Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (1) 2026, Page: 9338-9350

Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukolilo 2

Putri[1], Diah Andriani Kusumastuti[2], Ika Tristanti[3]
[1,2,3]Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kudus
Email: 42022170015@std.umku.ac.id, diahandriani@umkudus.ac.id, ikatristanti@umkudus.ac.id

Published: February , 2026

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk meneliti hubungan antara tingkat kecemasan ibu baru dan dukungan suami mereka. Populasi yang diteliti dalam studi *cross sectional* ini menggunakan metodologi analitik observasional adalah ibu-ibu pada periode pascapersalinan antara 0-42 hari setelah melahirkan. Sampel diambil dengan metode purposive sampling yang melibatkan 42 ibu nifas sebagai responden. Kuesioner digunakan untuk pengumpulan data, dan metode uji *Spearman Rho* digunakan untuk analisis. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari total 42 ibu nifas, terdapat 27 ibu nifas yang menerima dukungan dari suami, sedangkan 15 ibu nifas lainnya tidak mendapatkan dukungan suami. Persentase ibu yang baru melahirkan dengan dukungan dari suami yang bebas dari kecemasan adalah 22 responden dengan 81,5%, cemas ringan 3 responden yang setara dengan 11,1 %, dan cemas sedang 2 responden yang mencakup 7.4%. Di sisi lain, ibu nifas tanpa dukungan suami terdiri dari 4 responden yaitu 26,7% yang tidak mengalami kecemasan, 8 responden atau 53,3% yang merasakan cemas ringan, dan 3 responden atau 20,0% yang mengalami kecemasan sedang. Dengan nilai *p-value* 0,000 <0,05 dan nilai r sebesar -0,671, temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan suami dan kecemasan pascapersalinan pada ibu. Studi ini menyimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kekhawatiran seorang ibu setelah melahirkan dan dukungan dari suaminya. Kecemasan ibu menurun seiring dengan meningkatnya dukungan dari suami.

Keywords: Dukungan Suami, Tingkat Kecemasan, Ibu Nifas

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the relationship between the anxiety levels of new mothers and their husbands' support. The population studied in this cross-sectional study using observational analytical methodology was mothers in the postpartum period between 0-42 days after giving birth. The sample was taken by purposive sampling method involving 42 postpartum mothers as respondents. A questionnaire was used for data collection, and the Spearman Rho test method was used for analysis. The results of this study showed that of the total 42 postpartum mothers, there were 27 postpartum mothers who received support from their husbands, while the other 15 postpartum mothers did not receive support from their husbands. The percentage of new mothers with support from their husbands who were free from anxiety was 22 respondents (81.5%), mild anxiety was 3 respondents (equivalent to 11.1%), and moderate anxiety was 2 respondents (7.4%). On the other hand, postpartum mothers without husband support consisted of 4 respondents: 26.7% who experienced no anxiety, 8 respondents (53.3%) who experienced mild anxiety, and 3 respondents (20.0%) who experienced moderate anxiety. With a p-value of 0.000 <0.05 and an r-value of -0.671, the study findings indicate a relationship between husband support and postpartum anxiety in mothers. This study concluded that there is a significant correlation between a mother's anxiety after giving birth and support from her husband. Maternal anxiety decreased as husband support increased.

Keywords: *Husband Support, Anxiety Level, Postpartum Mothers*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan suatu periode yang memiliki batas waktu tertentu, namun sering kali menjadi fase yang penuh dengan tekanan dan beban bagi ibu. Menetapkan diagnosis yang akurat dan perawatan yang memadai sangat penting karena periode ini merupakan peristiwa kritis yang dapat memiliki berbagai dampak jangka pendek dan jangka panjang pada kehidupan perempuan. Salah

satu gangguan psikologis yang mungkin dialami banyak ibu baru setelah memiliki bayi adalah perasaan khawatir atau gugup yang disebut kecemasan, dengan prevalensi berkisar antara 13% hingga 40% (Hakimi et al., 2021). Masa nifas , yang biasanya berlangsung selama enam minggu, adalah waktu antara kelahiran bayi dan plasenta serta kembalinya rahim ke bentuk sebelum kehamilan. Para ibu yang sedang masa nifas mengalami berbagai penyesuaian pada masa ini, termasuk penyesuaian sosial, psikologis, dan fisiologis. Ibu yang sedang masa nifas mungkin menderita kecemasan, sejenis gangguan psikologis yang jika tidak diobati, dapat menyebabkan depresi pascapersalinan, yang dapat menurunkan kemampuan kognitif anak dibandingkan dengan anak-anak seusianya (Istiqomah et al., 2021).

Kecemasan pada ibu nifas terjadi setelah melahirkan dan memengaruhi kesejahteraan fisik maupun mental, dengan tingkat keparahan yang dapat berkisar dari ringan, sedang, hingga berat. Kondisi ini berhubungan dengan perubahan hormonal, gangguan kesehatan mental, serta dapat berdampak pada kualitas interaksi antara ibu dan bayinya. Beragam faktor internal maupun eksternal dapat memicu kecemasan pada ibu nifas, antara lain usia, tingkat pendidikan, status pekerjaan, jumlah paritas, serta dukungan dan motivasi yang diperoleh selama masa nifas (Ni Kadek Ratna Dewi et al., 2025).

Kecemasan dan stres yang tidak ditangani dengan baik pada ibu nifas dapat menimbulkan dampak yang bersifat menyeluruh. Dari sisi fisiologis, stres yang berlangsung lama dapat mengganggu keseimbangan hormon, menurunkan kualitas tidur, serta melemahkan sistem kekebalan tubuh. Secara psikologis, stres dapat menghambat kemampuan ibu dalam menyesuaikan diri dengan peran barunya dan meningkatkan risiko terjadinya gangguan afektif. Dampak tersebut juga dirasakan oleh bayi, terutama terkait pola menyusui, perkembangan neurobehavioral, serta ikatan antara ibu dan bayi (maternal-infant bonding). Selain itu, keluarga sebagai satu kesatuan sistem turut terpengaruh, ditandai dengan meningkatnya konflik dalam rumah tangga, kelelahan emosional pada pasangan, serta menurunnya kualitas hidup keluarga secara keseluruhan.

