



*Mother's Knowledge and Husband's Support to The Adaptation of Psychological Changes Primigravida Trimester I in PMB (Independent Practice Midwife) Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok, 2020*

**Pengaruh Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami terhadap Adaptasi Perubahan Psikologis Ibu Hamil Primigravida Trimester I di PMB (Praktik Mandiri Bidan) Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok Tahun 2020**

**Rina Wijayanti**

STIKes RSPAD Gatot Soebroto

Jl. Abdul Rahman Saleh No. 24 Jakarta Pusat

[rina.rinaok@gmail.com](mailto:rina.rinaok@gmail.com)

**Abstract**

*In her life a woman will experience sensitive times that is when pregnancy is present, because at that time women will become vulnerable to the onset of physical and mental disorders. The support of the husband during pregnancy, childbirth and postpartum is indispensable. The purpose of this study is to know the influence of knowledge and support of husbands on the adaptation of psychological changes primigravida trimester I. The type of research used is quantitative research with a cross sectional approach. The population used by all Trimester I pregnant women who conducted the examination period January - June 2020 in The Independent Practice of Midwives Cisalak Village Market District Cimanggis - Depok, using accidental sampling. The instrument used is questionnaire. The results of the study there is an influence of knowledge on the adaptation of psychological changes Primigravida Trimester I pregnant women with p value = 0.001, and OR = 7,547 (2,402 – 23,708) and there is an influence of husband support on the adaptation of psychological changes primigravida Trimester I with p value = 0.000, and OR = 15,536 (3,114–77,519).*

**Keywords:** *trimester I, psychological changes, knowledge, husband support*

**Abstrak**

Dalam kehidupannya seorang wanita akan mengalami masa-masa sensitive yaitu disaat kehamilan hadir, sebab masa itu wanita akan menjadi rentan terhadap timbulnya gangguan secara fisik dan mental. Dukungan suami selama kehamilan, persalinan dan pasca persalinan sangat diperlukan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui Pengaruh Pengetahuan dan Dukungan Suami terhadap adaptasi perubahan psikologis Ibu hamil Primigravida Trimester I. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan seluruh ibu hamil Trimester I yang melakukan pemeriksaan periode Januari – Juni 2020 di Praktek Mandiri Bidan Wilayah Kelurahan Cisalak Pasar Kecamatan Cimanggis – Depok, dengan menggunakan *accidental sampling*. Instrument yang digunakan yaitu Kuesioner. Hasil penelitian terdapat pengaruh pengetahuan terhadap adaptasi perubahan psikologis Ibu hamil Primigravida Trimester I dengan p value = 0,001, dan OR = 7,547 (2,402 – 23,708) dan terdapat pengaruh dukungan suami terhadap adaptasi perubahan psikologis Ibu hamil Primigravida Trimester I dengan p value = 0,000, dan OR = 15,536 (3,114–77,519).

**Kata kunci:** *trimester I, perubahan psikologis, pengetahuan, dukungan suami.*



## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan masa yang sangat sensitif dalam kehidupan seorang wanita, rentan terhadap penyakit fisik dan mental. Perawatan kesehatan ibu selama hamil telah dilakukan selama kurang lebih 100 tahun. Perawatan kesehatan ibu selama hamil merupakan bagian penting dari sistem kesehatan, tujuannya adalah untuk menjaga kesehatan ibu selama masa kehamilan dan persalinan, sehingga kesehatan ibu dan bayi tetap terjaga (Gonjei et al., 2011). Kehamilan juga merupakan peristiwa transisi sosial dan psikologis yang sangat penting. Menurut tinjauan ilmiah, kehamilan merupakan proses fisiologis yang normal, tidak hanya terkait dengan biologi, tetapi juga dengan aspek sosial, budaya, psikologis, emosional dan spiritual dalam kehidupan perempuan. Setiap wanita harus memiliki kepercayaan diri dan pengetahuan yang cukup untuk bertanggung jawab atas dirinya dan janinnya selama kehamilan, karena wanita memikul tugas mulia perkembangan dalam melanjutkan generasi ini (Underdown dan Barlow, 2012).

