HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH DESA BETTET PAMEKASAN

Oleh:

ANAAFIANA IRAWATI SHONIA

22153010004

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA

2026

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADAIBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH DESA BETTET PAMEKASAN

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:

ANAAFIANA IRAWATI SHONIA
2215301004

Bangkalan, 20 Juli 2026

Pembimbing



Dr. Hamimatus Zainiyah, M.Pd,M.Keb
NIDN.0712128401

Universitas Bhamada Mutiara

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH DESA BETTET PAMEKASAN

Ana Afiana Irawati Shonia[1],
Dr.Bdn. Hamimatus Zainiyah, M.Pd, M.Keb.[2]
1) Mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Noor Huda Muatofa
2) Dosen Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
Email:nairashanii@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan pada ibu hamil trimester III dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yang baik dari keluarga, teman, maupun orang terdekat dapat membantu ibu hamil merasa lebih tenang dan siap menghadapi persalinan.Penelitian ini bertujuan untukmen ganalisis hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekasan.

Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan *cross - sectional*. Populasi penelitian sebanyak 45 ibu hamil trimester III dengan sampel 41 responden yang dipilih menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dan Revised Prenatal Distress Questionnaire (NuPDQ). Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Penelitian ini telah dilakukan kelaikan etik yang dilaksanakan oleh KEPK Universitas Noor Huda Mustofa No: 3276/KEPK/UNIV-NHM/EC/IV/2026

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu hamil trimester III memiliki dukungan sosial rendah sebanyak 25 responden (61,0%) dan mengalami kategori sangat cemas sebanyak 22 responden (53,7%). Hasil uji *Spearman Rank* diperoleh p-value = 0,000 < α = 0,05 dengan *correlation coefficient* sebesar -0,694 yang menunjukkan hubungan kuat dengan arah negatif.

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekasan. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima ibu hamil, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami.

Kata Kunci : Dukungan sosial, Kecemasan, Ibu hamil trimester III

1. **Mahasiswa Universitas Noor Huda Mustofa**
2. **Dosen Universitas Noor Huda Mustofa**

THE RELATIONSHIP OF SOCIAL SUPPORT AND ANXIETY LEVELS AMONG THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN BETTET VILLAGE, PAMEKASAN

Ana Afiana Irawati Shonia[1],
Dr.Bdn. Hamimatus Zainiyah, M.Pd, M.Keb.[2]
1) *S1 Midwifery Students Universitas Noor Huda Mustofa*
2) *Midwifery Lecture Of Universitas Noor Huda Mustofa*
Email:nairashanii@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety in third-trimester pregnant women can be influenced by various factors, one of which is social support. Good social support from family, friends, and significant others can help pregnant women fee calmer and more prepared to face childbirth. This study aims to analyze the relationship between social support and anxiety levels among third-trimester pregnant women in Bettet Village, Pamekasan.

This study used an analytic survey design with a cross-sectional approach. The study population consisted of 45 third-trimester pregnant women, with 41 respondents selected using probability sampling through the simple random sampling method. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) questionnaire and the Revised Prenatal Distress Questionnaire (NuPDQ). Data analysis was conducted using the Spearman Rank test with a significance level of $\alpha = 0.05$. This study has been carried out ethical clearance test (KEPK) of Universitas Noor Huda Mustofa with ethical approval number: 3276/KEPK/UNIV-NHM/EC/IV/2026.

The results showed that the mayority of respondents hadlowsocial support, namely 25 respondents (61.0%), and high anxiety levels, namely 22 respondents (53.7%). The Spearman Rank test results obtained a p-value = 0.000 < $\alpha = 0.05$ with a correlation coefficient of -0.694, indicating a strong negativerelationship.

The conclusion of this study is that there is a relationship between social support and anxiety levels among third-trimester pregnant women in Bettet Village, Pamekasan. The higher the social support received by pregnant women, the lower the level of anxiety experienced.

Keywords: Social Support, Anxiety, Third Trimester Pregnant Women

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode pent ing yang ditandai dengan berbagai perubahan fisiologis dan psikologis sebagai bentuk adaptasi terhadap perkembangan janin hingga persali nan. Perubahan tersebut dapat menjadi sumber stres yang memicu kecemasan, terutama pada ibu hamil trimester III yang mulai menghadapi proses persalinan.Kecemasan selama kehamilan ditandai dengan perasaan khawatir, takut, dan ketidakpastian terhadap keselamatan diri maupun janin, serta cenderung lebih tinggi pada ibu primigravida yang belum memiliki pengalaman kehamilan se belumnya (Dewi, 2025).

