



Edukasi Peran Suami dalam Mengurangi Kecemasan Istri Saat Persalinan

Educating Husbands' Role in Reducing Maternal Anxiety During Childbirth

Endang Sari^{1*}, Mekar Zenni Radhia², Hanifa Zaini³, Rahmatul Ulya⁴, Elwitri Silvia⁵,
Rahmi Ramadhan⁶

¹⁻⁶ Program Studi Kebidanan, Universitas Sumatera Barat, Indonesia

korespondensi Penulis : endangsari240487@gmail.com*

Article History:

Received: Juli 17, 2025;

Revised: Juli 31, 2025;

Accepted: Agustus 04, 2025;

Published: Agustus 06, 2025;

Keywords: Education, Emotional Support, Husband's Support, Labor Anxiety, Mother in Labor

Abstract: Maternal anxiety during the childbirth process is a common psychological condition that can potentially increase the risk of complications, prolong labor, and reduce the likelihood of a positive birthing experience. High anxiety levels in mothers may interfere with the effectiveness of labor, impact maternal and fetal well-being, and lead to increased medical interventions. One of the most important support systems during labor is the presence and active involvement of the husband. The husband's role is not only limited to being present but also includes providing emotional, physical, and motivational support to the mother. Recognizing the importance of this role, this community service program was designed to enhance husbands' understanding and skills in supporting their wives during childbirth, thereby helping to reduce maternal anxiety. The program consisted of several stages, including the delivery of structured health education sessions on maternal needs during labor, demonstrations of effective communication techniques, simulations of support during different stages of childbirth, and interactive discussions to address questions and share experiences. Through these activities, participants were encouraged to build empathy, strengthen their knowledge about labor, and develop the confidence to assist their wives effectively. The results of the program indicated a noticeable improvement in the husbands' awareness of the importance of their role, as well as increased confidence in providing both emotional reassurance and physical assistance. Participants reported feeling better prepared to accompany their wives, manage unexpected situations, and foster a more supportive environment during childbirth. This initiative highlights the significant impact that targeted education and training for husbands can have on maternal psychological well-being, ultimately contributing to safer and more positive birth experiences.

Abstrak

Kecemasan maternal selama proses persalinan merupakan kondisi psikologis yang umum terjadi dan berpotensi meningkatkan risiko komplikasi, memperpanjang waktu persalinan, serta mengurangi kemungkinan tercapainya pengalaman melahirkan yang positif. Tingkat kecemasan yang tinggi pada ibu dapat mengganggu efektivitas proses persalinan, memengaruhi kesejahteraan ibu dan janin, serta meningkatkan kebutuhan akan intervensi medis. Salah satu sistem pendukung terpenting selama persalinan adalah kehadiran dan keterlibatan aktif suami. Peran suami tidak hanya terbatas pada kehadiran secara fisik, tetapi juga mencakup pemberian dukungan emosional, fisik, dan motivasi kepada ibu. Menyadari pentingnya peran ini, program pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan suami dalam mendampingi istri selama persalinan, sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan maternal. Program ini dilaksanakan melalui beberapa tahap, meliputi penyampaian edukasi kesehatan terstruktur tentang kebutuhan ibu selama persalinan, demonstrasi teknik komunikasi yang efektif, simulasi pemberian dukungan pada berbagai tahap persalinan, serta diskusi interaktif untuk menjawab pertanyaan dan berbagi pengalaman. Melalui kegiatan ini, peserta didorong untuk membangun empati, memperkuat pengetahuan tentang proses persalinan, dan mengembangkan kepercayaan diri dalam memberikan pendampingan secara efektif. Hasil program menunjukkan adanya peningkatan kesadaran para suami mengenai pentingnya peran mereka, serta peningkatan kepercayaan diri dalam memberikan dukungan emosional maupun bantuan fisik. Peserta melaporkan merasa lebih siap untuk

mendampingi istri, mengelola situasi tak terduga, dan menciptakan lingkungan yang lebih suportif selama persalinan. Inisiatif ini menegaskan dampak signifikan dari edukasi dan pelatihan terarah bagi suami terhadap kesejahteraan psikologis ibu, yang pada akhirnya berkontribusi pada pengalaman persalinan yang lebih aman dan positif.