Untuk menyelesaikan tugas perkembangan selama kehamilan, wanita melalui tiga tahap adaptasi sesuai dengan pembagian tiga bulan kehamilan. Pada awal kehamilan, perempuan akan beradaptasi dengan peran barunya untuk menerima kehamilan dan beradaptasi dengan peran baru tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Wanita hamil harus mampu mengubah konsep diri dan menjadi calon orang tua. Secara bertahap, wanita hamil berubah dari bebas dan fokus pada diri sendiri menjadi berdedikasi untuk memberikan cinta kepada orang lain. Pada tahap ini, meski ibu hamil tidak memiliki tanda fisik yang jelas, menemukan peran baru dan menata ulang hubungannya dengan lingkungan akibat kehamilan, ibu hamil tetap harus melakukan tugas-tugas perkembangan (Bobak et al., 2005; Leifer, 2015; Varneteal, 2007).

Pada trimester kedua, wanita tersebut akan mempercepat olahraga, setelah itu dia mulai mengalihkan perhatiannya ke kehamilan. Ia telah mampu menerima janin di dalam rahim, yang merupakan bagian mandiri dan tumbuh yang ia butuhkan untuk tumbuh. Saat seorang wanita dapat membedakan dirinya dari janin yang dikandungnya adalah awal dari tanggung jawab yang terlibat dalam hubungan ibu-anak. Pada tahap akhir kehamilan, wanita mulai dengan sungguh-sungguh menerima peran ibu dalam mempersiapkan persalinan dan mengasuh anak. Wanita yang secara aktif menerima peran tersebut akan secara aktif mempersiapkan diri melalui pemeriksaan prenatal dan berkomunikasi dengan wanita hamil lainnya untuk mendapatkan informasi terbaik tentang peran barunya (Bobak et al., 2005; Leifer, 2015; Varney et al., 2007).

Menyadari peran ibu melalui perubahan psikologis selama kehamilan merupakan tugas yang harus diselesaikan oleh perempuan, karena bila gagal akan berdampak negatif, seperti berbagai komplikasi selama kehamilan, persalinan, nifas bahkan menyusui. Depresi selama kehamilan adalah salah satu efek yang tidak efektif. Selain mempengaruhi ibu, ibu hamil yang menderita depresi juga dapat mempengaruhi kesehatan janin dalam kandungan dengan meningkatkan risiko tumbuh kembang janin sehingga membuatnya sangat ringan dan cacat saat lahir. Gaya hidup, pengayaan nutrisi dan aktivitas ibu hamil dengan depresi juga dapat mempengaruhi kondisi ini (Charmichael et al., 2014; Burns et al., 2015) dan dukungan orang terdekat.

Oleh karena itu, pemenuhan peran ibu selama kehamilan membutuhkan dukungan keluarga, sosial dan kesehatan yang luas. Dalam hal ini dibutuhkan peran dan dukungan suami sebagai orang terdekat. Peran dan dukungan suami tentunya terkait dengan pemahaman mereka terhadap perubahan psikologis dan fisik ibu hamil. Hasil penelitian terkait pembayaran tunjangan suami telah banyak dilakukan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Kurnia Handayani dkk. (2019).

Penelitian tentang hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester II penelitian Puskesmas Verobrarang Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil pada ibu hamil trimester ketiga, dengan nilai  $p < 0,000$ . Selain itu, hasil penelitian lain terkait pola asuh suami juga menunjukkan hasil yang signifikan ( $p$  value 0,00) yaitu penelitian pola asuh dan status kesehatan suami serta kecemasan ibu hamil menjelang persalinan oleh Windatania Mayasari et al. (2019). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanifah, Umy, (2019) Hasil penelitian menunjukkan nilai  $p < 0,016 < 0,05$  yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan pada anak pertama. ibu hamil lahir trimester II di Puskesmas Umbulharjo I menghadapi hubungan persalinan dengan Kota Yogyakarta.

**Mother's Knowledge and Husband's Support to The Adaptation of Psychological Changes Primigravida Trimester I in PMB (Independent Practice Midwife) Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok, 2020**