Kecemasan pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang cukup inggi. Data UNICEF menunjukkan sekitar 30% wanita hamil mengalami kecemasan menje lang persalinan, sedangkan di Pulau Jawa prevalensinya mencapai 52,3% (Dewi, 2025). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Bettet Pamekasan pada Oktober–Desember 2025 juga menunjukkan bahwa dari 15 ibu hamil trimester III, sebanyak 11 orang (73,33%) mengalami kecemasan dengan ting kat yang bervariasi. Data tersebut menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil masih menjadi permasal ahan yang memerlukan perhatian, khususnya pada trimester akhir kehamilan.

Tingkat kecemasan ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan, tingkat pendidikan, pengalaman kehamilan, kondisi sosial ekonomi, paritas, komunikasi terapeutik, dukungan tenaga kesehatan, akses informasi, status kesehatan, serta dukungan sosial (Halman,2022); (Wahyuni & Bangaran, 2025) Di antara berbagai faktor tersebut, dukungan sosial memiliki peran penting sebagai faktor protektif yang membantu ibu beradaptasi terhadap perubahan selama kehamilan. Dukungan yang berasal dari suami, keluarga, teman, maupun tenaga kesehatan dapat memberikan rasa aman, meningkatk an kepercayaan diri, serta membantu ibu mengurangi tekanan psikologis menjelang persalinan. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial dapat meningkatkan risiko kecemasan dan berdampak pada kesehatan ibu maupun janin, termasuk meningkatn risiko persalinan pre matur dan depresi pascapersalinan (Pertama, 2021).

Upaya untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil perlu dilakukan melalui pendekatan yangkomprehen sif, salah satunya denganmemperkuat dukungan sosial melalui keterlibatan keluarga, suami, dan tenaga kesehatan. Edukasi yang berkesinambungan, komunikasi yang efektif, serta pendampingan selama kehamilan diharapkan mampu meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan (Irmawati, 2024). Meskipun berbagai penelitian telah membahas faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pada ibu hamil,informasi mengenai hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di wilayah Desa Bettet Pamekasan masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk meng analisis hubungan dukungan sosial

dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekasan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross - sectional* untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. Penelitian dilakukan di Desa Bettet Kabupaten Pamekasan dengan jumlah responden sebanyak 41 ibu hamil trimester III yang dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2026

HASIL PENELITIAN

Data Umum

Tabel 1.1 Karakteristik Ibu Hamil Trimester III Berdasarkan Usia

Usia Ibu	Frekuensi	Persentase
Berisiko (<20 tahun atau >35 tahun)	13	31,7
Tidak berisiko (20-35 tahun)	28	68,3
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.1 distribusi frekuensi usia ibu diatas menunjukkan bahwa usia ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan dalam kategori tidak berisiko (20-35 tahun) sebanyak 28 ibu (68.3%).

Tabel 1.2 Karakteristik Ibu hamil berdasarkan usia kehamilan

Usia Kehamilan	Frekuensi	Persentase
Timester 3 (28-40 minggu)	41	100,0
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.2 distribusi usia kehamilan diatas menunjukkan bahwa seluruh ibu hamil di desa Bettet Pamekasan trimester III sebanyak 41 ibu hamil (100%).

Tabel 1.3 Karakteristik Ibu Hamil berdasarkan Paritas

Paritas	**Frekuensi**	**Persentase**
Primigravida	27	65,9
Multigravida	12	29,3
Grandemultigravida	2	4,8
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.3 distribusi frekuensi paritas diatas menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan sebagian besar primigravida sebanyak 27 ibu (65,9%).

Tabel 1.4 Karakteristik Berdasarkan Lama Menikah

Lama Menikah	Frekuensi	Persentase
≤ 5 tahun	21	51,2
>5 tahun	20	48,8
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.4 distribusi frekuensi lama menikah diatas menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan sebagian besar lama menikah ≤ 5 tahun sebanyak 21 ibu (51,2%)

Tabel 1.5 Karakteristik Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	9	22,0
SMP	18	43,9
SMA	12	29,3
D3/S1	2	4,8
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.5distribusi frekuensi pendidikan diatas menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan hampir setengahnya ibu pendidikan terakhirnya SMP sebanyak 18 ibu (43,9%).

Tabel 1.6 Karakteristik berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Bekerja	16	39,0
Tidak bekerja	25	61,0
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.6 distribusi frekuensi pekerjaan diatas menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan sebagian besar tidak bekerja sebanyak 26 ibu (61,0%).

