

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN PERUBAHAN PSIKOLOGIS PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 (HAMIL PERTAMA) DI PUSKESMAS TAMBELANG BEKASI

Hikmah Fitria^{1*}, Annisa Agustiani², Rian Rizki Fauzi³, Riska Subhianti Putri⁴

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman, Jawa Barat, Indonesia^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : hikmahdaris1412@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan perubahan psikologis pada ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Tambelang Bekasi. Kehamilan sering kali disertai dengan perubahan emosional yang kompleks, yang dapat memengaruhi kesehatan mental ibu hamil. Menurut data, sekitar 36% ibu hamil mengalami kecemasan dan 22% merasa kurang percaya diri, yang menunjukkan tantangan psikologis yang signifikan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, melibatkan 50 responden yang dipilih secara *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai dukungan suami dan perubahan psikologis yang dialami. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 90% responden mengalami kurangnya dukungan informasi dari suami, dan 84% responden mengalami perubahan psikologis, termasuk gejala kecemasan, depresi, dan perubahan suasana hati. Analisis bivariat dengan uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value sebesar 0.000, yang menandakan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan perubahan psikologis ibu hamil. Dukungan suami yang baik berkontribusi dalam mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kepercayaan diri ibu hamil. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya dukungan emosional dan instrumental dari suami selama masa kehamilan untuk menjaga kesehatan mental ibu. Oleh karena itu, edukasi dan intervensi bagi suami sangat diperlukan untuk meningkatkan dukungan mereka terhadap istri, sehingga dapat mengurangi risiko masalah psikologis yang mungkin timbul selama kehamilan.

Kata kunci : dukungan suami, ibu hamil, perubahan psikologis

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between husband support and psychological changes in pregnant women during the first trimester at Puskesmas Tambelang Bekasi. Pregnancy is often accompanied by complex emotional changes that can impact the mental health of pregnant women. According to data, approximately 36% of pregnant women experience anxiety, and 22% feel a lack of self-confidence, indicating significant psychological challenges. The method employed in this research is quantitative with a cross-sectional approach, involving 50 respondents selected through total sampling. Data were collected using questionnaires containing questions about husband support and the psychological changes experienced. The results show that 90% of respondents experienced a lack of informational support from their husbands, and 84% reported psychological changes, including symptoms of anxiety, depression, and mood swings. Bivariate analysis using Chi-Square testing revealed a p-value of 0.000, indicating a significant relationship between husband support and psychological changes in pregnant women. Adequate husband support contributes to reducing stress levels and enhancing the self-confidence of pregnant women. Therefore, education and interventions for husbands are essential to enhance their support for their wives, thereby reducing the risk of psychological issues that may arise during pregnancy.

Keywords : husband support, pregnant women, psychological changes

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu kondisi di mana seorang wanita mengalami perkembangan janin dalam rahimnya sebagai hasil dari pembuahan sel telur oleh sel sperma. Proses kehamilan

merupakan fenomena biologis yang kompleks yang melibatkan berbagai perubahan fisiologis, psikologis, serta sosial (Ii & Pustaka, 2019). Menurut *World Health Organization* (WHO), kehamilan adalah bagian penting dari siklus reproduksi yang memerlukan perhatian medis dan dukungan emosional untuk memastikan kesehatan ibu dan janin selama masa kehamilan (WHO, 2022). Secara fisiologis, kehamilan membawa berbagai perubahan dalam tubuh wanita, termasuk peningkatan kadar hormon seperti estrogen dan progesteron yang berperan dalam mempersiapkan tubuh untuk perkembangan janin dan persalinan (Romero-Gonzalez et al., 2020). Selain itu, perubahan metabolisme, peningkatan volume darah, serta perubahan fungsi organ vital seperti jantung dan ginjal merupakan beberapa aspek yang terjadi selama kehamilan (Kartika Adyani et al., 2023).