Kusumastuti et al (2020) mengemukakan bahwa kecemasan yang dialami oleh para ibu berpotensi menghambat kegiatan rutin mereka, bahkan berdampak pada terhambatnya pertumbuhan anak dalam kehidupannya. Kecemasan pada masa nifas juga berdampak pada kesejahteraan ibu, pasangan, anggota keluarga, serta memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kondisi ini juga menurunkan kemampuan ibu dalam mengasuh anak. Ibu yang mengalami kecemasan cenderung menunjukkan perilaku pengasuhan yang kurang baik dan enggan terlibat, sehingga mengurangi kualitas pengasuhan terhadap perkembangan bayi. Perkembangan kecemasan pascapersalinan dapat menghambat pertumbuhan bayi dan memicu malnutrisi akibat penyapihan dini serta praktik pemberian makan yang kurang tepat. Karena terjadi pada periode krusial bagi perkembangan fisik, psikologis, dan mental bayi, kondisi ini berisiko menimbulkan gangguan kognitif, emosional, dan perilaku pada anak (Ariasih et al., 2023).

Individu pascapersalinan yang menderita depresi atau kecemasan dan tidak menerima intervensi medis berpotensi lebih besar untuk menunjukkan kecenderungan penyalahgunaan zat atau alkohol, serta menghadapi peningkatan risiko bunuh diri. Lebih lanjut, kondisi depresi dan kecemasan yang tidak mendapatkan penanganan yang memadai berpotensi menimbulkan pengaruh negatif terhadap ikatan emosional antara ibu dan buah hatinya, yang sangat penting bagi terciptanya ikatan aman serta perkembangan anak yang sehat. Anak-anak dari ibu yang menderita depresi atau kecemasan pascapersalinan berisiko lebih besar mengalami kekurangan gizi, pertumbuhan yang terhambat, gangguan tidur, hingga lebih mudah terserang penyakit. Permasalahan emosional, seperti kesulitan dalam bersosialisasi, perilaku yang terinternalisasi, gangguan perilaku, maupun indikator fisiologis berupa peningkatan kadar kortisol, juga lebih sering dijumpai pada anak-anak dengan ibu yang mengalami depresi atau kecemasan pascapersalinan yang tidak diobati (Eriksson et al., 2024). Penatalaksanaan kecemasan masa nifas didasarkan pada riwayat medis, tingkat keparahan gejala, dampaknya terhadap fungsi sehari-hari, preferensi pasien, serta ketersediaan sumber daya dan tenaga ahli. Perempuan dengan gejala kecemasan ringan hingga sedang biasanya ditangani melalui pendekatan psikoterapi, seperti terapi musik, yang terbukti efektif sebagai metode nonfarmakologis untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu nifas. Berdasarkan hasil meta-analisis terhadap empat uji coba terkontrol acak, terapi musik menunjukkan pengurangan yang cukup besar pada tingkat

kecemasan (MD = -0,68; 95% CI = -1,90 hingga -0,54; p < 0,001) dan tingkat nyeri (MD = -1,85; 95% CI = -3,96 hingga -0,26; p < 0,001) jika dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil ini mengindikasikan bahwa penggunaan terapi musik dapat secara signifikan mengurangi Tingkat kecemasan serta rasa sakit pada ibu setelah melahirkan, dan juga berfungsi sebagai pilihan intervensi yang terjangkau, sederhana, dan aman tanpa adanya efek samping dari obat-obatan. Dengan demikian, terapi musik dapat dijadikan salah satu terapi komplementer untuk meningkatkan kenyamanan dan kesehatan mental ibu nifas (Hakimi et al., 2021).

Selain itu penanganan kecemasan pada ibu nifas juga bisa dilakukan dengan menggunakan aromaterapi minyak esensial bergamot, yang merupakan cara non-obat yang aman dan efektif. Dalam penelitian ini, minyak esensial bergamot di terapkan pada 20 wanita pasca operasi caesar menggunakan desain pretest dan posttest satu kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan signifikan skor EPDS dari 11,35 ± 0,81 menjadi 5,45 ± 3,50 setelah dua minggu pemberian aromaterapi bergamot dengan nilai p < 0,001. Ini berarti aromaterapi bergamot secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan dan gejala kecemasan. Jadi, penanganan kecemasan nifas secara nonfarmakologis dengan aromaterapi bergamot efektif dan dapat digunakan sejak hari pertama setelah persalinan untuk mencegah gangguan psikologis yang lebih berat, sebagaimana dibuktikan dengan p value < 0,001 (Malahayati, 2021).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan selama masa nifas juga bisa melalui pendekatan komunikasi interpersonal, dengan mempertimbangkan jumlah persalinan (paritas) serta meningkatkan dukungan psikologis yang diberikan oleh pasangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dukungan suami serta jumlah anak yang dimiliki seorang ibu berhubungan dengan seberapa tingkat kecemasan ibu baru selama 10 hari pertama setelah melahirkan di Puskesmas Jumo, Kabupaten Temanggung, selama bulan April hingga Mei 2020, dengan jumlah responden sebanyak 40 ibu nifas. Hasil analisis menggunakan uji Spearman Rho menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu nifas, dengan nilai p = 0,00 serta tingkat keeratan hubungan yang kuat (r = 0,756). Selain itu, terdapat pula hubungan signifikan antara paritas dengan kecemasan nifas dengan nilai p = 0,00 dan kekuatan hubungan yang kuat (r = 0,756) (Nadiroh et al., 2022).