Tabel 1.7 Karakteristik Tinggal Dengan Suami

Tinggal Dengan Suami	Frekuensi	Persentase
Ya	19	46,3
Tidak	22	53,7
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.7 distribusi frekuensi status tinggal dengan suami diatas menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan sebagian besar tidak tinggal dengan suami sebanyak 22 ibu (53,7%).

Data Khusus

Tabel 1.8 Frekuensi Berdasarkan Dukungan Sosial

Dukungan Sosial	Kategori	Frekuensi	Presentase
Keluarga	Rendah	21	51,2
	Sedang	13	31,7
	Tinggi	7	17,1
	Total	41	100,0
Teman	Rendah	24	58,5
	Sedang	10	24,4
	Tinggi	7	17,1
	Total	41	100,0
Orang yang di anggap penting	Rendah	22	53,7
	Sedang	11	26,8
	Tinggi	8	19,5
	Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.8 distribusi frekuensi dukungan sosial diatas menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan sebagian besar memiliki dukungan sosial rendah sebanyak 25 ibu (61,0%).

Tabel 1.9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecemasan

Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	7	17,1
Sedikit Cemas	12	29,3
Sangat Cemas	22	53,6
Total	41	100,0

Sumber : Data Primer, April 2026

Berdasarkan tabel 1.9 distribusi frekuensi kecemasan diatas menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III di desa Bettet Pamekasan sebagian besar memiliki tingkat kecemasan tinggi sebanyak 22 ibu hamil (53,7%).

Universitas Nurul Huda Madiun

Tabel 1.10 Tabulasi Silang Antara Dukungan Sosial dan Kecemasan Ibu Hamil

Dukungan Sosial	Tingkat Kecemasan						Total	
	Tidak Cemas		Sedikit Cemas		Sangat Cemas			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Rendah	0	0,0	7	17,1	18	43,9	25	61,0
Sedang	2	4,9	5	12,2	3	7,3	10	24,4
Tinggi	5	12,2	0	0,0	1	2,4	6	14,6
Total	7	17,1	12	29,3	22	53,6	41	100,0

Uji statistik *Speaman rank*
P-Value : 0.000 < α : 0.05
Correlation Coefficient : - 0,694

Sumber : Data Primer, April 2026

Tabulasi silang antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Wilayah Desa Bettet Pamekasan dapat dijelaskan bahwa sebagian besar ibu hamil yang mendapatkan dukungan sosial rendah memiliki tingkat kecemasan tinggi, sebaliknya ibu hamil yang mendapat dukungan sosial tinggi memiliki tingkat kecemasan rendah. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *Speaman rank* didapatkan hasil *P- value* (0.000) > α 0.05 sehingga H0 diterima dan H1 ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial. Nilai *Correlation Coefficient* menunjukkan angka -0,694 sehingga dapat dijelaskan bahwa tingkat korelasi antara variabel dukungan sosial dan tingkat kecemasan ibu hamil trime ster III cukup kuat dengan arah hubungan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima ibu hamil trimester III, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil trimester III.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagi an besar ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekas an memilikidukungan sosial kategori rendah (61,0%). Pengukuran menggunakan Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) memperlihatkan bahwa rendahnya dukungan terjadi pada ketiga dimensi, yaitu dukungan keluarga, teman, dan orang yang dianggap penting. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu belum memperoleh dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan secara optimal selama kehamilan. Dukungan sosial merupakan faktor psikososial yang

berperan penting dalam membantu ibu beradaptasi terhadap perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan

Rendahnya dukungan sosial pada penelitian ini diduga berkaitan dengan karakteristik responden yang ketidakpastian karena ibu belum memiliki pengalaman menghadapi perubahan selama kehamilan maupun persalinan, sehingga lebih membutuhkan pendamping an dan dukungan dari lingkungan sekitar. Pada dimensi dukungan keluarga, sebagian besar responden juga menunjukkan kategori rendah. Rendahnya skor pada pernyataan mengenai keterbukaan kepada orang tua menunjukkan bahwa ibu masih mengalami hambatan dalam menyampaikan permasalahan selama kehamilan, meskipun keluarga tetap berupaya memberikan bantuan. Dukungan keluarga berperan penting dalam memberikan rasa aman, motivasi, serta membantu ibu menghadapi perubahan fisiologis dan psikologis selama kehamilan (Rodiyah, 2023). Selain itu, tingkat pendidikan responden yang sebagian besar berada pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah juga diduga memengaruhi kemampuan ibu dalam memahami informasi kehamilan dan mengomunikasikan kebutuhandukungan kepada sehingga mampu meningka tkan rasa aman danmengur angi tekanan psikologis.

sebagian besar merupakan ibu primigravida (65,9%). Kehamilan pertama sering kali menimbulkan keluarga (Adeliana, 2026).