Proses ini membutuhkan penyesuaian yang signifikan, baik secara fisik maupun psikologis, bagi ibu hamil. Dari perspektif psikologis, kehamilan sering kali menimbulkan berbagai reaksi emosional yang kompleks. Ibu hamil mengalami peningkatan kepekaan emosional, yang dapat berdampak pada tingkat stres dan kecemasan mereka (Ratna Sari et al., 2023). Gangguan psikologis yang paling umum selama kehamilan meliputi depresi prenatal, kecemasan, dan gangguan suasana hati (Illustri, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Meiranny et al., 2022), tingkat perubahan psikologis yang dialami ibu hamil bervariasi, dengan sekitar 22,5% mengalami perubahan ringan, 30% mengalami perubahan sedang, 27% mengalami perubahan berat, dan 20% mengalami perubahan yang sangat berat.

Secara sosial dan budaya, dukungan dari pasangan dan keluarga sangat berperan dalam menjaga kesehatan mental ibu hamil. Studi yang dilakukan oleh (Immawanti, 2024) menunjukkan bahwa kurangnya dukungan dari suami menjadi salah satu penyebab utama perubahan psikologis yang negatif selama kehamilan. Di Indonesia, sekitar 66,2% ibu primigravida mengalami perubahan psikologis yang lebih signifikan dibandingkan dengan ibu multigravida (kehamilan kedua atau lebih) yang hanya sekitar 42,2% (Nurliana et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman pertama dalam kehamilan dapat menjadi tantangan besar bagi seorang wanita dan memerlukan dukungan emosional yang lebih kuat dari lingkungan sekitarnya.

Data dari WHO (2022) mencatat bahwa dari 2.321 ibu hamil primigravida, sekitar 36% mengalami rasa takut, 42% merasa cemas, dan 22% mengalami penurunan rasa percaya diri selama kehamilan. Negara berkembang seperti Ethiopia, Nigeria, Senegal, Afrika Selatan, Uganda, dan Zimbabwe memiliki prevalensi gangguan psikologis selama trimester pertama kehamilan yang mencapai 15,6% (Ratna Sari et al., 2023). Di Indonesia sendiri, studi menunjukkan bahwa jumlah kasus perubahan psikologis ibu hamil meningkat sejak masa pandemi Covid-19 hingga Maret 2021, dengan total 221.034 kasus yang terkait dengan gangguan psikologis akibat isolasi sosial dan ketidakpastian ekonomi (Nurliana et al., 2021). Dukungan suami terbukti memiliki dampak yang signifikan dalam membantu ibu hamil menghadapi perubahan psikologis selama kehamilan. Kehadiran suami yang mendampingi istri selama masa kehamilan dapat membantu mengurangi kecemasan, meningkatkan kepercayaan diri, dan memperkuat ikatan emosional antara pasangan (Agi Saputra, M.Fatkhul Mubin, 2020). Beberapa penelitian juga mengungkapkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan emosional dan instrumental dari suami lebih mampu mengelola stres dan menghadapi tantangan selama kehamilan dengan lebih baik (Silalahi, 2011).

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Mulyaningsih et al., 2023) menunjukkan bahwa keterlibatan suami dalam pemeriksaan kehamilan (*Antenatal Care*) berdampak positif pada kesiapan mental ibu hamil. Dari 100 ibu hamil yang diwawancarai, sekitar 70% melaporkan bahwa mereka merasa lebih nyaman dan tidak terlalu cemas ketika suami mereka terlibat dalam perawatan prenatal. Hal ini memperkuat temuan dari penelitian (Dwi Febriati & Zakiyah, 2022), yang menunjukkan bahwa 54,3% responden mengalami perubahan psikologis yang positif selama kehamilan berkat dukungan keluarga. Selain dukungan

emosional, dukungan instrumental seperti membantu pekerjaan rumah tangga dan menyediakan kebutuhan ibu hamil juga berperan penting dalam menjaga kestabilan emosi ibu hamil (Karo, 2020). Studi oleh Rolly Lenci Natalia et al. (2022) menemukan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan instrumental dari suaminya lebih mampu menghadapi perubahan psikologis dibandingkan mereka yang tidak mendapatkan dukungan.