**Rina Wijayanti**  
STIKes RSPAD Gatot Soebroto

Menurut hasil penelitian Hanifa, Amalia (2020), tentang *Hubungan Dukungan Suami terhadap Risiko Terjadinya Depresi Postpartum pada Ibu Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2019*, menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan risiko terjadinya depresi postpartum dengan p-value 0,000. Sedangkan hasil penelitian Sokoya, Mosunmola, dkk. (2014), tentang *Women's Perception of Husbands' Support During Pregnancy, Labour and Delivery* yang dilakukan pada 200 ibu hamil, menyatakan bahwa dukungan suami selama kehamilan, persalinan dan pascapersalinan sangat diperlukan, 96,5% dari peserta mendapatkan dukungan dari suami, 86,5% mengatakan bahwa dukungan suami membuat kehamilan menjadi tidak stres dan 94,5% mengatakan bahwa pemberian suami atas kebutuhan selama hamil, bersalin dan nifas memberikan rasa aman dan nyaman (keamanan emosional). Selain itu, 83,5% dari peserta memahami bahwa kurangnya dukungan suami selama kehamilan, persalinan, dan pascapersalinan dapat menimbulkan bahaya/komplikasi pada dirinya. Namun masih ditemukan kurangnya dukungan suami kepada istrinya saat hamil, hal ini ditunjukkan dari hasil penelitian bahwa sangat sedikit dari suami yang terlibat langsung dalam perawatan kehamilan istrinya, yaitu hanya 42% wanita yang ditemani untuk kunjungan antenatal.

Berdasarkan hal tersebut, setiap ibu hamil harus mendapatkan perawatan fisik dan mental yang menyeluruh, yaitu menerima tingkah laku, kemitraan dan konselingnya. Asuhan terpadu semacam ini dapat mendeteksi penyimpangan perilaku mental ibu saat menjalankan tugasnya, sehingga petugas kesehatan dapat menyaring penyimpangan dan menentukan jenis perawatan psikologis yang perlu diberikan. Berdasarkan bukti, perawatan komprehensif pada trimester pertama memiliki efek positif pada kelangsungan hidup selama trimester terakhir kehamilan, bahkan hingga persalinan (Lancaster et al., 2010; Modh et al., 201).

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode survei melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner dengan pendekatan *cross sectional*. Setiap subjek hanya diobservasi satu kali saja dengan pendekatan kuantitatif yang ditunjukkan untuk mengetahui pengaruh pengetahuan dan dukungan suami terhadap adaptasi perubahan psikologis pada ibu hamil primipara. Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan cara wawancara kepada ibu hamil yang menjadi sampel penelitian. Uji validitas dan reliabilitas pada kuesioner dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen yang disusun benar-benar mampu mengukur apa yang diinginkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Adapun hasil penelitian digambarkan pada tabel berikut.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Adaptasi Perubahan Psikologis, Pengetahuan, dan Dukungan Suami Ibu Hamil Primigravida Trimester I di PMB Wilayah Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok Tahun 2020**

Variabel		F	%
Adaptasi Perubahan Psikologis	Baik	31	51,7
	Tidak Baik	29	48,3
Total		60	100
Pengetahuan Ibu	Baik	31	51,7
	Kurang	29	48,3

	<i>Total</i>	60	100
Dukungan Suami	Mendukung	43	71,7
	Tidak Mendukung	17	28,3
	<i>Total</i>	60	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa persentase Adaptasi perubahan psikologis yang baik lebih besar dibandingkan dengan yang memiliki adaptasi perubahan psikologis tidak baik yaitu 51,7% (31 responden) dan 48,3% (29 responden). Pada variabel pengetahuan responden dengan pengetahuan baik sebanyak 51,7% (31 responden) lebih besar dari responden dengan pengetahuan kurang yaitu 48,3% (29 responden). Pada persentase dukungan suami terlihat bahwa mendukung memiliki persentase yang lebih besar dibandingkan dengan yang tidak mendukung yaitu 71,7% (43 responden) dan 28,3% (17 responden)

Analisis bivariat pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pengetahuan dan dukungan yang merupakan variabel bebas dengan Adaptasi perubahan psikologis yang merupakan variabel terikat. Terdapatnya pengaruh yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen ditunjukkan dengan nilai  $p < 0,05$ .

**Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Pengaruh Pengetahuan dan Dukungan Suami terhadap Adaptasi Perubahan Psikologis Ibu Hamil Primigravida Trimester I di PMB Wilayah Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok, Tahun 2020**

No	Variabel	Adaptasi Perubahan Psikologis				p value	OR (95% CI)
		Baik	%	Tidak Baik	%		
1	<b>Pengetahuan</b>						
	▪ Baik	23	74,2	8	25,8	0.001*	7,547
▪ Kurang	8	27,6	21	72,4	(2,402 – 23,708)		
2	<b>Dukungan Suami</b>						
	▪ Mendukung	29	67,4	14	32,6	0.000*	15,536
▪ Tidak Mendukung	2	11,8	15	88,2	(3,114 – 77,519)		