Dukungan keluarga berperan dalam mempersiapkan ibu dan anggota keluarga lainnya untuk menyambut kehadiran anggota baru. Suami memiliki peran yang sangat penting karena turut memberikan dukungan mulai dari masa kehamilan hingga proses persalinan (Handini et al., 2021). Uji Gamma menghasilkan temuan dengan koefisien korelasi -0,707 dan nilai p 0,000 (p < 0,05). Temuan ini menunjukkan korelasi negatif yang besar dan signifikan antara tingkat kecemasan ibu pascapersalinan dan dukungan suami mereka; artinya, semakin banyak dukungan yang diberikan suami, semakin rendah kecemasan yang dialami ibu nifas. Sebaliknya, jika dukungan dari suami kurang, maka kecemasan ibu nifas cenderung meningkat. Temuan ini menegaskan bahwa bantuan emosional, instrumental, dan motivasional dari suami sangat krusial dalam mempertahankan kesehatan mental ibu setelah proses melahirkan. Dengan demikian, seorang ibu membutuhkan dukungan dari pasangannya, yang menjadi salah satu elemen yang dapat berpengaruh terhadap munculnya kecemasan. Seorang ibu yang tidak menerima dukungan sosial yang cukup dari pasangannya lebih mungkin mengalami kecemasan nifas. Dukungan dari pasangan termasuk dalam kategori dukungan sosial (Palupi et al., 2022).

Peran seorang ibu sangat signifikan bagi pertumbuhan anak, oleh karena itu ibu yang merasakan kecemasan selama masa nifas harus mendapatkan perawatan yang memadai agar tidak berlanjut menjadi masalah yang lebih berat. Oleh karena itu, suami dan keluarga perlu merawat serta mendukung ibu nifas, baik dengan membantu merawat bayi maupun memfasilitasi pekerjaan rumah tangga. Tenaga medis, terutama bidan seharusnya memberikan komunikasi, informasi, dan pendidikan (KIE) kepada ibu setelah melahirkan guna meningkatkan pemahaman dalam menghindari kecemasan dan masalah psikologis yang lebih serius (Achmad & Wabula, 2023).

Studi pendahuluan yang dilakukan penulis terhadap 10 ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Sukolilo 2 menujukkan bahwa sebagian ibu mengalami kecemasan selama masa nifas. Studi pendahuluan ini dilakukan pada bulan September 2025 dengan metode wawancara langsung menggunakan lembar pertanyaan sederhana yang terdiri dari 5 pertanyaan yang berkaitan dengan

kecemasan dan bentuk dukungan suami, meliputi dukungan emosional, pemberian informasi, serta bantuan dalam perawatan ibu dan bayi. Responden dipilih secara purposive sampling sesuai kriteria ibu nifas hari ke-7 sampai hari ke-28 dan bersedia menjadi responden.

Berdasarkan hasil wawancara, dari 10 ibu nifas, sebanyak 6 ibu mengatakan sering merasa khawatir terhadap kondisi bayinya, seperti takut ASI tidak cukup, takut bayi sakit, dan cemas ketika bayi menangis terus-menerus. 4 ibu lainnya mengaku kadang merasa gelisah dan sulit tidur, terutama pada malam hari. Selain itu, ibu mengatakan mudah merasa lelah dan sensitif secara emosional selama masa nifas.

Dari segi dukungan suami, ditemukan bahwa 6 ibu menyatakan suami memberikan dukungan dalam bentuk membantu merawat bayi, membantu pekerjaan rumah, serta memberikan motivasi dan perhatian. Ibu yang mendapatkan dukungan dukungan tersebut mengaku merasa lebih tenang dan percaya diri dalam merawat bayinya. Sementara itu 4 ibu lainnya menyatakan suami kurang terlibat dalam perawatan bayi karena kesibukan bekerja, sehingga ibu merasa lebih sering cemas dan kewalahan dalam menjalani peran barunya.

Hasil studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa ibu nifas yang mendapatkan dukungan suami yang baik cenderung melaporkan tingkat kecemasan yang lebih ringan dibandingkan ibu yang kurang mendapatkan dukungan. Temuan awal ini mengindikasikan adanya kemungkinan hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu nifas.

METODE PENELITIAN

Untuk memastikan hubungan antara dua variabel atau lebih, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *korelasional*. Metode ini dipilih karena informasi yang dikumpulkan bersifat numerik dan akan dianalisis secara statistik untuk menentukan bagaimana tingkat kecemasan wanita pascapersalinan berhubungan dengan dukungan suami mereka (Sugiyono, 2016). Penelitian ini menggunakan strategi cross sectional, yang menggunakan teknik observasi atau pengumpulan data simultan pada titik waktu tertentu untuk menyelidiki hubungan antara variabel risiko dan konsekuensinya. Setiap subjek hanya diamati sekali dalam desain ini (Notoatmodjo, 2018). Untuk penelitian ini, populasi yang diteliti adalah semua ibu yang baru melahirkan di area kerja Puskesmas Sukolilo 2. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini ditentukan sebanyak 42 responden berdasarkan estimasi sampel menggunakan algoritma Slovin. Metode pengumpulan data dilakukan secara kuantitatif. Peneliti mengumpulkan data penelitian dengan menggunakan lembar kuesioner sebagai alat pengukuran. Untuk memastikan bahwa ibu masih dalam fase pascapersalinan, data sekunder dikumpulkan untuk penelitian ini dari buku KIA atau rekam medis, data demografi responden dari puskesmas (misalnya jumlah ibu nifas perbulan), dan catatan kesehatan terkait persalinan/ komplikasi. Analisa data dalam penelitian ini yaitu analisis univariat, dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Paritas, Pekerjaan, dan Pendidikan

Karakteristik Subjek		Frekuensi	Persentase
Usia			
1.	< 20 tahun	3	7,1%
2.	20 – 35 tahun	32	76,2%
3.	> 35 tahun	7	16,7%
Paritas			
1.	Primipara	19	45,2%
1.	Multipara	21	50,0%
2.	Grandemultipara	2	4,8%

