

ANALISIS DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU YANG MEMPUNYAI BALITA

Ratna Arifiana¹, Intan Azkia Paramitha², Leila Nisya Ayuanda³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

*Email Korespondensi: arifianaratna1301@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Pada lima tahun pertama kehidupan, proses tumbuh kembang anak berjalan sangat pesat dan optimal. Masa balita merupakan periode awal pengasuhan yang sangat kritis. peran orang tua sangat penting dalam menentukan arah serta kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan orang tua dalam memenuhi segala kebutuhan anak akan asuh, asih, dan asah. Namun, banyaknya permasalahan anak balita menyebabkan kebanyakan ibu mengalami kecemasan. Dukungan dari suami sangat diperlukan oleh ibu yang mempunyai balita namun kenyataannya tidak semua suami sadar akan pentingnya dukungan ini terhadap kesejahteraan psikososial ibu dan balita. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan ibu yang mempunyai balita. **Metode :** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian survei analitik dan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai balita sebanyak 53 responden dan sampel dalam penelitian ini menggunakan accidental sampling. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Pearson Chi-square. **Hasil :** Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai $p = 0,002$ dengan derajat signifikansi ($\alpha = 0,05$), sehingga ditemukan $p < \alpha$ artinya H_a diterima artinya ada hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu yang mempunyai balita. **Kesimpulan :** Ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu yang mempunyai balita. Peran bidan dalam memberikan edukasi kepada ibu harus beserta suami sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima kedua belah pihak. Selain itu, suami lebih sadar dan meningkatkan dukungan kepada ibu sesuai dengan yang dibutuhkan ibu.

Kata Kunci: Balita, Dukungan, Ibu, Kecemasan, Suami

ABSTRACT

Background: In the first five years of life, the process of child development is very fast and optimal. The toddler period is a very critical early period of upbringing. The role of parents is very important in determining the direction and quality of a child's growth and development. Therefore, it requires the ability of parents to meet all the needs of the child for upbringing, love, and upbringing. However, the many problems of toddlers cause most mothers to experience anxiety. Husband support is indispensable for mothers with toddlers, but in reality not all husbands are aware of the importance of this support for the psychosocial well-being of mothers and toddlers. **Aims:** This study aimed to determine the relationship between husband support and anxiety of mothers with toddlers. **Methods:** This study used quantitative research with analytical survey research design and cross-sectional approach. The population in this study was mothers with toddlers of 53 respondents and the sample in this study used purposive sampling. Data analysis was performed using Pearson Chi-square statistical test. **Results:** Based on statistical tests, a value of $p = 0.002$ was obtained with a degree of significance ($\alpha = 0.05$), so it was found that $p < \alpha$ means that H_a is accepted meaning that there is a relationship between husband support and anxiety level of mothers who have toddlers. **Conclusion:** There is a relationship between husband support and anxiety levels of mothers who have toddlers. The role of the midwife in providing education to the mother should be with the husband so that the information provided can be accepted by both parties. In addition, the husband is more aware and increases the support to the mother according to what the mother needs.

Keywords: Anxiety, Husband, Mother, Support, Toddler

PENDAHULUAN

Pada lima tahun pertama kehidupan, proses tumbuh kembang anak berjalan sangat pesat dan optimal. Para ahli mengatakan masa balita sebagai masa emas (*golden age period*). Hal ini disebabkan karena pada usia 0-2 tahun, perkembangan otak anak mencapai 80%. Pada masa inilah anak-anak memiliki kesempatan untuk mengembangkan seluruh aspek-aspek dalam dirinya, baik secara fisik, kognitif, bahasa, moral, maupun sosial emosional (Rosidi, Yuliyanti, Sari, Paramitha, et al., 2023).

Masa balita merupakan periode awal pengasuhan yang sangat kritis. Jika orang tua gagal dalam mengasuh dan mendidik anak pada masa ini, maka akan berdampak buruk pada periode perkembangan selanjutnya (Colonnese et al., 2019). Pada masa balita orang tua memiliki peran yang sangat berarti dalam kehidupan untuk memenuhi pertumbuhan dan perkembangannya. Pada masa ini hampir seluruh sel-sel otak berkembang dengan pesat. Dengan kata lain, peran orang tua sangat penting dalam menentukan arah serta kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan orang tua dalam memenuhi segala kebutuhan anak akan asuh, asih, dan asah melalui komunikasi yang baik dan benar sehingga akan mempengaruhi kualitas kepribadian anak menuju manusia dewasa di kemudian hari (Ahmadzadeh et al., 2019).