Ket \* = Signifikan

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada variabel pengetahuan diketahui persentase responden yang memiliki pengetahuan baik terhadap adaptasi perubahan psikologis yang baik lebih besar dibandingkan dengan pengetahuan responden yang kurang yaitu 74,2% (23 responden) dan pengetahuan kurang dengan adaptasi perubahan psikologis baik sebesar 27,6% (8 responden), sedangkan pada responden dengan pengetahuan baik terhadap adaptasi perubahan psikologis tidak baik sebanyak 25,8% (8 responden) dan pengetahuan kurang 72,4% (21 responden). Hasil analisis didapatkan  $p\ value = 0,001$ , artinya ada pengaruh pengetahuan ibu dengan adaptasi perubahan psikologis. Hasil uji keamatan pengaruh pengetahuan terhadap adaptasi perubahan psikologis diperoleh  $OR = 7,547$  (95% CI, 2,402 – 23,708), artinya responden yang memiliki pengetahuan baik memiliki pengaruh 7 kali lebih besar mampu beradaptasi terhadap perubahan psikologis dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan kurang.

Pada variabel dukungan suami diketahui bahwa antara yang mendukung dan tidak mendukung, terhadap adaptasi perubahan psikologis baik yang mendukung memiliki persentase lebih besar dibandingkan tidak mendukung yaitu 67,4% (29 responden) dan persentase tidak mendukung sebesar 11,8% (2 responden), sedangkan persentase adaptasi perubahan psikologis tidak baik yang memiliki persentase terbesar adalah tidak mendukung yaitu 88,2% (15 responden) diikuti yang mendukung sebesar 32,6% (14 responden). Hasil analisis uji  $chi\ square$  diketahui  $p\ value = 0.000$  artinya ada pengaruh dukungan suami terhadap adaptasi perubahan psikologis ibu hamil primigravida. Hasil uji keamatan pengaruh dukungan suami terhadap adaptasi perubahan psikologis diperoleh  $OR =$

**Mother's Knowledge and Husband's Support to The Adaptation of Psychological Changes  
Primigravida Trimester I in PMB (Independent Practice Midwife) Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok,  
2020**

**Rina Wijayanti**  
STIKes RSPAD Gatot Soebroto

15,536(95% CI, 3,114 – 77,519), artinya bahwa responden yang mendapat dukungan suami memiliki pengaruh 15 kali lebih besar terhadap adaptasi perubahan psikologis dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan dukungan.

### ***Pembahasan***

Kehamilan merupakan masa yang paling menyenangkan dan biasa menjadi masa penantian dari setiap pasangan yang telah menjalin ikatan suami istri. Pada masa kehamilan seorang wanita akan mengalami berbagai macam perubahan baik fisik maupun psikologis. Tahapan perubahan dalam kehamilan terbagi menjadi tiga yaitu trimester I, trimester II dan trimester III. Salah satu tahapan psikologis pada trimester I yaitu merupakan masa penyesuaian. Penyesuaian yang dilakukan wanita hamil tersebut adalah terhadap kenyataan bahwa dirinya sedang hamil. Sebagian besar wanita merasa sedih dan ambivalen tentang kenyataan bahwa dirinya hamil. 80% wanita mengalami kekecewaan, penolakan, kecemasan, depresi, dan kesedihan. Adanya perubahan psikologis tersebut maka ibu hamil harus mampu beradaptasi khususnya pada saat di awal trimester, sehingga dapat melewati di setiap tahapan berikutnya. Mengingat kondisi tersebut akan dapat memberikan dampak terhadap status kesehatan pada wanita hamil. Walaupun terjadinya perubahan psikologis pada saat hamil adalah keadaan yang bisa dikatakan wajar dan normal terjadi, akan tetapi adaptasi dari perubahan yang terjadi seharusnya sudah dapat dipersiapkan jauh hari sebelum terjadi kehamilan, karena apabila adaptasi terhadap perubahan tersebut kurang dipersiapkan atau dipahami maka dapat berdampak terhadap kesehatan ibu dan janinnya serta pada trimester-trimester berikutnya.

Adaptasi pada masa kehamilan merupakan suatu cara bagaimana seorang ibu hamil mampu melewati perubahan – perubahan yang dialaminya dan mampu mengatasi jika ada hal yang tidak sesuai dengan harapannya. Salah satu yang sering terlupakan di masyarakat adalah perubahan psikologis. Dalam teori Pieterdan Naora (2010) terdapat penjelasan bahwa psikologis ibu hamil diartikan sebagai periode krisis, yaitu gangguan dan perubahan dalam identifikasi peran. Pengertian krisis adalah ketidakseimbangan psikologis yang disebabkan oleh situasi atau tahap perkembangan. Faktor penyebab terjadinya perubahan psikologis pada ibu hamil adalah meningkatnya produksi hormon progesteron. Progesteron mempengaruhi kondisi psikologis mereka, tetapi tidak selalu dipengaruhi oleh progesteron dan menjadi dasar dari perubahan psikologis, tetapi kerentanan psikologis seseorang atau kepribadian terkenal.