Kata Kunci: Dukungan Emosional, Edukasi, Ibu Bersalin, Kecemasan Persalinan, Pendampingan Suami

1. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang seringkali disertai dengan tekanan psikologis bagi ibu, termasuk kecemasan yang berlebihan. Kecemasan pada ibu bersalin dapat memicu peningkatan hormon stres seperti adrenalin dan kortisol yang berdampak pada kontraksi uterus yang tidak efektif, perpanjangan kala persalinan, bahkan risiko intervensi medis seperti tindakan operasi sesar. Menurut data World Health Organization (WHO), sekitar 10–15% ibu hamil di negara berkembang mengalami gangguan kecemasan selama masa kehamilan dan menjelang persalinan (WHO, 2022).

Di Indonesia, kecemasan saat menghadapi persalinan merupakan salah satu masalah psikologis yang masih kurang diperhatikan. Sebuah studi oleh Widyastuti et al. (2021) menunjukkan bahwa sebanyak 48,6% ibu bersalin mengalami kecemasan dengan tingkat sedang hingga berat. Kecemasan ini dipengaruhi oleh kurangnya dukungan emosional, terutama dari pasangan. Data Riskesdas 2018 juga menunjukkan bahwa masih banyak suami yang belum berpartisipasi aktif dalam mendampingi istri selama kehamilan dan persalinan.

Padahal, keterlibatan suami selama proses persalinan terbukti memiliki dampak positif terhadap kondisi psikologis ibu. Penelitian oleh Saputri & Wahyuningsih (2020) menunjukkan bahwa ibu yang mendapat dukungan emosional dari suaminya selama persalinan mengalami penurunan tingkat kecemasan secara signifikan. Selain itu, program pendampingan suami juga mampu meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menghadapi proses persalinan (Kusumaningrum, 2019).

Melihat pentingnya peran suami dalam mendampingi istri saat bersalin, maka perlu dilakukan edukasi secara sistematis agar suami memiliki pemahaman yang tepat dan mampu memberikan dukungan yang efektif. Pengabdian masyarakat ini menjadi langkah preventif dan promotif untuk meningkatkan keterlibatan suami dalam proses persalinan, serta sebagai bentuk dukungan psikososial bagi ibu bersalin agar proses persalinan berjalan dengan lebih lancar dan aman.

2. METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan suami dalam mendampingi istri selama proses persalinan. pelaksanaan pengabdian ini telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk alung pada tanggal 20 Juni 2025. Kegiatan ini dirancang dalam beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan Kegiatan

Tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas dan kader kesehatan untuk menentukan lokasi dan peserta yang akan dilibatkan. Selain itu, dilakukan penyusunan materi edukasi, media leaflet, serta instrumen pre-test dan post-test.

2. Identifikasi dan Rekrutmen Peserta

Sasaran kegiatan adalah pasangan suami istri, terutama suami dari ibu hamil trimester akhir. Peserta direkrut melalui kerja sama dengan bidan desa, kader, dan posyandu.

3. Pelaksanaan Edukasi dan Simulasi

Kegiatan utama berupa:

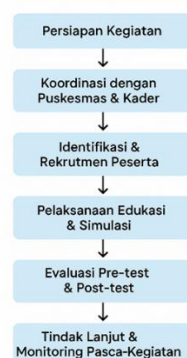
- **Pemberian edukasi** tentang pentingnya dukungan suami saat persalinan, dampak kecemasan pada ibu, dan bentuk-bentuk dukungan emosional serta fisik.
- **Simulasi peran suami** dalam memberikan pendampingan, seperti teknik relaksasi pernapasan, pijatan ringan, dan dukungan verbal selama kontraksi.

4. Evaluasi Hasil Kegiatan

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan kesiapan suami. Selain itu, dilakukan observasi langsung saat simulasi untuk menilai keterampilan yang diperoleh.

5. Tindak Lanjut dan Monitoring

Tim bekerja sama dengan bidan dan kader untuk melakukan pemantauan terhadap pasangan peserta saat mendampingi istri bersalin di fasilitas kesehatan.