Mendidik anak di masa sekarang khususnya dalam era teknologi informasi berkembang dengan pesat (era layar) membutuhkan keterampilan mengasuh yang memadai dan konsep diri yang positif agar mampu berkomunikasi dan menerapkan disiplin dengan cinta dan kasih sayang (Hughes et al., 2018). Ibu dituntut untuk bisa mengasuh dengan baik tanpa diperhatikan status psikososialnya. Hal ini membuat ibu sering mengalami kecemasan.

Kecemasan merupakan kondisi seseorang yang ditandai adanya ketegangan fisik, khawatir yang berlebihan. Kecemasan pada ibu disebabkan oleh beberapa faktor antar lain, kurangnya pengetahuan, tingkat pendidikan yang kurang, penyakit anak, ekonomi keluarga, kurangnya dukungan dari keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian (Mazumdar et al., 2023), yang menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan ibu yaitu usia dewasa muda ibu, pendidikan serta pekerjaan ibu, usia dari anak, jenis kelamin anak, dan lama sakit anak (Steenhoff et al., 2019)

Dukungan keluarga, terutama suami, selama masa pengasuhan sangat dibutuhkan . Dukungan keluarga berarti proses hubungan di mana seseorang dapat mengakses dukungan dan bantuan kepada anggota keluarga (Salo et al., 2022). Dalam keluarga, suami diharapkan dapat memotivasi, membantu, dan menemani. Suami juga bertanggung jawab untuk membuatnya merasa nyaman dan tenang ketika ada masalah dalam pengasuhan balitanya (Rivero et al., 2022). Sebuah penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa 98,1% ibu tidak menerima dukungan suami, dan hanya 1,9% ibu yang menerimanya (Laksono et al., 2022). Padahal perhatian suami adalah tingkat paling dasar dari kebutuhan wanita dalam kehamilan, persalinan dan pascapersalinan bahkan sampai pengasuhan. Namun kebanyakan ibu mengeluhkan bahwa peran ayah dalam mengasuh buah hati masih minim sehingga beban anak sepenuhnya jatuh kepada ibu. Hal ini dapat menyebabkan kecemasan pada ibu bertambah (Ngewa, 2019).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan Cross Sectional yaitu desain penelitian yang meneliti suatu kejadian pada titik waktu yang sama, dimana variabel dependent dan independent diteliti pada waktu yang sama. Metode pengumpulan data menggunakan data primer. Analisa data yang digunakan adalah uji statistic Chi Square. Data disajikan dalam bentuk tabel. Penelitian ini dilakukan pada bulan September - Desember 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak balita yang telah ditentukan sesuai kriteria inklusi dengan total sampling 193 responden. sampel pada penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang memuat beberapa pertanyaan dukungan suami terdiri dari 10 pertanyaan yang diadopsi dari kuesioner dan tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) terdiri dari 14 pernyataan untuk mengukur tingkat kecemasan

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Prosentase
Ringan	27	51
Sedang	19	36
Berat	7	13
Total	53	100

Tabel 1 menunjukkan distribusi tingkat kecemasan ibu yaitu kecemasan ringan 27 (51%), sedang 19 (36%), dan berat 7 (13%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Suami

Dukungan Suami	Frekuensi	Prosentase
Mendukung	28	53
Tidak Mendukung	25	47
Total	53	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dukungan suami terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida yaitu terdapat 28 orang (53%) suami yang mendukung dan 25 orang (47%) suami yang tidak mendukung.

Tabel 3. Uji Analisis Hubungan Dukungan Suami dan Kecemasan ibu

Dukungan Suami	Tingkat Kecemasan			Total	Pvalue
	Ringan	Sedang	Berat		
Mendukung	25	3	0	28	0.002
Tidak Mendukung	2	16	7	25	
Total	27	19	7	100	

Tabel 3 menunjukkan bahwa setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji statistik di peroleh nilai $p=0,001$ dengan derajat kemaknaan ($\alpha=0,05$), sehingga didapatkan hasil bahwa $p<\alpha$, berarti H_0 diterima artinya ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu.

PEMBAHASAN

Mayoritas ibu saat diberikan kuesioner HARS mengatakan bahwa mereka merasa mudah emosi, timbul perasaan takut, mudah tersinggung, sering merasa gelisah, dan mudah menangis. Hal ini sesuai dengan teori Juwita (Juwita & Ediyono, 2023) yang menjelaskan bahwa ibu yang memiliki balita yang bermasalah misalnya stunting akan merasa malu, kurang percaya diri, menarik diri dari lingkungan dan mudah emosi jika ditanya seputar kesehatan balitanya. Kecemasan merupakan kondisi seseorang yang ditandai adanya ketegangan fisik, khawatir yang berlebihan. Kecemasan pada ibu biasanya disebabkan oleh beberapa faktor antar lain, kurangnya pengetahuan, tingkat pendidikan yang kurang, penyakit anak, ekonomi keluarga, kurangnya dukungan dari keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian (Paramitha & Rosidi, 2022), yang menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan ibu yaitu usia dewasa muda ibu, pendidikan serta pekerjaan ibu, usia dari anak, jenis kelamin anak, dan lama sakit anak.