Hasil penelitian diketahui bahwa dari 60 responden yang memiliki adaptasi perubahan psikologis lebih banyak dibandingkan dengan tidak baik, walaupun besarnya tidak terlalu jauh, yaitu 31 responden (51,7%) dan 29 responden (48,3%). Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan Rustikayanti,dkk (2016) bahwa dari 46 responden yang mengalami perubahan psikologis positif sebanyak 25 orang (54,3%) dan yang memiliki perubahan psikologis negatif sebanyak 21 orang (45,7%). Angka tersebut menunjukkan bahwa adaptasi perubahan psikologis pada ibu hamil belum sepenuhnya dapat dilewati dengan baik. Hal ini diduga terjadi karena adanya beberapa faktor yang bisa berpengaruh terhadap adaptasi tersebut baik dari diri ibu hamil maupun dari lingkungan. Oleh karena itu perlu diketahui lebih lanjut pengaruh yang dapat mendukung adaptasi baik dalam perubahan psikologis selama masa kehamilan. Mengingat risiko perubahan psikologis jika tidak dapat dilalui dengan baik akan berdampak terhadap kesehatan ibu baik fisik maupun mental, sehingga dapat berpengaruh juga terhadap kondisi janinnya.

Perubahan psikologis yang sering terjadi di antaranya adalah perubahan sikap dan emosi, kondisi tersebut merupakan hal yang wajar selama kehamilan. Fenomena tersebut dialami hampir oleh sebagian besar ibu hamil, seperti perubahan suasana hati, yang dapat membuat ibu hamil mudah tersinggung, marah-marah atau menangis. Menurut Pieter & Namora, (2010) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa macam perubahan psikologi yang dapat terjadi pada ibu dimasa kehamilannya, di antaranya adalah perubahan emosional, cenderung malas, sensitif, mudah cemburu, meminta perhatian lebih, perasaan tidak nyaman, ambivalen, cemas, insomnia bahkan bisa mengalami depresi dan stres.



Sedangkan menurut Varney, (2009) perubahan psikologis di golongan berdasarkan trimester dalam kehamilan yaitu trimester pertama atau periode penyesuaian, pada kondisi ini sebagian besar wanita merasa sedih dan ambivalen tentang kenyataan bahwa dirinya hamil. 80% wanita mengalami kekecewaan, penolakan, kecemasan, depresi, dan kesedihan.

Adanya hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa seorang wanita yang hamil akan mengalami perubahan psikologis. Perubahan ini memiliki tahapan sesuai dengan usia kehamilannya. Perubahan psikologis dinyatakan hal yang normal terjadi akan tetapi dapat berdampak buruk terhadap kesehatan ibu hamil jika tidak mampu beradaptasi dengan baik. Oleh karena itu maka setiap wanita yang akan dan sedang hamil harus mendapatkan informasi yang tepat akan perubahan yang dapat terjadi pada dirinya khususnya perubahan psikologis.

Pengetahuan merupakan penginderaan terhadap objek yang dilakukan oleh seseorang sehingga dapat mengetahui sesuatu dan menyimpulkan akan informasi yang didapatkan. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Hal ini penting untuk membentuk tindakan seseorang. Sebagian besar pengetahuan dapat diperoleh melalui indra penglihatan dan pendengaran (Notoatmodjo, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 51,7% (31 responden) lebih besar dari responden dengan pengetahuan kurang yaitu 48,3% (29 responden). Dari hasil tersebut diketahui bahwa persentase responden yang memiliki pengetahuan baik terhadap adaptasi perubahan psikologis baik lebih besar dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan kurang yaitu 74,2% (23 responden) dan 27,6% (8 responden). Hasil analisis didapatkan  $p$  value = 0,001, artinya ada pengaruh pengetahuan dengan adaptasi perubahan psikologis pada ibu hamil primigravida, dengan nilai OR = 7,547 (95% CI, 2,402 – 23,708) yang berarti responden yang memiliki pengetahuan baik memiliki pengaruh 7 kali lebih besar mampu beradaptasi terhadap perubahan psikologis dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan kurang.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Br Karo, Serpina (2018) bahwa dari 57 responden yang memiliki pengetahuan baik dengan sikap baik tentang perubahan psikologi trimester I di wilayah kerja Puskesmas Namu Ukur tahun 2018, lebih besar dibandingkan dengan pengetahuan kurang yaitu 15 responden (93,8%) dan pengetahuan kurang 8 responden (26,7%) dengan hasil uji statistik menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan  $p$  value = 0,000; artinya ada hubungan pengetahuan ibu hamil tentang perubahan psikologi trimester I dengan sikap ibu hamil dalam menghadapi masa kehamilan.