Pada dimensi dukun gan teman, sebagian besar responden juga berada pada kategori rendah. Ibu hamil masih merasa kurang nyaman berbagi perasaan dengan teman, meskipun tetap memiliki teman yang dapat diandalkan ketika mengalami kesulitan. Dukungan dari teman berfungsi sebagai sumber informasi, pengalaman, dan dukungan emosional yang dapat membantu ibu mengurangi rasa takut dan kekhawatiran selama kehamilan (Putu, 2022). Kondisi ini semakin penting bagi ibu primigravida yang belum memiliki pengalaman menghadapi kehamilan sehingga membutuhkan tempat berbagi pengalaman dan memperoleh dukungan sosial (Riadi, 2024).

Pada dimensi dukungan dari orang yang dianggap penting, sebagian besar responden juga memiliki kategori rendah. Rendahnya skor pada pernyataan mengenai keterbukaan kepada tenaga kesehatan menunjukkan bahwa ibu belum sepenuhnya memanfaatkan

tenaga kesehatan sebagai sumber dukungan informasi maupun emosional. Selain itu, lebih dari separuh responden tidak tinggal bersama suami sehingga kesempatan memperoleh dukungan secara langsung menjadi lebih terbatas. Padahal, suami memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan yang dapat meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan (Hasyati, 2025).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III mengalami kecemasan tinggi (53,7%). Tingginya kecemasan diduga dipengaruhi oleh perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan, kekhawatiran menghadapi persalinan, pengalaman kehamilan per tama, serta rendahnya dukungan sosial yang diterima. Menurut (Solehati, 2024), perubahan psikologis selama kehamilan dapat memengaruhi kondisi emosional ibu sehingga apabila tidak diimbangi kemampuan adaptasi yang baik akan meningkatkan risiko kecemasan. Selain itu, dominasi responden primigravida dalam penelitian ini turut berkontribusi terhadap tingginya kecemasan karena ibu belum memiliki pengalaman menghadapi persalinan (Warda, 2023). Tidak tinggal bersama suami juga diduga menjadi faktor yang memperburuk kondisi psikologis ibu akibat berkurangnya dukungan emosional danpendampinga n selama kehamilan.

Analisis hubungan menggunakan uji Spearman Rank menunjukkan nilai p-value 0,000 (<0,05) dengan koefisien korelasi sebesar -0,694. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan kekuatan hubungan yang kuat dan arah negatif antara dukungan sosial dan tingkat kecemasan. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima ibu hamil, maka semakinrendah tingkat kecemasan yang dialami. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial cenderung diikuti oleh meningkatnya kecemasan menjelang persalinan.

Temuan ini menunju kkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif terhadap kondisi psikologis ibu hamil. Dukungan yang diberikan keluarga, suami, teman, maupun tenaga kesehatan dapat meningkatkan rasa percaya diri, membantu ibu memperoleh informasi yang tepat, serta mengurangi persepsi negatif terhadap proses persalinan. Meskipun

demikian, penelitian ini menemukan satu responden dengan dukungan sosial tinggi tetapi tetap mengalami kecemasan tinggi. Kondisi tersebut diduga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti usia kehamilan yang tergolong berisiko, kekhawatiran terhadap keselamatan janin, serta belum terpenuhinya kebutuhan emosional secara optimal meskipun secara umum dukungan sosial yang diterima tergolong tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan sosial, tetapi juga dipengaruhi oleh karakteristik individu dan kondisi psikologis masing-masing ibu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Cindrawati, 2025) yang menyatakan bahwa ibu hamil dengan dukungan sosial yang baik memiliki risiko kecemasan yang lebih rendah dibandingkan ibu dengan dukungan sosial yang kurang. Penelitian (Utami, 2025) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan faktor protektif yang mampu menurunkan stres dan kec emasan selama kehamilan. Dengan demikian, peningkatan dukungan sosial dari keluarga, suami, teman, maupun tenaga kesehatan perlu menjadi perhatian dalam upaya menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester III dan meningka tkan kesiapan menghadapi persalinan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

a. Ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekasan sebagian besar memiliki dukungan sosial dalam kategori rendah.
b. Ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekasan sebagian besar mengalami tingkat kecemasan dalam kategori tinggi.
c. Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Desa Bettet Pamekasan.