Pekerjaan			
1.	IRT	29	69,0%
2.	Wiraswasta	11	26,2%
3.	Pegawai Swasta	1	2,4%
4.	PNS	1	2,4%
Pendidikan			
1.	SD	14	33,3%
2.	SMP	12	28,6%
3.	SMA	13	31,0%
4.	S1	3	7,1%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan temuan dari penelitian yang melibatkan 42 responden, karakteristik mereka dianalisis melalui beberapa faktor, yakni usia, paritas, pekerjaan, dan tingkat pendidikan. Dalam hal usia, mayoritas responden berada dalam kategori 20–35 tahun dengan jumlah 32 orang (76,2%), sementara 3 orang (7,1%) berusia di bawah 20 tahun, dan 7 orang (16,7%) memiliki usia lebih dari 35 tahun. Dari sisi paritas, sebagian besar responden adalah multipara dengan total 21 orang (50,0%), disusul oleh primipara yang berjumlah 19 orang (45,2%), dan grandemultipara sebanyak 2 orang (4,8%). Terkait pekerjaan, mayoritas responden adalah ibu rumah tangga dengan jumlah 29 orang (69,0%), diikuti oleh 11 orang (26,2%) yang berprofesi sebagai wiraswasta, 1 orang (2,4%) sebagai karyawan swasta, dan 1 orang (2,4%) sebagai pegawai negeri. Mengenai pendidikan, latar belakang pendidikan responden cukup beragam, terdiri dari 14 orang (33,3%) yang hanya berpendidikan dasar, 12 orang (28,6%) tamat SMP, 13 orang (31,0%) lulus SMA, dan 3 orang (7,1%) memiliki gelar S1.

Analisis Univariat

Distribusi frekuensi variabel independen dan dependen dalam penelitian ini diperiksa menggunakan analisis univariat.

Dukungan Suami

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Dukungan Suami

Dukungan Suami	Frekuensi	Persentase
Mendukung	27	64,3%
Tidak mendukung	15	35,7%
Total	42	100 %

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 2, mengungkapkan bahwa dari 42 responden, 27 (64,3%) mendapat dukungan dari suami mereka, sedangkan 15 (35,7%) tidak.

Kecemasan Ibu Nifas

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Kecemasan Ibu Nifas

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	26	61,9%
Cemas Ringan	11	26,2%
Cemas sedang	5	11,9%
Total	42	100 %

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa dari 42 responden, 11 (26,2%) mengalami kecemasan ringan, 5 (11,9%) mengalami kecemasan sedang, dan 26 (61,9%) tidak mengalami kecemasan.

Analisis Bivariat

Uji Normalitas Data

Tabel 4. Uji Normalitas Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Variabel	Statistik	df	p-value	Ket.
Dukungan Suami	0,667	42	0,000	a < 0,05
Tingkat Kecemasan	0,789	42	0,000	a < 0,05

Berdasarkan tabel 4, asil uji normalitas dengan menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa variabel dukungan suami memiliki nilai signifikansi p = 0,000, sedangkan variabel tingkat kecemasan ibu nifas memiliki nilai signifikansi p = 0,000. Karena kedua variabel memiliki p < 0,05, dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, uji korelasi *Spearman Rho* digunakan untuk menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut..

Untuk memastikan apakah data penelitian terdistribusi secara teratur atau tidak, dilakukan uji normalitas. Pengujian ini sangat penting karena menentukan jenis uji statistik mana yang terbaik; uji parametrik digunakan untuk mengevaluasi data yang terdistribusi secara teratur, sedangkan uji non-parametrik digunakan untuk menganalisis data yang tidak berdistribusi normal. Karena jumlah sampel dalam penelitian ini kurang dari 50, metode *Shapiro-Wilk* yang lebih cocok untuk mengidentifikasi penyimpangan dari normalitas pada sampel kecil digunakan untuk uji normalitas. Berdasarkan hasil pengujian, tingkat kecemasan ibu pascapersalinan dan dukungan suami sama-sama memiliki nilai p sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut tidak terdistribusi secara normal. Median digunakan untuk mengelompokkan variabel karena data tidak berdistribusi normal. Uji *Spearman Rho* non-parametrik digunakan untuk memeriksa hubungan antara kedua variabel berdasarkan hasil ini.

Hasil Analisa Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 5. Hasil Uji Spearman Rho Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Dukungan Suami	Kecemasan						Total		r	*p value*
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang					
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Mendukung	22	81,5	3	11,1	2	7,4	27	100	-0,671	0,000
Tidak Mendukung	4	26,7	8	53,3	3	20,0	15	100		
Total	26	61,9	11	26,2	5	11,9	42	100		

Analisis uji korelasi peringkat Spearman menghasilkan nilai koefisien korelasi r = -0,671 dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05). Karena nilai p berada di bawah batas signifikansi 0,05, disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan yang diberikan oleh suami dan tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu pascapersalinan. Selain itu, hubungan yang berbanding terbalik ditunjukkan oleh koefisien korelasi negatif. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu pascapersalinan menurun seiring dengan meningkatnya dukungan suami dan sebaliknya. Kedua variabel ini memiliki hubungan yang kuat, seperti yang ditunjukkan oleh nilai absolut koefisien korelasi sebesar 0,671.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 42 responden, 3 orang (7,1%) berusia di bawah 20 tahun, 32 orang (76,2%) berusia 20–35 tahun, dan 7 orang (16,7%) berusia di atas 35 tahun. Rentang usia 20 hingga 30 tahun adalah usia optimal untuk kehamilan dan persalinan karena ibu berada dalam posisi terbaik untuk merawat anaknya selama periode ini. Sementara itu, ibu yang hamil yang berusia di bawah usia 20 tahun biasanya memiliki pemahaman yang sedikit mengenai kehamilan dan belum sepenuhnya matang secara fisik, mental, serta belum siap menjalani peran dan kegiatan baru sebagai seorang ibu (Opala, 2022).