Nelaziani, Lucky, dan Nailul Hikmi (2018) menyatakan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang perubahan psikologis diketahui bahwa dari 82 terdapat hampir sebagian ibu hamil 38 (46,3%), mempunyai pengetahuan baik, hampir sebagian ibu hamil 28 (34,1%) memiliki pengetahuan cukup dan sebagian kecil 16 (19,5%), memiliki pengetahuan kurang tentang perubahan psikologi saat hamil.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik terhadap adaptasi perubahan psikologis pada masa kehamilannya. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang dan merespons terhadap apa yang dilihat dan dirasakannya (Notoatmodjo, 2013).

Dalam hal ini semakin sering ibu hamil primigravida mendapatkan informasi yang tepat akan perubahan-perubahan yang dapat terjadi pada masa kehamilan khususnya perubahan psikologis maka akan semakin mudah untuk beradaptasi. Dikatakan baik dan kurangnya pengetahuan seseorang tidak terlepas pula dari pengaruh pendidikan. Apabila seseorang memiliki pendidikan yang lebih tinggi maka dirinya akan lebih mudah dalam mengetahui, mengerti dan memahami. Selain itu dengan adanya kemudahan mencari informasi melalui kecanggihan teknologi seperti kondisi sekarang ini bahwa tidak menutup kemungkinan ibu hamil muda atau ibu yang baru mengalami kehamilan akan lebih banyak mencari informasi melalui akses internet atau aplikasi, dengan baiknya pengetahuan ibu hamil tentang perubahan psikologi ini maka akan berdampak positif terhadap tingkat kecemasan yang dapat dirasakan ibu hamil karena ibu sudah mengerti dan memahami bahwa perubahan-perubahan tersebut merupakan hal yang wajar terjadi pada ibu hamil.

Hasil penelitian pada persentase dukungan suami terlihat bahwa mendukung memiliki persentase yang lebih besar dibandingkan dengan yang tidak mendukung yaitu 71,7% (43 responden) dan 28,3% (17 responden). Sedangkan besaran hasil dilihat dari yang mendukung dan tidak mendukung terhadap adaptasi perubahan psikologis baik diketahui bahwa yang mendukung memiliki persentase

**Mother's Knowledge and Husband's Support to The Adaptation of Psychological Changes  
Primigravida Trimester I in PMB (Independent Practice Midwife) Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok,  
2020**

**Rina Wijayanti**  
STIKes RSPAD Gatot Soebroto

lebih besar dibandingkan tidak mendukung yaitu 67,4% (29 responden) dan persentase tidak mendukung sebesar 11,8% (2 responden), sedangkan persentase adaptasi perubahan psikologis tidak baik yang memiliki persentase terbesar adalah tidak mendukung yaitu 88,2% (15 responden) diikuti yang mendukung sebesar 32,6% (14 responden). Berdasarkan uji *chi square* diketahui *p value* = 0.000 artinya ada pengaruh dukungan suami terhadap adaptasi perubahan psikologis ibu hamil primigravida, dengan OR = 15,536(95% CI, 3,114 – 77,519), artinya bahwa responden yang mendapatkan dukungan suami memiliki pengaruh 15 kali lebih besar terhadap adaptasi perubahan psikologis dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan dukungan.

Berdasarkan hasil penelitian Sokoya, Mosunmola, dkk. (2014) tentang *Women's perception of husbands' support during pregnancy, labour and delivery* yang dilakukan pada 200 ibu hamil, menyatakan bahwa dukungan suami selama kehamilan, persalinan dan pasca persalinan sangat diperlukan, 96,5% dari peserta mendapatkan dukungan dari suami, 86,5% mengatakan bahwa dukungan suami membuat kehamilan menjadi tidak stres dan 94,5% mengatakan bahwa perhatian suami akan kebutuhan selama hamil, bersalin dan nifas memberikan rasa aman dan nyaman (keamanan emosional). Selain itu, 83,5% dari peserta memahami bahwa kurangnya dukungan suami selama kehamilan, persalinan, dan pasca persalinan dapat menimbulkan bahaya/ komplikasi pada dirinya.