Menurut (Ahmadzadeh et al., 2019), kecemasan merupakan respon terhadap situasi tertentu yang bersifat mengancam, dan merupakan hal yang normal untuk terjadi. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami oleh siapapun. Namun apabila kecemasan terjadi secara berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat seseorang dalam kehidupannya. Menurut (Febrianti & Sari, 2022) Kecemasan adalah suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang memberikan kegelisahan sebagai reaksi umum dari

ketidakmampuan seseorang mengatasi masalahnya sehingga merasa tidak aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya akan menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis.

Berdasarkan penelitian, mengeluhkan bahwa peran ayah dalam mengasuh buah hati masih minim sehingga beban anak sepenuhnya jatuh kepada ibu. Hal ini dapat menyebabkan kecemasan pada ibu bertambah sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Rosidi, Yuliyanti, Sari, Basuni, et al., 2023), bahwa dukungan dari keluarga sangatlah berarti dan sangat mempengaruhi tingginya tingkat kecemasan ibu balita. Menurut (Widoyo, 2015) dukungan ini dapat berupa sebuah ucapan serta perlakuan dari orang tua, suami atau saudara sehingga ibu dapat merasa dicintai, disyangi dan diperhatikan oleh keluarga.

Penelitian dari (Paramitha et al., 2022) menyatakan pada masa kehamilan sampai pengasuhan, istri lebih membutuhkan peran suami dibanding anggota keluarga lain maupun peran dokter/bidan. Pernyataan ini sejalan dengan pendapat (Monica, 2020) yang berpendapat bahwa peran suami sangat dibutuhkan oleh istri. Menurut (Farida et al., 2019) dukungan dan keterlibatan suami dalam proses kehamilan hingga persalinan sang istri akan mempererat tidak hanya antar suami dan istri namun juga antar anak dan ayah. Istri yang sedang hamil akan menjadi lebih tenang dan nyaman dalam kehamilannya karena dukungan dari suami. Menurut (Mandey et al., 2020) dukungan suami adalah respon yang diberikan oleh suami terhadap istrinya yang akan bersalin. dukungan yang diberikan berupa dukungan fisik dan dukungan emosional. Mental suami saat mendampingi proses persalinan sangatlah penting. Dukungan dari suami dapat ditunjukkan dengan berbagai cara seperti memberikan ketenangan pada istri, memberikan sentuhan dan mengungkapkan kata-kata yang memicu motivasi seorang istri.

Dukungan konkret suami kepada istrinya berupa mengajak istrinya untuk mencari pertolongan kepada penyedia layanan seperti dokter, bidan, puskesmas dan rumah sakit, lalu dukungan informasional suami dapat berupa informan seperti pemberian saran, sugesti, informasi yang bisa digunakan untuk mengungkapkan suatu masalah. Manfaat dari dukungan informasional ini adalah dapat menekan munculnya suatu stres karena informasi yang diberikan dapat memberikan sugesti yang khusus pada individu. Aspek-aspek dalam dukungan informasional ini adalah nasehat, usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasi. Suami bertindak sebagai pembimbing yang memberikan umpan balik dan menengahi pemecahan masalah. Selain itu, suami juga dapat memberikan support, penghargaan dan perhatian. Bentuk dukungan emosional suami adalah sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi. Aspek-aspek dari dukungan emosional meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan (Mustafyani & Mahmudiono, 2017).

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu yang mempunyai balita. Peran bidan dalam memberikan edukasi kepada ibu harus beserta suami sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima kedua belah pihak. Selain itu, suami lebih sadar dan meningkatkan dukungan kepada ibu sesuai dengan yang dibutuhkan ibu. Penelitian selanjutnya sebaiknya mengeksplorasi lebih dalam lagi kebutuhan apa saja yang diinginkan oleh ibu yang mempunyai balita serta bentuk dukungan apa saja yang dibutuhkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

1) LPPM Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, 2) Bidan dan kader posyandu