Gambar 1. Alur kegiatan Pengabdian

3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2025 di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Alung, bekerja sama dengan Puskesmas Lubuk Alung dan kader posyandu setempat. Kegiatan diikuti oleh 30 pasangan suami istri yang istrinya sedang hamil trimester ketiga. Kegiatan penyuluhan Kesehatan ini diawali dengan kegiatan pretest. Hasil pretest dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Pengetahuan Suami sebelum dilakukan Edukasi

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	5	16,6 %
Cukup	10	33,5 %
Kurang	15	50,0%
Total	30	100,0%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 orang responden Sebagian besar yaitu 15 responden (50%) responden memiliki pengetahuan kurang.

Tabel 2. Pengetahuan Suami setelah dilakukan Edukasi

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	17	56,6 %
Cukup	10	33,4 %
Kurang	3	10%
Total	30	100,0%

Terdapat peningkatan signifikan pada skor post-test dibandingkan pre-test, menunjukkan bahwa edukasi efektif meningkatkan pemahaman suami tentang perannya. Seluruh peserta menunjukkan peningkatan skor, dan lebih kurang 50% peserta memperoleh skor maksimal atau mendekati maksimal pada post-test.

Umpan Balik Peserta

- Respons Positif: 100% peserta merasa edukasi sangat bermanfaat.
- Saran: Peserta mengusulkan agar kegiatan ini diadakan kembali secara rutin, termasuk pada kelas ibu hamil.

Dampak dan Manfaat

- Suami menjadi lebih siap mendampingi istri saat persalinan.
- Meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menghadapi proses persalinan.
- Menumbuhkan kesadaran keluarga dalam mendukung ibu hamil secara menyeluruh.

4. DISKUSI

Kecemasan merupakan respons emosional terhadap ancaman atau ketidakpastian yang dirasakan individu, khususnya menjelang atau selama proses persalinan. kecemasan pada ibu bersalin dapat mengaktivasi sistem saraf simpatis yang berdampak pada peningkatan denyut jantung, tekanan darah, dan kontraksi otot yang tidak efektif. Hal ini dapat memperlambat proses persalinan dan meningkatkan risiko intervensi medis Menurut Stuart (2016).

Dukungan dari suami termasuk dalam dukungan emosional dan sosial yang sangat penting selama proses persalinan. Teori *Social Support* dari House menyebutkan bahwa dukungan emosional dari pasangan mampu menurunkan stres dan kecemasan, serta meningkatkan rasa aman dan percaya diri pada individu yang menghadapi tekanan. Menurut WHO (2022), keterlibatan suami dalam kehamilan dan persalinan dapat memberikan dampak positif, baik secara fisiologis maupun psikologis, kepada ibu hamil. Keterlibatan ini dapat berupa kehadiran, komunikasi yang baik, bantuan dalam pengambilan keputusan, serta partisipasi dalam proses persalinan.

Hasil kegiatan ini didukung oleh beberapa penelitian. Penelitian oleh Sulistyowati dan Wahyuni (2021) menyatakan bahwa dukungan suami berpengaruh signifikan terhadap penurunan kecemasan ibu dalam menghadapi proses persalinan. Ibu yang didampingi suami selama proses persalinan menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan yang tidak didampingi. Penelitian lain oleh Nugroho dan Sari (2022) juga mengungkapkan bahwa partisipasi suami dalam kelas ibu hamil dapat meningkatkan kesiapan psikologis istri dalam menghadapi persalinan. Keterlibatan suami yang didasari pemahaman akan kebutuhan emosional istri terbukti menurunkan intensitas rasa takut dan cemas selama proses bersalin.