Beberapa hasil penelitian yang selaras juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan suami terhadap istri, seperti penelitian yang dilakukan oleh Diani & Luh Kadek, (2013) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh dukungan suami terhadap istri yang mengalami kecemasan pada kehamilan trimester ketiga dengan nilai sig. sebesar 0,000 ( $p < 0.05$ ), dari hasil tersebut menyebutkan bahwa terdapat perbedaan pada dukungan suami berdasarkan tingkat kecemasan tinggi dan rendah yang dialami oleh ibu hamil yaitu ibu yang tinggal dengan suami akan memiliki tingkat kecemasan lebih rendah dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak tinggal dengan suaminya, memiliki kecemasan tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa dukungan suami terhadap istri di saat kehamilan sangat berpengaruh terhadap adaptasi psikologis ibu.

Hasil penelitian lain terkait dengan dukungan suami telah banyak dilakukan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Handayani, Kurnia, dkk. (2019) tentang hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Wirobrajan Kota Yogyakarta, yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan nilai *p value* 0,000. Selain itu hasil penelitian lain yang terkait dengan dukungan suami juga menunjukkan hasil yang signifikan (*p-value* 0,000) yaitu penelitian dari Windatania, Mayasari, dkk, (2019) tentang dukungan suami dan status kesehatan dengan kecemasan ibu hamil primigravida menjelang persalinan. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanifah, Umy (2019) di mana hasil didapatkan *p value* 0,016  $< 0,05$  menunjukkan adanya hubungan dukungan suami dengan kecemasan ibu hamil primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Umbulharjo I Kota Yogyakarta. Menurut hasil penelitian Hanifa, Amalia (2020), tentang *Hubungan Dukungan Suami terhadap Risiko Terjadinya Depresi Postpartum pada Ibu Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2019*, menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan risiko terjadinya depresi postpartum dengan *p-value* 0,000.

Data tersebut menunjukkan bahwa dukungan suami memiliki peran penting di saat istri dalam masa maternal (hamil, bersalin dan nifas). Dukungan suami merupakan dukungan yang diberikan suami pada ibu hamil yang merupakan bentuk nyata dari kepedulian dan tanggung jawab suami dalam kehamilan dan kehidupan istri. Tanggung jawab tersebut berupa mengawasi, memelihara dan melindungi istri serta menjaga bayi yang dikandung (Diani & Luh Kadek, 2013). Beberapa bentuk dukungan suami yang sangat dibutuhkan oleh ibu hamil antara lain: memberi ketenangan istri, membantu sebagian pekerjaan istri atau memberikan pujian ringan bila istri merasa pegal (Jhaquin, 2010), menyiapkan tempat persalinan yang dapat dilakukan, menabung untuk biaya persalinan karena proses persalinan pasti memerlukan biaya dalam jumlah tertentu, menyiapkan donor darah, menanyakan hari perkiraan persalinan (HPL), mempersiapkan kendaraan apabila sewaktu-waktu ibu harus diantar ke Rumah Sakit atau Klinik Bersalin (Atmaja, 2010).



Dukungan suami terhadap kehamilan istri, baik secara fisik maupun psikologi sangat dibutuhkan, misalnya ikut mengantarkan melakukan pemeriksaan kehamilan sehingga suami mengetahui perkembangan kehamilan istrinya. Suami yang memberikan dukungan pada ibu hamil akan meningkatkan hormon endorfin yang dapat meningkatkan rasa gembira, tenang dan menurunkan rasa sakit. Hormon Endorfin juga memiliki peran dalam meningkatkan nafsu makan, aktivitas seksual, tekanan darah, suasana hati, dan meningkatkan ingatan (Wade dan Carol, 2010) dan dapat memberikan manfaat bagi ibu hamil di antaranya ibu hamil akan merasa nyaman, tenteram serta ibu semakin termotivasi untuk menjaga kesehatan kehamilannya (Melati & Raudatussalamah, 2012).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami memiliki peran yang tinggi terhadap ibu hamil khususnya pada ibu primigravida. Belum adanya pengalaman pada diri ibu tentang kehamilan, merupakan salah satu faktor utama untuk adanya pendampingan yang terus menerus sehingga ibu merasa tidak sendiri dalam melewati kesulitan dan ketidaknyamanan yang dirasakan, dengan adanya hal tersebut dipastikan ibu akan mampu beradaptasi terhadap perubahan psikologis yang dialaminya. Sebaliknya apabila dukungan suami kurang atau bahkan tidak ada, maka akan sangat berpengaruh terhadap adaptasi perubahan psikologis yang tidak baik pada istrinya. Keadaan tersebut akan berpengaruh juga terhadap kondisi kesehatan ibu dan janinnya baik secara fisik maupun mental.