Saran

Saran Teoritis

Hasil penelitian ini diharap kan dapat menambah wawa san danpengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang kebidanan terkait pentingnya dukungan sosial terhadap kondisi psikologis ibu hamil, terutama dalam menurunkan tingkat kecemasan pada trimester III. Selain itu, penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya dengan mengembangkan variabel lain seperti tingkat

pendidikan, pengetahuan, dan kesiapan persalinan.

Saran Praktis

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya bidan, dapat meningkatkan pemberian edukasi kepada ibu hamil mengenai kehamilan dan persiapan persalinan, serta melibatkan suami atau keluarga dalam setiap pelayanan antenatal guna meningkatkan dukungan sosial terhadap ibu hamil.

a. Bagi Ibu Hamil
   Diharapkan ibu hamil dapat lebih aktif dalam mencari informasi terkait kehamilan dan persiapan persalinan, serta terbuka dalam berkomunikasi dengan suami maupun keluarga agar mendapatkan dukungan sosial yang optimal.
b. Bagi Keluarga / suami
   Diharapkan keluarga, terutama suami, dapat memberikan dukungan emosional, perhatian, serta pendampingan kepada ibu hamil sehingga dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan selama kehamilan.
c. Bagi Peneliti selanjutnya
   Diharapkan peneliti selanju tnya dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta menambahkan variabel lain seperti tingkat pendidikan, pengetahuan, dan faktor psikologis lainnya yang dapat mempengaruhi kecemasan ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

adeliana, kasmayani, dewi hastuty, a. (2026). *hubungan tingkat kecemasan dan pengetahuan ibu hamil trimester iii dengan kesiapan menghadapi persalinan di puskesmas buki adeliana1,*. *9*, 1113–1119.

cindrawati abas 1, levana sondakh 2*, dwi nur octaviani katili 3, t. e. p. s. k. 4. (2025). faktor dominan yang berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di wilayah puskesmas tilango cindrawati. *bunda edu-midwifery journal (bemj)*, *8*, 1038–1047.

dewi, a. r., ulfiana, e., & anggraini, d. d. (2025). faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester iii di uptd puskesmas sambong kabupaten blora. *jurnal sehat indonesia (jusindo)*, *7*(2), 612–628. https://doi.org/10.59141/jsi.v7i2.300

halman, d. p., umar, s., & limbong, t. (2022). perbedaan tingkat kecemasan primigravida dan multigravida trimester iii dalam menghadapi persalinan. *jurnal ilmiah kesehatan sandi husada*, *11*, 513–521. https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.822

hasyati, fitiani, sabri j. (2025). trimester iii dalam menghadapi persalinan di puskesmas lau kabupaten maros tahun 2023 relationship between spousal support and anxiety in pregnant women in the third trimester in facing childbirth at the lau health center maros regency in 2023. *journal of health quality development*, *3*(1), 23–34.

hikmahwaty1, nurlaeli amalia2, irmawati3, s. (2024). strategi bidan desa dalam meningkatkan kepatuhan ibu hamil terhadap kunjungan antenatal care di pustu bulo, kecamatan bungin, kabupaten enrekang , *15*(2), 59–68.

pertama, christi, m. s., & soetjiningsih, c. h. (2021). *hubungan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan melahirkan pada ibu hamil anak pertama (primigravida)*. *15*(2), 56–60.

putu yeni risanti1, made tangkas2, n. g. a. p. a., & 1program. (2022). *dukungan sosial menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester iii social support reduce the level of anxiety in facing labor in pregnant women trimester iii*. *6*, 74–82.

riadi, b. w. l. (2024). *kecemasan pada primigravida: peran regulasi emosi dan dukungan sosial*. *6*(1), 651–658.

rodiyah, aris setiawan, s.psi., m. p. (2023). pengaruh dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil. *jurnal psikologi*, *8762*.

solehati, indriani., t., jamlaay., & ruth, d. (2024). efektivitas hipnosis dalam menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester iii. *jurnal keperawatan*, *17*(1), 153–164. https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/489/507

utami, n. a., distinarista, h., wuriningsih, a. y., & wahyuni, s. (2025). *hubungan dukungan suami terhadap kesiapan psikologis ibu hamil primigravida dalam mencapai peran sebagai ibu*. *1*(2).

wahyuni, i. s., & bangaran, a. (2025). *menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida pendahuluan kesiapan persalinan merupakan proses perencanaan kelahiran normal dan antisipasi tindakan*. *4*(april), 33–42.

warda anil masyayih, eny siswati, d. a. n. (2023). *hubungan family support dengan kecemasan ibu hamil primigravida tm-iii dalam menghadapi persalinan di pmb ny"i" losari*. *6*(september), 114–120.