Ibu yang melahirkan dalam usia dibawah 20 tahun memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami kecemasan setelah persalinan. Kondisi ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya persiapan mental dan emosional dalam menghadapi peran sebagai faktor-faktor yang memengaruhi perawatan bayi meliputi kurangnya pengetahuan dan keahlian dalam merawat bayi, stigma dan tekanan sosial, serta kurangnya dukungan dari keluarga dan pasangan. Usia yang paling sesuai untuk reproduksi adalah antara 20 hingga 35 tahun, ini sering dianggap sebagai waktu paling stabil untuk menjalani kehamilan dan fase pascapersalinan, baik dari segi kesehatan fisik maupun emosional. Para ibu dalam kelompok usia ini umumnya memiliki akses yang lebih baik ke fasilitas dan pengetahuan kesehatan, memiliki perkembangan emosional yang lebih baik, dan memiliki dukungan sosial yang lebih banyak. Menurut beberapa penelitian, kelompok usia ini seringkali memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah daripada kelompok usia yang sangat muda atau lebih tua. Para ibu di kelompok usia yang lebih matang (>35 tahun) mungkin masih merasa cemas meskipun memiliki kematangan emosional yang lebih tinggi karena kekhawatiran tentang potensi kesulitan kehamilan atau kesehatan janin, tekanan untuk menjadi "ibu ideal," dan risiko kelelahan fisik yang lebih tinggi (Dungga et al., 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Erlitna, 2024) dengan judul "faktor-faktor yang berhubungan dengan ibu postpartum" Berdasarkan analisis hubungan antara usia ibu nifas dan tingkat kecemasan, diperoleh bahwa responden berusia <20 tahun mengalami kecemasan berat sebanyak 5 orang (71,4%) dan kecemasan ringan sebanyak 2 orang (28,6%). Pada kelompok usia 20–35 tahun, 11 orang (37,9%) mengalami kecemasan berat dan 18 orang (62,1%) mengalami kecemasan ringan. Sementara itu, ibu nifas berusia >35 tahun mengalami kecemasan berat sebanyak 2 orang (11,1%) dan kecemasan ringan sebanyak 16 orang (88,9%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p = 0,012 (<0,05), yang mengindikasikan adanya korelasi signifikan antara usia ibu pascapersalinan dan tingkat kecemasan.

Paritas

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa primipara terdapat 19 responden dengan 45,2%, multipara terdapat 21 responden dengan 50,0%, dan grandemultipara terdapat 2 responden dengan 4,8%. Banyak faktor dapat memengaruhi timbulnya kecemasan pada masa nifas, salah satunya adalah paritas atau jumlah anak. Paritas berhubungan dengan kondisi obstetri ibu setelah melahirkan. Ibu yang baru melahirkan pertama kali (primipara) sering kali merasa cemas karena tidak mempunyai pengalaman dalam menjalani masa nifas, sehingga mereka lebih sulit menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi. Namun, kecemasan juga tetap dapat muncul pada ibu multipara, yang mungkin dipicu oleh pengalaman kurang menyenangkan atau masalah yang pernah dialami pada masa lalu (Nadhiroh et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh (Dungga et al., 2023) yang berjudul "Hubungan Usia, Pendidikan, dan Paritas terhadap Postnatal Anxiety berdasarkan Skala DASS-42". Dalam studi ini, analisis mengenai hubungan antara paritas dan kecemasan pasca melahirkan menunjukkan bahwa dari 57 partisipan, 31 orang (54,4%) dalam kategori multipara menunjukkan kecemasan yang normal, 1 orang (1,8%) multipara mengalami kecemasan yang berat, 3 orang (5,3%) grandemultipara memiliki kecemasan normal, 20 orang (35%) primipara menunjukkan kecemasan normal, 1 orang (1,8%) primipara mengalami kecemasan ringan, dan 1 orang (1,8%) primipara mengalami kecemasan sedang. Hasil analisis bivariate dengan uji Chi-Square menunjukkan nilai p = 0,674 (p > 0,05), sehingga hipotesis alternatif (Ha) ditolak dan disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara paritas ibu setelah melahirkan dengan kecemasan pasca melahirkan.

Pekerjaan

Berdasarkan sifat pekerjaan yang dimiliki oleh responden, terlihat bahwa sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga sebanyak 29 orang (69,0%). Selain itu, terdapat 11 orang (26,2%) yang berprofesi sebagai wiraswasta, 1 orang (2,4%) yang bekerja sebagai pegawai swasta, dan 1 orang (2,4%) yang berstatus sebagai pegawai negeri sipil.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Febriana, 2023) dengan judul "hubungan karakteristik ibu dengan kejadian kecemasan nifas" dengan analisis hubungan pekerjaan dengan kecemasan dilihat dari pekerjaan dengan status ibu yang tidak bekerja berjumlah 15 responden yang sebagian besar yaitu 11 (73,3%) tidak mengalami kecemasan nifas. Hasil ini sama

dengan hasil yang ditemukan pada status ibu yang bekerja. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p = 1,000 ($p > \alpha$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan kejadian komplikasi pada masa nifas di Puskesmas Kecamatan Ambarawa.

Pendidikan

Berdasarkan sifat-sifat pendidikan para responden, temuan penelitian mengungkapkan bahwa terdapat 14 responden berpendidikan SD yang mewakili 33,3%, 12 responden berpendidikan SMP yang menjangkau 28,6%, 13 responden berpendidikan SMA yang terdiri dari 31,0%, dan 3 responden berpendidikan S1 yang mencakup 7,1%.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dungga et al., 2023) berjudul "hubungan antara usia, pendidikan, dan paritas dengan kecemasan pasca melahirkan berdasarkan skala dass-42" yang meneliti keterkaitan pendidikan terhadap kecemasan setelah melahirkan. Berdasarkan data yang didapat, sebagian besar responden yang memiliki latar belakang pendidikan menengah (SMP dan SMA) yaitu 42 orang (73,7%) menunjukkan tanda-tanda kecemasan yang normal. Sementara dalam kelompok pendidikan menengah, terdapat 1 orang (1,8%) yang mengalami kecemasan ringan dan 1 orang (1,8%) yang mengalami kecemasan tingkat berat. Tanda kecemasan normal juga muncul pada 1 orang (1,8%) dengan pendidikan dasar dan 11 orang (19,3%) memiliki pendidikan tinggi. Kecemasan ringan dan berat masing-masing ditemukan pada 1 responden (1,8%) yang berpendidikan menengah. Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai p = 0,238 (p > 0,05), sehingga hipotesis alternatif (Ha) ditolak, yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu pasca melahirkan dan kecemasan setelah melahirkan.

Dukungan Suami

Temuan dari studi ini mengindikasikan bahwa 27 partisipan (64,3%) mendapatkan bantuan dari suami, sementara 15 partisipan (35,7%) tidak mendapatkan dukungan dari suami.