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Tambelang Kabupaten Bekasi pada Juni 2024, dari 10 responden ibu hamil trimester pertama, delapan di antaranya mengalami perubahan psikologis akibat kurangnya dukungan suami. Beberapa responden mengeluhkan bahwa suami mereka tidak menunjukkan perhatian, tidak membantu dalam pekerjaan rumah, dan kurang memberikan dukungan emosional (Woromboni et al., 2022). Sebaliknya, dua responden lainnya melaporkan bahwa mereka mendapatkan dukungan penuh dari suami, yang berdampak positif pada kondisi emosional mereka selama kehamilan. Dengan demikian, keterlibatan suami dalam kehamilan tidak hanya berkontribusi terhadap kesejahteraan mental ibu hamil, tetapi juga berdampak pada kesehatan janin. Penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan emosional dari suaminya memiliki risiko lebih rendah mengalami komplikasi kehamilan yang berkaitan dengan stres dan kecemasan tinggi (Wijayanti, 2021). Oleh karena itu, penting bagi pasangan untuk memahami peran dan tanggung jawab mereka dalam mendukung kesehatan ibu hamil selama periode kehamilan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan perubahan psikologis pada ibu hamil trimester pertama (hamil pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat dukungan suami yang diterima oleh ibu hamil trimester pertama, menganalisis perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil trimester pertama, menentukan hubungan antara tingkat dukungan suami dengan perubahan psikologis yang dialami ibu hamil trimester pertama, mengidentifikasi faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap perubahan psikologis ibu hamil, dan memberikan rekomendasi bagi suami dan keluarga untuk meningkatkan dukungan terhadap ibu hamil selama kehamilan.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya dukungan suami selama kehamilan serta memberikan rekomendasi bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada pasangan suami istri tentang pentingnya peran suami dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil. Dengan demikian, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam memahami peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis ibu hamil. Kehamilan merupakan fase penting dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisiologis maupun psikologis. Trimester pertama kehamilan adalah periode kritis yang sering kali disertai dengan ketidakstabilan emosional akibat perubahan hormonal. Studi menunjukkan bahwa perubahan psikologis yang paling umum dialami ibu hamil pada trimester pertama meliputi kecemasan, depresi, serta ketidakpastian dalam menghadapi proses kehamilan (Yuliani & Helena, 2020). Gangguan psikologis ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan ibu dan perkembangan janin (Kartika Adyani et al., 2023).

Berbagai faktor dapat mempengaruhi perubahan psikologis ibu hamil, termasuk faktor sosial, budaya, dan ekonomi. Namun, salah satu faktor utama yang memiliki pengaruh signifikan adalah dukungan dari suami. Dukungan suami mencakup dukungan emosional, informasi, penghargaan, dan instrumental yang dapat membantu ibu hamil dalam menghadapi perubahan psikologis selama kehamilan (Dwi Febriati & Zakiyah, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya dukungan suami dapat meningkatkan risiko kecemasan dan stres selama masa kehamilan (Sukaedah & Fadilah, 2021). Sebaliknya, dukungan suami yang optimal dapat memberikan rasa aman dan meningkatkan ketahanan emosional ibu hamil

(Resmawati, 2020).

Data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022 mencatat bahwa sekitar 36% ibu hamil primigravida mengalami rasa takut, 42% merasa cemas, dan 22% merasa kurang percaya diri selama kehamilan. Beberapa penelitian di negara berkembang menunjukkan bahwa risiko gangguan psikologis pada ibu hamil trimester pertama mencapai 15,6%, terutama di negara-negara seperti Ethiopia, Nigeria, dan Uganda (Ratna Sari et al., 2023). Di Indonesia, survei menunjukkan bahwa sekitar 28,7% ibu hamil mengalami transformasi emosional, dengan angka yang lebih tinggi pada ibu primigravida dibandingkan multigravida (Christina Roos Ety, 2020). Penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan emosional dari pasangan memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak mendapatkan dukungan (Illustri, 2021). Faktor-faktor lain seperti tingkat pendidikan, status ekonomi, dan akses terhadap layanan kesehatan juga berperan dalam menentukan kondisi psikologis ibu hamil. Dalam konteks sosial, ibu hamil yang mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga dan teman, cenderung memiliki kesejahteraan mental yang lebih baik dibandingkan mereka yang merasa terisolasi (Wijayanti, 2021).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Tambelang Kabupaten Bekasi menunjukkan bahwa dari 10 responden ibu hamil trimester pertama, delapan di antaranya mengalami perubahan psikologis akibat kurangnya dukungan suami. Beberapa responden mengeluhkan bahwa suami kurang peduli, tidak membantu dalam pekerjaan rumah, atau tidak memberikan dukungan emosional yang cukup (Woromboni et al., 2022). Sementara itu, dua responden lainnya melaporkan bahwa mereka mendapatkan dukungan penuh dari suami, yang berdampak positif terhadap kondisi emosional mereka selama kehamilan. Dukungan suami memiliki peran yang sangat penting dalam membantu ibu hamil mengelola perubahan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Dukungan ini dapat berupa keterlibatan suami dalam proses kehamilan, memberikan perhatian terhadap kondisi emosional istri, serta membantu mengurangi kecemasan dan stres yang dialami ibu hamil (Pamulat, 2020). Beberapa penelitian juga mengungkapkan bahwa suami yang lebih terlibat dalam kehamilan pasangannya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu dan memperkuat ikatan emosional antara pasangan (Agi Saputra & Fatkhul Mubin, 2020).

Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Nasution (2020) menemukan bahwa keterlibatan suami dalam pemeriksaan kehamilan (Antenatal Care) juga berdampak pada kesiapan mental ibu hamil. Dari 100 ibu hamil yang diwawancarai, sekitar 70% menyatakan bahwa suami mereka kurang terlibat dalam mendukung kunjungan ke fasilitas kesehatan, sehingga mereka merasa kurang mendapat perhatian. Sebaliknya, ibu hamil yang mendapatkan pendampingan suami selama pemeriksaan kehamilan memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dan lebih percaya diri dalam menghadapi persalinan. Selain itu, faktor budaya juga mempengaruhi tingkat keterlibatan suami dalam mendukung kehamilan. Di beberapa daerah, masih terdapat stigma bahwa kehamilan adalah tanggung jawab penuh seorang wanita, sehingga suami kurang aktif dalam memberikan dukungan. Hal ini berdampak pada kesejahteraan psikologis ibu hamil dan meningkatkan risiko stres serta kecemasan selama kehamilan (Dinarum & Rosyidah, 2020).

Dukungan instrumental, seperti membantu pekerjaan rumah tangga dan menyediakan kebutuhan ibu hamil, juga sangat penting dalam menjaga stabilitas emosi ibu hamil (Karo, 2020). Suami yang aktif dalam membantu pekerjaan rumah dan memberikan perhatian kepada istri selama kehamilan berkontribusi dalam menciptakan lingkungan yang lebih nyaman bagi ibu hamil. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Rolly Lenci Natalia et al. (2022), yang menemukan bahwa ibu hamil yang mendapat dukungan instrumental dari suaminya lebih mampu mengelola perubahan psikologis dibandingkan mereka yang tidak mendapat dukungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan

antara dukungan suami dengan perubahan psikologis pada ibu hamil trimester pertama (hamil pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya dukungan suami selama kehamilan serta memberikan rekomendasi bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada pasangan suami istri tentang pentingnya peran suami dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil. Dengan demikian, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam memahami peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis ibu hamil.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Metode ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan perubahan psikologis pada ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Tambelang Bekasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester pertama (hamil pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*, yaitu seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi menjadi responden penelitian. Total sampel yang diperoleh sebanyak 50 responden. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Tambelang Bekasi pada periode Januari hingga Mei 2024. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu kuesioner dukungan suami dan kuesioner perubahan psikologis pada ibu hamil. Kuesioner ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan dalam penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dari variabel penelitian, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan perubahan psikologis ibu hamil. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan dengan nomor izin etik yang diterbitkan sebelum pengumpulan data. Responden diberikan lembar informasi dan informed consent sebelum mengikuti penelitian untuk memastikan bahwa partisipasi mereka bersifat sukarela dan berdasarkan pemahaman yang jelas mengenai tujuan penelitian.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Pendidikan Terakhir Responden di Puskesmas Tambelang Kabupaten Bekasi Tahun 2024

| Pendidikan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| SD | 14 | 28% |
| SMP | 23 | 46% |
| SMA | 12 | 24% |
| S1 | 1 | 2% |
| Total | 50 | 100% |

Berdasarkan tabel 1 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang, dimana terdapat 14 ibu (28%) yang lulusan SD, terdapat 23 ibu (46%) yang lulusan SMP, terdapat 12 ibu (24%) yang lulusan SMA, dan terdapat 1 ibu (2%) yang lulusan S1.

Berdasarkan tabel 2 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang, dimana terdapat 15 ibu (30%) sebagai ibu rumah tangga, terdapat 30 ibu (60%) sebagai buruh, terdapat 5 ibu (10%) sebagai pedagang.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dari Pekerjaan Responden di Puskesmas Tambelang Kabupaten Bekasi Tahun 2024

| Pekerjaan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| IRT | 15 | 30% |
| Buruh | 30 | 60% |
| Pedagang | 5 | 10% |
| Total | 50 | 100% |

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dari Usia Responden di Puskesmas Tambelang Kabupaten Bekasi Tahun 2024

| Usia | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| <20 | 21 | 42% |
| 20-30 | 29 | 58% |
| Total | 50 | 100% |

Berdasarkan tabel 3 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang, dimana terdapat 21 ibu (42%) yang berusia kurang dari 20 tahun, dan terdapat 29 ibu (58%) yang berusia 20 sampai 30 tahun.

Analisis Univariat

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Dukungan Informasi Suami Responden di Puskesmas Kabupaten Bekasi

| Dukungan Informasi | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|--------------------|---------------|----------------|
| Kurang | 45 | 90% |
| Cukup | 3 | 6% |
| Baik | 2 | 4% |
| Total | 50 | 100 % |

Berdasarkan tabel 4 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang, dimana 45 responden (90%) dengan dukungan informasi dari suami kurang, terdapat 3 responden (6%) dengan dukungan informasi dari suami cukup, dan terdapat 2 responden (4%) dengan dukungan informasi dari suami baik.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Dukungan Penghargaan Suami Responden di Puskesmas Kabupaten Bekasi

| Dukungan Penghargaan | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| Kurang | 23 | 46% |
| Cukup | 17 | 34% |
| Baik | 10 | 20% |
| Total | 50 | 100 % |

Berdasarkan tabel 5 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang, dimana 23 responden (46%) dengan dukungan penghargaan dari suami kurang, terdapat 17 responden (34%) dengan dukungan penghargaan dari suami cukup, dan terdapat 10 responden (20%) dengan dukungan penghargaan dari suami baik.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Dukungan Instrumental Suami Responden di Puskesmas Kabupaten Bekasi

| Dukungan Instrumental | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|-----------------------|---------------|----------------|
| Kurang | 33 | 66% |
| Cukup | 9 | 18% |
| Baik | 8 | 16% |
| Total | 50 | 100 % |

Berdasarkan tabel 6 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang, dimana 33 responden (66%) dengan dukungan instrumental dari suami kurang, terdapat 9 responden (18%) dengan dukungan instrumental dari suami cukup, dan terdapat 8 responden (16%) dengan dukungan instrumental dari suami baik.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Dukungan Emosional Suami Responden di Puskesmas Kabupaten Bekasi

| Dukungan Emosional | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|--------------------|---------------|----------------|
| Kurang | 31 | 62% |
| Cukup | 11 | 22% |
| Baik | 8 | 16% |
| Total | 50 | 100 % |

Berdasarkan tabel 7 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang, dimana 31 responden (62%) dengan dukungan emosional dari suami kurang, terdapat 11 responden (22%) dengan dukungan emosional dari suami cukup, dan terdapat 8 responden (16%) dengan dukungan emosional dari suami baik.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Perubahan Psikologis

| Perubahan Psikologis | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|------------------------|---------------|----------------|
| Adanya Perubahan | 42 | 84% |
| Tidak adanya perubahan | 8 | 16% |
| Total | 50 | 100 % |

Berdasarkan tabel 8 jumlah responden secara keseluruhan terdapat 50 orang. Dimana 42 responden (84%) dengan adanya perubahan psikologis selama kehamilan trimester 1, dan terdapat 8 responden (16%) dengan tidak adanya perubahan psikologis selama kehamilan trimester 1.

Analisis Bivariat

Tabel 1. Hubungan Dukungan Suami dengan Perubahan Psikologis Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi

| Dukungan suami | Perubahan psikologis | | | | Total | Nilai p |
|----------------|----------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|---------|
| | Ada perubahan | | Tidak ada perubahan | | | |
| | N | % | N | % | N | N |
| Baik | 0 | 0 | 2 | 4 | 2 | .000 |
| Cukup | 0 | 0 | 6 | 12 | 6 | |
| Kurang | 42 | 84 | 0 | 0 | 42 | |
| Total | 42 | 84 | 8 | 16 | 50 | |

Berdasarkan tabel 9 hasil penelitian didapatkan responden yang memiliki dukungan suami baik dengan adanya perubahan psikologis berjumlah 0 responden (0%), responden yang memiliki dukungan suami baik dengan tidak ada perubahan psikologis berjumlah 2 responden (4%), responden yang memiliki dukungan suami cukup dengan adanya perubahan psikologis berjumlah 0 responden (0%), responden yang memiliki dukungan suami cukup dengan tidak ada perubahan psikologis berjumlah 6 responden (12%), responden yang memiliki dukungan suami kurang dengan adanya perubahan psikologis berjumlah 42 responden (84%), responden yang memiliki dukungan suami kurang dengan tidak ada perubahan psikologis berjumlah 0 responden (0%). Berdasarkan Analisa statistik menunjukkan bahwa nilai P-value 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat diartikan bahwa H_a ditolak

yang berarti terdapat adanya hubungan antara Dukungan Suami Dengan Perubahan Psikologis Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama).

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Dukungan Suami pada Perubahan Psikologis Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 90% responden mengalami dukungan informasi dari suami yang kurang. Hal ini berpotensi memperburuk keadaan psikologis ibu hamil. Penelitian oleh Dinarum dan Rosyidah (2020) menggarisbawahi bahwa kurangnya perhatian dan dukungan dari suami dapat menyebabkan peningkatan kecemasan dan depresi pada ibu hamil. Dalam konteks ini, dukungan dari suami bukan hanya penting untuk kesehatan fisik, tetapi juga untuk kesehatan mental, yang sering kali diabaikan. Agi Saputra dan M.Fatkhul Mubin (2020) juga mencatat bahwa komunikasi yang baik antara suami dan istri sangat penting untuk mendukung kesehatan mental selama kehamilan. Keberadaan suami yang aktif terlibat dalam proses kehamilan dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih stabil secara emosional. Penelitian ini menunjukkan bahwa suami yang lebih terlibat dalam perawatan antenatal dapat mengurangi perasaan cemas dan meningkatkan kepercayaan diri ibu.

Selain itu, studi oleh Romero-Gonzalez et al. (2020) menemukan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan emosional dari pasangan mereka merasa lebih tenang dan menunjukkan tingkat stres yang lebih rendah. Penelitian Nasution dan Rizki (2020) juga menunjukkan bahwa 70% ibu hamil merasa dukungan suami dalam pemeriksaan antenatal sangat penting. Ini menunjukkan perlunya pelatihan dan edukasi bagi suami untuk memahami peran mereka dalam memberikan dukungan emosional.

Perubahan Psikologis Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi

Pada penelitian ini, 84% responden mengalami perubahan psikologis, yang termasuk gejala kecemasan, depresi, dan perubahan suasana hati. Data dari WHO (2022) menunjukkan bahwa 36% ibu hamil primigravida merasa cemas, dan 22% merasa kurang percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa banyak ibu hamil menghadapi tantangan psikologis yang signifikan selama trimester pertama. Kartika Adyani et al. (2023) menambahkan bahwa perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan dapat memperburuk kondisi psikologis jika tidak diimbangi dengan dukungan yang memadai. Penelitian Musfiroh et al. (2023) menunjukkan bahwa wanita hamil yang menghadapi ketidakpastian mengenai kehamilan mereka lebih rentan terhadap kecemasan dan depresi. Dalam konteks ini, dukungan dari suami dapat menjadi faktor penyangga yang penting terhadap dampak negatif dari perubahan hormonal.

Hasil penelitian ini juga mencerminkan temuan oleh Rolly Lenci Natalia et al. (2022), yang menunjukkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan dari suami mengalami perubahan psikologis yang lebih positif. Dukungan suami berfungsi sebagai buffer terhadap stres yang dialami, membantu ibu hamil untuk mengatasi gejala yang muncul.

Analisis Bivariat

Hubungan Dukungan Suami dengan Perubahan Psikologis Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi

Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan perubahan psikologis ibu hamil, dengan nilai p-value 0.000. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Dwi Febriati dan Zakiyah (2022), yang menemukan bahwa dukungan

keluarga secara keseluruhan berpengaruh pada kesehatan mental ibu hamil. Penelitian oleh Remilda Armika Vianti dan Ade Irma Nahdliyyah (2023) juga menekankan bahwa dukungan emosional dari suami berperan dalam mengurangi stres dan kecemasan selama masa kehamilan. Menurut (Karo, 2020) menjelaskan bahwa pada trimester awal, dukungan dari pasangan sangat penting untuk mengatasi perubahan emosional yang terjadi. Ini didukung oleh penelitian oleh Sukaedah dan Fadilah (2021), yang menemukan bahwa dukungan suami berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu primigravida. Penemuan ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan suami, semakin rendah kemungkinan ibu hamil mengalami perubahan psikologis yang negatif.