Dukungan suami merupakan bentuk dari sikap, tindakan dan penerimaan segala hal yang terjadi pada istrinya. Suami akan selalu mendukung dan selalu siap siaga memberikan pertolongan jika diperlukan. Suami juga akan menjadi sumber yang pertama kali memberikan pertolongan istrinya yang sedang hamil. Dukungan konkret suami kepada istrinya dapat berupa mengajak istrinya untuk mencari pertolongan kepada penyedia layanan seperti dokter, bidan, puskesmas dan rumah sakit. Dukungan informasional suami dapat berupa informan seperti pemberian saran, sugesti, informasi yang bisa digunakan untuk mengungkapkan suatu masalah.

Dapat disimpulkan bahwa dukungan suami yang diberikan kepada istrinya saat hamil memberikan dampak positif dalam adaptasi perubahan psikologis yang terjadi. Oleh karena itu pentingnya edukasi dan informasi kepada calon orang tua khususnya suami yang merupakan orang pertama sekaligus sebagai pendamping istri harus memahami manfaat dari dukungan yang diberikan karena dapat menekan munculnya suatu stres dan juga dapat memberikan sugesti yang khusus pada individu. Aspek-aspek dalam dukungan informasional ini seperti nasehat, usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasi. Selain itu suami juga bertindak sebagai pembimbing yang memberikan umpan balik dan menengahi pemecahan masalah serta memberikan *support*, penghargaan, perhatian sekaligus sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi istrinya.

## PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan terhadap adaptasi perubahan psikologis ibu hamil primigravida trimester I di PMB Wilayah Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok Tahun 2020, dengan  $p$  value = 0,001, dan OR = 7,547 (2,402 – 23,708). Selain itu juga terdapat pengaruh dukungan suami terhadap adaptasi perubahan psikologis ibu hamil Primigravida trimester I di PMB Wilayah Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok, Tahun 2020, dengan  $p$  value = 0,000, dan OR = 15,536 (3,114–77,519).

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Y. (2010). *Hipnostetri : Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bobak, Lowdermilk, Jense. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Budiman & Riyanto A. (2013). *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dewi, Vivian N.L & Tri Sunarsih. (2011). *Asuhan Kehamilan Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hanifah, Umy. (2019). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Umbulharjo I Kota



**Mother's Knowledge and Husband's Support to The Adaptation of Psychological Changes Primigravida Trimester I in PMB (Independent Practice Midwife) Cisalak Pasar, Cimanggis, Depok, 2020**

**Rina Wijayanti**

STIKes RSPAD Gatot Soebroto

- Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. 27 Februari 2019. <http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/4264>
- Hanifa, Amalia. (2020). Hubungan Dukungan Suami terhadap Risiko Terjadinya Epresi Postpartum pada Ibu Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2019. *Diploma thesis*, Universitas Andalas. <http://scholar.unand.ac.id/54967/>
- Hastono, Sutanto Priyo. (2016). *Analisa Data Pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Myles. (2011). *Buku Ajar Bidan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Kim, Sherman & Taylor. (2008). Culture and Social Support. *American Psychological Association*. Vol.63, No.6. diakses pada tanggal 10 November 2019 di <http://www.psych.ucsb.edu>
- Handayani, K., Muhartati, M., Rosida, L. (2019). Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Wirobrajan Kota Yogyakarta. <http://digilib2.unisayogya.ac.id>.
- Pieter, H. Z. & Lubis, N. L. (2010). *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana
- Melati, R., & Raudatussalamah. (2012) Hubungan Dukungan Sosial Suami Dengan Motivasi Dalam Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/> Volume 8. No.2 (2012) diakses pada tanggal 12 Oktober 2019
- Misbahudin, I. H. (2013). *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Romauli, S. (2011). *Buku Ajar Kebidanan Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Saifuddin, A. B., dkk. (2010). *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka