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadzadeh, Y. I., Eley, T. C., Leve, L. D., Shaw, D. S., Natsuaki, M. N., Reiss, D., Neiderhiser, J. M., & McAdams, T. A. (2019). Anxiety in the family: A genetically informed analysis of transactional associations between mother, father and child anxiety symptoms. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 60(12), 1269–1277. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13068>
- Colonnese, C., Zeegers, M. A. J., Majdandžić, M., van Steensel, F. J. A., & Bögels, S. M. (2019). Fathers' and Mothers' Early Mind-Mindedness Predicts Social Competence and Behavior Problems in Childhood. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(9), 1421–1435. <https://doi.org/10.1007/s10802-019-00537-2>
- Farida, L., Kurniawati, D., & Juliningrum, P. P. (2019). Hubungan Dukungan Suami dengan Kesiapan Persalinan pada Ibu Hamil Usia Remaja di Sukowono, Jember. *Pustaka Kesehatan*, 7(2), 127. <https://doi.org/10.19184/pk.v7i2.19125>
- Febrianti, E. S., & Sari, D. K. (2022). Pengaruh Edukasi Tentang Stunting Menggunakan Media Booklet Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Balita Di Wilayah Cepogo. *OVUM : Journal of Midwifery and Health Sciences*, 2(2), 65–71. <https://doi.org/10.47701/ovum.v2i2.2364>
- Hughes, C., Lindberg, A., & Devine, R. T. (2018). Autonomy Support in Toddlerhood: Similarities and Contrasts Between Mothers and Fathers. *Journal of Family Psychology*, 32(7), 915–925. <https://doi.org/10.1037/fam0000450>
- Juwita, S., & Ediyono, S. (2023). Dukungan Suami Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), Article 1. <https://doi.org/10.37831/kjik.v11i1.246>
- Laksono, A. D., Sukoco, N. E. W., Rachmawati, T., & Wulandari, R. D. (2022). Factors Related to Stunting Incidence in Toddlers with Working Mothers in Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10654. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710654>
- Mandey, C. P., Kundre, R., & Bataha, Y. (2020). Dukungan Suami Dengan Kesiapan Istri: Study Cross Sectional Di Rs Ibu Dan Anak Manado. *JURNAL KEPERAWATAN*, 8(1), 51–58. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i1.28411>
- Mazumdar, K., Parekh, S., & Sen, I. (2023). Mindful parenting—A thematic exploration of narratives from Indian mothers. *Frontiers in Global Women's Health*, 3, 975683. <https://doi.org/10.3389/fgwh.2022.975683>
- Monica, D. (2020). Hubungan Pengetahuan, Peran Kader Dan Dukungan Suami Dengan Keaktifan Ibu Membawa Balita (D/S)Ke Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarbaru Selatan Tahun 2020 [Diploma, Universitas Islam Kalimantan MAB]. <http://eprints.uniska-bjm.ac.id/2343/>

- Mustafyani, A. D., & Mahmudiono, T. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dukungan Suami, Kontrol Perilaku, Dan Niat Ibu Dengan Perilaku Kadarzi Ibu Balita Gizi Kurang. *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(2), Article 2. <https://doi.org/10.20473/ijph.v12i2.2017.190-201>
- Ngewa, H. M. (2019). *Peran Orang Tua Dalam Pengasuhan Anak*. 1.
- Paramitha, I. A., & Rosidi, A. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Pemberian Imunisasi Dasar pada Program Bulan Imunisasi Anak Nasional. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), Article 4. <https://doi.org/10.37287/jppp.v4i4.1269>
- Paramitha, I. A., Saputri, H. D., & Puspa, M. (2022). Analysis of Knowledge towards Mother's Behavior in Choosing Food Menus to Support Toddler Fitness in the Covid-19 Pandemic. *Prosiding University Research Colloquium*, 232–238.
- Rivero, M., Vilaseca, R., Cantero, M.-J., Navarro-Pardo, E., Ferrer, F., Valls-Vidal, C., & Bersabé, R. M. (2022). Parenting of Spanish mothers and fathers playing with their children at home. *PLoS ONE*, 17(6), e0266762. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266762>
- Rosidi, A., Yuliyanti, S., Sari, A. S., Basuni, H. L., Paramitha, I. A., & Syukri, M. (2023). Edukasi Stimulasi Motorik Kasar Pada Ibu-Ibu Yang Memiliki Anak Usia 12-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Keruak. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 5(2), 12–16.
- Rosidi, A., Yuliyanti, S., Sari, A. S., Paramitha, I. A., & Syukri, M. (2023). Pengetahuan Ibu Berhubungan dengan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia 12-24 Bulan. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(2), Article 2. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i2.872>
- Salo, S. J., Lipsanen, J. O., Sourander, J., Pajulo, M., & Kalland, M. (2022). Parental relationship satisfaction, reflective functioning, and toddler behavioral problems: A longitudinal study from pregnancy to 2 years postpartum. *Frontiers in Psychology*, 13, 904409. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.904409>
- Steenhoff, T., Tharner, A., & Væver, M. S. (2019). Mothers' and fathers' observed interaction with preschoolers: Similarities and differences in parenting behavior in a well-resourced sample. *PLoS ONE*, 14(8), e0221661. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221661>
- Widoyo, R. (2015). Peningkatan Peran Suami Dalam Kesehatan Ibu Dan Anak Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 9(2), Article 2. <https://doi.org/10.24893/jkma.v9i2.211>