Hasil penelitian ini juga mencocokkan dengan temuan oleh Romero-Gonzalez et al. (2020), yang menyatakan bahwa dukungan emosional dapat menjadi buffer terhadap stres dan kecemasan selama masa kehamilan. Dalam banyak kasus, kekurangan dukungan dapat menyebabkan peningkatan kecemasan yang signifikan dan memperburuk kondisi psikologis ibu hamil. Dengan demikian, dukungan suami tidak hanya berfungsi untuk meningkatkan kesehatan mental ibu, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan janin. Berdasarkan Analisa statistik menunjukkan bahwa nilai P-value 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat diartikan bahwa Ha ditolak yang berarti terdapat adanya hubungan antara Dukungan Suami Dengan Perubahan Psikologis Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa Adanya Hubungan Dukungan Suami dengan Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil Trimester 1 (hamil pertama) di Puskesmas Tambelang, dengan nilai P-Value 0.000 ($P < 0.05$), maka terdapat hubungan antara Dukungan Suami Terhadap Perubahan Psikologis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada pimpinan dan staf Puskesmas Tambelang Bekasi yang telah memberikan izin penelitian serta bantuan dalam pengumpulan data. Penghargaan yang setinggi-tingginya juga kami berikan kepada para responden, khususnya ibu hamil trimester pertama, yang bersedia meluangkan waktu dan berbagi pengalaman mereka. Tidak lupa, kami sampaikan apresiasi kepada para dosen pembimbing, rekan peneliti, serta keluarga yang senantiasa memberikan motivasi dan dukungan moril. Semoga jurnal ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan ibu dan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agi Saputra, M. Fatkhul Mubin, S. (2020). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Pada Trimester Tiga Di BPS Ny. Murwati Tony AMD. Kabupaten Kota Semarang 3 Agi. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 24–35.
- Christina Roos Etty1, J. M. S. Y. V. S. (2020). Analisis Dukungan Suami Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Klinik Wanti Mabar Hilirkecamatan Medan Deli Kota Medan. *Christina Roos Etty1, Julia Mahdalena Siahaan2, Yolanda Vrentina Sinaga3*, 2 no 2(2), 63–49.
- Dinarum, & Rosyidah, H. (2020). Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Call for Paper Seminar Nasional Kebidanan*, 2(2), 90–95.
- Dwi Febriati, L., & Zakiah, Z. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 23–31.
- Ii, B. A. B., & Pustaka, A. T. (2019). *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. 8–23.

- Ilustri. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Masa Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 9(2), 218–228.
- Karo, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologi Trimester I Dengan Sikap Ibu Hamil Dalam Menghadapi Masa Kehamilan. *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologi Trimester I Dengan Sikap Ibu Hamil Dalam Menghadapi Masa Kehamilan*, 7, 1–25.
- Kartika Adyani, Alfiah Rahmawati, & Pebrianti, A. (2023). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kesehatan Mental pada Ibu Selama Kehamilan : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(6), 1033–1038.
- Nasution, Rizki, I. (2020). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Pemeriksaan Antenatal Care Di Kelurahan Bonan Dolok Kecamatan Padangsidimpuan Utara Kota Padangsidimpuan Tahun 2020. In *Fakultas Kesehatan* (Vol. 1, Issue 2).
- Nurliana, D., Idaningsih, A., Yuwansyah, Y., & YPIB Majalengka, Stik. (2021). Analisis Masalah Psikologis Pada Ibu Hamil Di Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Haurseah Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Argapura Kabupaten Majalengka Tahun 2021. *Jurnal Doppler*, 5(2), 100–108.
- Pamulat, N. A. (2020). Literatur Review Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan. *Literature Review*.
- Ratna Sari, N. L. P. M., Parwati, N. W. M., & Indriana, N. P. R. K. (2023). The Correlation Between Mother's Knowledge Level And Husband Support Toward Anxiety Level Of Pregnant Mother In The Third Trimester During Labor. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(1), 35–44.
- Remilda Armika Vianti, & Ade Irma Nahdliyyah. (2023). Edukasi Dukungan Suami Pada Ibu Hamil. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(9), 6227–6234.
- Rolly Lenci Natalia, Deby Cyntia Yun, Marlioni Marlioni, & Imarina Tarigan. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologi Trimester I dengan Sikap Ibu Hamil dalam Menghadapi Masa Kehamilan di Puskesmas Medan Amplas Tahun 2022. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, 1(2), 180–187.
- Romero-Gonzalez, B., Caparros-Gonzalez, R. A., Gonzalez-Perez, R., Garcia-Leon, M. A., Arco-Garcia, L., & Peralta-Ramirez, M. I. (2020). “I am pregnant. Am I different?”: Psychopathology, psychological stress and hair cortisol levels among pregnant and non-pregnant women. *Journal of Psychiatric Research*, 131(April), 235–243.
- Sukaedah, E., & Fadilah, L. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 3(1), 56–62.
- Wijayanti, N. K. N. (2021). Gambaran Kunjungan Antenatal Care Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid Di Wilayah Puskesmas Bebandem Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan*, 6–24.