tidak mendukung sebanyak 60%, sisanya adalah yang mendukung. Tentunya kondisi ini berseberangan dengan pernyataan Hawari (2019), dimana dijelaskan bahwa selama mengandung seorang ibu sangat memerlukan dukungan dan

perhatian serta kerelaan yang berasal dari suami dan keluarga. Dengan adanya dukungan yang datang dari suami dan keluarga, dapat membantu ibu hamil dalam menghindari hal-hal yang tidak diinginkan baik yang berupa ancaman bagi kesehatan dan keselamatan ibu dan bayi.

Tabel 2. Hasil *Pre-test* Dukungan Suami dan Keluarga

Dukungan Suami dan Keluarga	Jumlah	%
Mendukung	10	40
Tidak Mendukung	15	60
Jumlah	25	100

Sistem pendukung yang terbaik di dalam keluarga adalah dukungan suami. Dengan adanya dukungan dari suami, dapat meningkatkan perasaan aman, nyaman baik secara fisik dan emosional terhadap ibu yang sedang mengandung sehingga pada saat akan melahirkan juga dapat melahirkan dengan aman dan sehat (Bobak, 2020).

Hasil *Post-test* Dukungan Suami dan Keluarga menunjukkan bahwa seluruh suami dan keluarga yang berpartisipasi dalam penyuluhan (setelah menerima penjelasan tentang pentingnya dukungan suami dan keluarga terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dalam proses persalinan) telah mendukung istri dan keluarganya dengan baik (100%). Hasil *post-test* yang menunjukkan seluruh suami dan keluarga sudah memberikan dukungan terhadap ibu hamil, berbeda saat *pre-test*.

Dukungan yang dapat diberikan suami terhadap istrinya dapat berupa dukungan emosional, informasional, dan instrumental. Dukungan emosional diberikan oleh seorang suami kepada istrinya berupa memberikan rasa aman

Received: 12 June 2024 :: Accepted: 28 June 2024 :: Published: 30 June 2024

dan nyaman terhadap istri yang sedang mengalami kecemasan dalam menantikan waktu persalinan. Dukungan informasional yang diberikan dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi atau nasihat kepada istri yang sedang menantikan masa persalinan agar lebih tenang dalam menanti waktu bersalin. Sedangkan dukungan instrumental yang diberikan seorang suami terhadap istrinya dapat berupa mengantarkan istrinya untuk memeriksakan kesehatan ibu dan bayi dalam kandungan secara rutin (Rosiana, 2022).

Selain dukungan suami, keluarga juga dapat mendukung ibu yang sedang hamil trimester III yang sedang menantikan masa persalinan. Dukungan yang dapat diberikan oleh pihak keluarga dapat berupa bantuan yang dapat diberikan secara langsung terhadap anggota keluarganya baik itu berupa barang, jasa, informasi dan nasihat yang dapat membangun semangat ibu hamil karena merasa bahwa dia disayangi, dihargai dan diperhatikan oleh pihak keluarga. Selain itu bentuk dukungan dari pihak keluarga juga bisa berupa dukungan materil dan moral (Susilawati, 2020).

#### 4. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan berupa edukasi sangat diperlukan dalam menaikkan dukungan Suami dan keluarga dalam menekan rasa cemas Ibu Hamil Trimester III saat Persalinan. Hasil menunjukkan bahwa telah terjadi perubahan dukungan suami dan keluarga pada ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menanti masa persalinan. Tim PkM mengharapkan agar suami dan keluarga senantiasa peduli dan mendukung istri dan keluarga yang

sedang hamil agar tidak mengalami kecemasan pada masa persalinan.

#### 5. Ucapan Terimakasih

Tim PkM berterima kasih kepada Kepala Desa dan unitnya yang telah memberikan izin pelaksanaan penyuluhan ini. Selain itu berterima kasih atas dukungan dari kampus.

#### 6. Daftar Pustaka

- Ali, A. 2018. Panduan Lengkap Kehamilan, Persalinan dan Perawatan Bayi (Menyambut Sibuah Hati). Fk Umum UII. Yogyakarta : Diaglosia Media
- Bobak, L. 2020. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta : EGC
- Friedman, M.M. 2020. Keperawatan Keluarga. Ed.2. riset, Teori dan Praktik. Jakarta : EGC
- Hawari, D. 2019. Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Mandagi, D.V.V., Pali, C., Sinolungan, J.S.V. 2019. Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Primigravida dan Multigravida di RSIA Kasih Ibu Manado. Jurnal e-Biomedik (eBM). 1(1)
- Rosiana, A.H. 2022. Hubungan Dukungan Suami terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Mediva Kecamatan Ngawi. Cakra Medika. Vol. 9, No.1
- Sholichah, N., Nanik, P. 2018. Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. Y. Jurnal Komunikasi Kesehatan. vol. VIII, No.1
- Susilawati, L.K. 2020. Pengaruh Dukungan Suami terhadap Istri yang Mengalami Kecemasan pada Kehamilan Trimester III di Kabupaten Gianyar. Universitas Udayana