Tim pelaksana kegiatan mengasumsikan bahwa tingkat kecemasan ibu saat persalinan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisiologis, tetapi juga secara signifikan dipengaruhi oleh kesiapan dan dukungan dari lingkungan terdekat, terutama pasangan. Oleh karena itu, meningkatkan pemahaman suami melalui edukasi dan pelatihan praktis diharapkan mampu menciptakan dukungan nyata yang dirasakan oleh ibu. Asumsi lainnya adalah bahwa edukasi yang diberikan dalam bentuk interaktif (diskusi, simulasi, leaflet, dan praktik langsung) akan lebih mudah dipahami oleh peserta dan mampu meningkatkan perubahan perilaku dibandingkan dengan penyuluhan satu arah. Selain itu, diasumsikan pula bahwa peningkatan pengetahuan suami akan berdampak langsung pada perilaku suportif terhadap istri saat bersalin, yang pada gilirannya menurunkan tingkat kecemasan istri, memperlancar proses persalinan, dan mengurangi risiko komplikasi.



Gambar 1&2. Penyuluhan penyuluhan tentang pendampingan suami



Gambar 3. konsling pasangan suami istri



gambar 4 : Leaf leat yang diberikan untuk suami

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil memberikan edukasi yang bermakna kepada para suami mengenai pentingnya peran mereka dalam mendampingi istri selama proses persalinan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terlihat adanya peningkatan pengetahuan

dan pemahaman para peserta tentang bentuk dukungan emosional dan fisik yang dapat diberikan kepada istri saat bersalin. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang diterapkan—berupa penyuluhan, simulasi, leaflet, dan diskusi interaktif—berhasil meningkatkan kesiapan suami dalam mendampingi proses persalinan.

Hasil dari kegiatan ini juga memperkuat temuan bahwa keterlibatan aktif suami dalam proses persalinan tidak hanya berdampak positif pada perasaan istri, tetapi juga dapat menurunkan tingkat kecemasan istri dan membantu proses persalinan berjalan lebih lancar. Suami yang memahami kondisi emosional dan kebutuhan fisik istri mampu memberikan dukungan yang tepat waktu dan tepat sasaran, yang pada akhirnya memperkuat ketahanan psikologis ibu dalam menghadapi proses persalinan.

Dengan demikian, edukasi peran suami dalam proses persalinan dapat menjadi salah satu strategi promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan maternal. Kegiatan ini direkomendasikan untuk dilakukan secara berkesinambungan dan diperluas cakupannya agar semakin banyak keluarga yang mendapatkan manfaat dari pentingnya dukungan suami dalam proses persalinan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terimakasih banyak pada LPPM Sumatera Barat, Puskesmas Lubuk Alung, Bidan, Kader, Dosen dan mahasiswa Universitas Sumatera Barat yang turut serta membantu kegiatan pengabdian masyarakat ini

DAFTAR REFERENSI

- Aprilianty, I., & Aulia, R. N. (2021). Pengaruh dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 45-52.
- Astuti, Y. D., & Putri, E. R. (2020). Tingkat kecemasan ibu bersalin primigravida dan multigravida. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 8(2), 112-118.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2020). *Profil kesehatan reproduksi Indonesia*. Jakarta: BKKBN.
- Budiman, & Riyanto, A. (2013). *Kapita selekta kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Cahyani, I. (2020). Pengaruh pendampingan suami terhadap rasa cemas ibu bersalin di Puskesmas Jetis. *Jurnal Kebidanan Muhammadiyah*, 5(1), 21-29.
- Dinas Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Laporan tahunan kesehatan ibu dan anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Fitriana, R. (2020). Dukungan suami dalam persalinan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 6(1), 33-40.
- Handayani, L., & Susilowati, N. (2021). Efektivitas edukasi dalam meningkatkan keterlibatan suami saat persalinan. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 101-108.
- Hidayat, A. A. (2019). Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data. Jakarta: Salemba Medika.
- Maryunani, A. (2017). Asuhan kebidanan persalinan. Jakarta: Trans Info Media.
- Prasetyo, A., & Lestari, D. (2022). Hubungan antara tingkat pengetahuan suami dan peranannya dalam persalinan. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 19-25.
- Pusat Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Litbang Kesehatan.
- World Health Organization. (2019). Maternal mental health and childbirth. Geneva: World Health Organization.
- Yuliana, E., & Kurniawati, T. (2021). Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu primigravida saat persalinan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 85-92.
- Zahra, N., & Putra, D. (2020). Peran keluarga dalam mendukung kesehatan mental ibu bersalin. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 8(1), 55-63.