Dukungan suami adalah salah satu cara pasangan untuk membantu dalam menghadapi berbagai tantangan. Tantangan yang dimaksud terkait dengan perubahan yang terjadi selama periode masa nifas, yang memerlukan proses penyesuaian yang baik. Dukungan dari suami dapat memperkuat hubungan emosional dengan ibu, memberikan motifasi mental, dan meningkatkan rasa percaya diri. Selain itu, dukungan tersebut juga membantu menstabilkan tingkat stres setelah melahirkan sehingga ibu dapat terhindar dari gangguan psikologis seperti kecemasan. Setiap langkah yang diambil oleh suami terkait kondisi ibu selama periode nifas dapat berdampak pada keadaan mental ibu serta kelancaran proses yang dilaluinya. Dukungan yang baik dari suami sangat penting untuk mendampingi ibu dalam melalui masa nifas. Jika suami tidak memberikan dukungan, hal ini bisa menyebabkan masalah emosional, termasuk kecemasan pada ibu yang baru melahirkan. Ibu yang menerima dukungan suami secara emosional, instrumental, maupun apresiatif cenderung tidak menunjukkan gejala kecemasan, sementara ibu yang kurang mendapatkan dukungan suami lebih berisiko mengalami gejala kecemasan (Nadhiroh et al., 2022).

Hal ini konsisten dengan studi yang dilakukan oleh (Husaidah et al., 2025) yang berjudul "hubungan dukungan suami dengan kejadian kecemasan pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas sei langkai kota batam. " Penelitian ini mengindikasikan adanya keterkaitan antara dukungan dari suami dengan munculnya kecemasan pada ibu yang baru melahirkan. Dari total 68 ibu nifas yang mendapatkan dukungan dari suami, tidak satupun (0%) yang mengalami perasaan cemas, dan seluruhnya (100%) tidak merasakan kecemasan. Sebaliknya, di antara ibu nifas yang tidak mendapatkan dukungan suami, 22 orang (73,3%) mengalami kecemasan, sementara 8 orang (26,7%) tidak merasakannya. Temuan ini menegaskan bahwa kurangnya dukungan dari suami berhubungan dengan meningkatnya kejadian kecemasan pada ibu nifas. Berdasarkan analisis Chi-Square, didapatkan P-value = 0,000.

Tingkat Kecemasan

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa yang mengalami cemas ringan terdapat 11 responden dengan 26,2%, cemas sedang terdapat 5 responden dengan 11,9%, dan yang tidak mengalami kecemasan terdapat 26 responden dengan 61,9%.

Kecemasan pada masa nifas merupakan gangguan emosional yang ditandai dengan munculnya rasa khawatir yang mendalam dan berlangsung terus-menerus terhadap kondisi ibu maupun bayi, yang dapat memengaruhi perilaku namun masih dalam batas normal. Kecemasan ini

timbul karena ketidakmampuan seorang ibu untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan, minimnya wawasan, serta kurangnya kesiapan menghadapi perubahan emosi. Keadaan ini sering kali tidak terlihat karena banyak ibu tidak mengungkapkannya. Gejala yang umum dialami ibu dengan kecemasan antara lain perasaan cemas, kekhawatiran mengenai kondisi diri dan bayinya, gangguan tidur, sulit berkonsentrasi, serta rasa takut jika berada sendirian (Nadhiroh et al., 2022).

Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Nilai p sebesar 0,000 (<0,05) ditemukan berdasarkan hasil uji peringkat Spearman untuk hubungan antara tingkat kecemasan ibu pascapersalinan dan dukungan suami mereka, yang menunjukkan bahwa Ha diterima dan Ho ditolak. Ibu pascapersalinan mengalami kecemasan yang lebih rendah ketika mereka menerima lebih banyak bantuan. Teori dukungan sosial memberikan penjelasan untuk hal ini (House, 1981), Dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan apresiasi (penghargaan) adalah empat kategori dukungan sosial. Berdasarkan teori ini, dukungan suami mempengaruhi kecemasan ibu nifas karena dukungan sosial yang diberikan berperan sebagai proteksi psikologis. Ibu yang merasa diperhatikan, dibantu secara praktis, dan diberikan informasi yang jelas oleh suami cenderung mengalami kecemasan lebih rendah, sehingga masa nifas dapat dilewati dengan tenang dan percaya diri. Penelitian terdahulu mendukung temuan ini. Studi oleh (Istiana & Cahyati, 2025) Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas yang tidak memperoleh dukungan dari suaminya memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kecemasan, sementara ibu yang menerima dukungan penuh dari suami cenderung memiliki kondisi emosional yang lebih stabil dan tidak mengalami kecemasan. Selain itu, penelitian oleh (Wang et al., 2023) menemukan bahwa dukungan suami tidak hanya secara langsung menurunkan kecemasan, tetapi juga melalui peningkatan kepuasan pernikahan dan ikatan ibu-bayi, yang selanjutnya mempengaruhi tingkat kecemasan ibu. Hal ini menegaskan bahwa peran dan keterlibatan suami dalam memberikan dukungan emosional, instrumental, dan informasi sangat penting dalam mencegah gangguan psikologis seperti kecemasan serta membantu ibu menyesuaikan diri dengan perannya setelah melahirkan.

KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan pada bulan November 2025 di wilayah kerja Puskesmas Sukolilo 2 menyimpulkan bahwa:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yaitu 32 orang (76,2%), diikuti usia >35 tahun sebanyak 7 orang (16,7%) dan usia <20 tahun sebanyak 3 orang (7,1%). Berdasarkan paritas, mayoritas responden merupakan multipara, yaitu 21 orang (50,0%), primipara 19 orang (45,2%), dan grandemultipara 2 orang (4,8%). Distribusi pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga, yaitu 29 orang (69,0%), diikuti wiraswasta 11 orang (26,2%), serta pegawai swasta dan PNS masing-masing 1 orang (2,4%). Sementara itu, untuk tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SD sebanyak 14 orang (33,3%), SMP 12 orang (28,6%), SMA 11 orang (26,2%), dan S1 sebanyak 3 orang (7,1%).
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 27 responden (64,3%) ibu nifas menerima dukungan dari suami, sedangkan 15 responden (35,7%) tidak memperoleh dukungan suami.
3. Tingkat kecemasan ibu nifas dalam penelitian ini didominasi oleh kondisi tidak cemas. Sebanyak 26 responden (61,9%) berada pada kategori *tidak cemas*, 11 responden (26,2%) mengalami cemas ringan, dan 5 responden (11,9%) mengalami cemas sedang.
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 27 ibu nifas yang menerima dukungan suami, 22 responden (81,5%) tidak mengalami kecemasan, 3 responden (11,1%) mengalami kecemasan ringan, dan 2 responden (7,4%) mengalami kecemasan sedang. Sementara itu, dari 15 ibu nifas yang tidak memperoleh dukungan suami, 4 responden (26,7%) tidak mengalami kecemasan, 8 responden (53,3%) mengalami kecemasan ringan, dan 3 responden (20,0%) mengalami kecemasan sedang. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p = 0,000 (<0,05) dan nilai koefisien korelasi r (continuity correlation) sebesar -0,671, yang termasuk dalam kategori korelasi kuat dengan arah hubungan negatif. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu nifas di Wilayah Kerja

Puskesmas Sukolilo 2, di mana semakin tinggi dukungan suami yang diberikan, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

Achmad, I., & Wabula, W. M. (2023). Studi Kasus: Dukungan Suami Pada Proses Adaptasi Psikologi Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan*, *3*(1), 28–34. https://doi.org/10.32695/jbd.v3i1.453

Agatra, S. E., Titisari, I., Rahmaningtyas, I., & Kundarti, F. I. (2023). Systematic Review: The Relationship of Spouses' Support and Postpartum Depression. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, *10*(1), 144–153. https://doi.org/10.26699/jnk.v10i1.art.p144-153

Ahmadpour, P., & Faroughi, F. (2023). *Hubungan pengalaman melahirkan dengan depresi dan kecemasan pascapersalinan : studi cross-sectional*. 1–9.

Amiyarti, L. G., Indriastuti, N. A., & Hernani, E. (2024). Pengaruh Intervensi Terapi Hypnobreastfeeding Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primipara Pasca Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Medika Nusantara*, *2*(2), 64–74.

Antoniou, E., et al. (2022). The important role of partner support in womens mental healt during the perinatal period. *International Jurnal*.

Ariasih, R. A., Mizna Sabilla, & Dewi Purnamawati. (2023). Persepsi dan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Depresi Post Partum di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Semesta Sehat (J-Mestahat)*, *3*(1), 11–20. https://doi.org/10.58185/j-mestahat.v3i1.101

Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*.

Atikah, N., Lestari, W., & Dewi, Y. I. (2024). Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres pada Ibu Primipara Pasca Melahirkan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, *4*, 4913–4927.

Az-Zahra, H. Z. (2023). Hubungan Hormon Adaptasi Fisiologi Dan Psikologi Pada Masa Nifas. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, *8*(2), 8.

Cahyaningrum, W. A., Rizqiea, N. S., & Mardiyah, S. (2024). *the Relationship of Husband'S Support To Postpartum Women'S Anxiety in the Event of Postpartum Blues in the Working Area of Gambirsari Health Center Technical Implementation Unit*.

Darma, R., & Tanjung, S. (2024). *Jurnal Gentle Birth Hubungan Dukungan Suami dengan Keparahan Postpartum Blues pada Ibu Nifas Rantauprapat Jurnal Gentle Birth*. *1*(September 2023), 1–8.

Dewi, F. N. K., & Masruroh. (2023). Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Jetak Kab. Semarang. *Journal of Holistics and Health Science*, *5*(1), 103–110. https://doi.org/10.35473/jhhs.v5i1.262

Dewi, K., Puspitaningrum, N., & Hidayatunnikmah, N. (2023). *Efektifitas Pemberian Aroma Therapy Lemon Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas Diwilayah Kerja Puskesmas Wakambangura*. 2789–2794.

Dina Dewi Anggraini,Nur Dewi,Dewi Andariya Ningsih,Inke Malahayati, Ruth Yogi,Allania Hanung, R. G. (2022). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Pt. Global Eksekutif Teknologi.

Djikoren, L., & Hermanto, Y. P. (2022). Spiritualitas Kristen dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Penderita Ansietas. *LOGON ZOES: Jurnal Teologi, Sosial Dan Budaya*, *5*(2), 82–93. https://doi.org/10.53827/lz.v5i2.88

Dungga, E. F., Indiarti, Y., Kedokteran, P. S., Kedokteran, F., & Negeri, U. (2023). *1 , 2 1,2*. *20*, 25–33.

Eriksson, A., Kimmel, M. C., Furmark, T., Frick, A., Fransson, E., Wikman, A., & Grueschow, M. (2024). *Menyelidiki ukuran variabilitas detak jantung selama kehamilan sebagai prediktor depresi dan kecemasan pascapersalinan : sebuah studi eksploratif*. *April*.

Erlitna, D. (2024). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Di Rsu Vina Estetika Medan Tahun 2023*. *2*(3).

Febriana, T. (2023). the Relationship of Mother'S Characteristics With the Incident of Postpartum Complications. *Indonesian Scintific Journal of Midwifery*, *1*(2). https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/ISJM/index

Fitri, E. L., Noviyani, E. P., & Hidayani, H. (2024). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Suami terhadap Kejadian Ibu Postpartum Blues. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, *3*(4), 1189–1197. https://doi.org/10.53801/oajjhs.v3i4.253

Fitriyanti, W. O., Yanthi, D., Kebidanan, J., Kendari, P. K., Keperawatan, J., & Kendari, P. K. (2020). *235-File Utama Naskah-1232-1-10-20210329*. *12*.

Hakimi, S., Hajizadeh, K., Hasanzade, R., & Ranjbar, M. (2021). A Systematic Review and Meta-analysis of the Effects of Music Therapy on Postpartum Anxiety and Pain Levels. *Journal of Caring Sciences*, *10*(4), 230–237. https://doi.org/10.34172/jcs.2021.033

Halima, S., Supriyadi, S., & Deniati, E. N. (2022). Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Krejengan Kabupaten Probolinggo. *Sport Science and Health*, *4*(3), 219–228. https://doi.org/10.17977/um062v4i32022p219-228

Handini, T. S., Puspitasari, N., Handini, T. S., Puspitasari, N., & Postpartum, D. I. (2021). *Machine Translated by Google Perbedaan Tingkat Depresi Ibu Pasca Persalinan Berdasarkan Machine Translated by Google*. *September 2019*, 124–133.

House. (1981). *No Title*.

Howard, S., Witt, C., Martin, K., Bhatt, A., Venable, E., Buzhardt, S., Chapple, A. G., & Sutton, E. F. (2023). Co-occurrence of depression, anxiety, and perinatal posttraumatic stress in postpartum persons. *BMC Pregnancy and Childbirth*, *23*(1), 1–8. https://doi.org/10.1186/s12884-023-05555-z

Humairoh, E., & Marcelina, L. A. (2024). Terapi Thought Stopping Sebagai Alternatif Terapi Untuk Kecemasan Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Citangkil Kota Cilegon. *Jurnal Multilingual*, *4*(4), 218–226.

Husaidah, S., Wulandari, Y. S., Tarigan, R. A., & Heroyanto, H. (2025). Hubungan Dukungan Suami dengan Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. *MARAS : Jurnal Penelitian Multidisiplin*, *3*(1), 341–351. https://doi.org/10.60126/maras.v3i1.750

Istiana, S., & Cahyati, W. H. (2025). *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*. *8*(2), 193–199.

Istiqomah, A. L., Viandika, N., & Khoirun Nisa, S. M. (2021). Description of the Level of Anxiety in Post Partum. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, *5*(4), 333–339. https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i4.2021.333-339

Karyaningtyas, W., Listyaning, E. M., & Erna, W. (2020). Journal of Midwifery Science : Basic and Applied Research. *Journal of Midwifery Science : Basic and Applied Research*, *2*(1), 22–26. http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JOMISBAR/manager

Khotimah, K., Supriyatin, D., Estiningtyas Sakilah Adnani, Q., & Author, C. (2025). Review Tentang Dukungan Suami Dan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Postpartum Pada Ibu Di Asia. *JIS: Jurnal Ilmu Sosial*, *5*(1), 2548–2596.

Kusumastuti, D. A., Islami, I., & Tyas, D. A. (2020). Hubungan Persepsi Ibu Tentang Dukungan Suami Dengan Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental Di Sekolah Luar Biasa (Slb) Kaliwungu Kudus. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, *4*(1), 8. https://doi.org/10.26751/ijb.v4i1.999

Malahayati, I. (2021). Aromaterapi Minyak Esensial Bergamot Menurunkan Resiko Postpartum Blues Inke Malahayati. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *12*(7), 99–103. http://dx.doi.org/10.33846/sf12nk118

Marwiyah, N., Suwardiman, D., Mutia, H. K., Alkarimah, N. A., Rahayu, R., Nuraeni, N., & Uzzakiyyah, I. (2022). Faktor Determinan yang Mempengaruhi terjadinya Postpartum Blues pada Ibu Nifas. *Faletehan Health Journal*, *9*(01), 89–99. https://doi.org/10.33746/fhj.v9i01.298

Munisah, M., Ika, R., Yuliati, L., & Hanum, D. F. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Depresi Pascapersalinan. *IJMT : Indonesian Journal of Midwifery Today*, *1*(1), 1. https://doi.org/10.30587/ijmt.v1i1.3318

Nadhiroh, S. U., Masini, & Dewi, C. H. T. (2022). Hubungan Dukungan Suami dan Paritas Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum "Relationship Of Husband Support And Parity To Postpartum Mother's Anxiety Level." *Jurnal Update Keperawatan*, *2*(1), 1–9. https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JUK

Nadiroh, S. U., Masini, M., & Tungga Dewi, C. H. (2022). Hubungan Dukungan Suami Dan Paritas Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, *2*(1), 40–48. https://doi.org/10.31983/juk.v2i1.8803

Naharani, A. R., Setyatama, I. P., Masturoh, M., & Siswati, S. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Post Partum Blues Pada Ibu Nifas Di Desa Dukuhwaru Kabupaten Tegal. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, *14*(1), 87–91. https://doi.org/10.36308/jik.v14i1.451

Nazaret, G., Kota, M., Lonto, A. L., Wua, T. D., Rantung, M., & Manado, U. N. (2023). *3 1,2,3*. *2*(1), 21–28.

Ni Kadek Ratna Dewi, I Gusti Agung Ayu Novya Dewi, & Sri Rahayu. (2025). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah Pemberian Hypnobreastfeeding dan Aromaterapi Lavender di RSU Ganesha. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, *2*(4), 206–220. https://doi.org/10.71282/jurmie.v2i4.251

Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.

Opala, R. (1997). Baby blues [8]. *Medical Journal of Australia*, *167*(5), 288. https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb125066.x

Palupi, K. R., Darmawan, S., & Putri, H. S. (2022). *Machine Translated by Google Hubungan antara suami dukungan dan penerimaaan diri dengan depresi pasca persalinan pada ibu : tinjauan pustaka*. 226–231.

Pasha, A. S., Khalik, P. A., Pratiwi, S., Muslim, R., Syahida, I. Z., & Sari, L. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Postpartum Blues Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Sumatera Barat. *Psikopedia*, *4*(4), 319–330. https://doi.org/10.53682/pj.v4i4.7595

Pohan, R. A. (2023). Penyuluhan Senam Nifas Pada Ibu Post Partum. *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.*, *2*(1), 1–4. https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf

Purnamayanthi, P. P. I., Ekajayanti, P. P. N., Adhiestiani, N. M. E., & Suparmi, W. (2021). Atasi Bendungan Asi Pada Ibu Nifas Dengan Hipnobreastfeading Di Puskesmas Pembantu Penarukan, Tabanan. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *1*(4), 317–324. https://doi.org/10.25008/altifani.v1i4.170

Puskesmas, K., & Hulu, S. (2024). Jurnal Kesehatan As-Shiha Tingkat Kecemasan Ibu Post Partum Primipara dalam Proses Menyusui Bayi. *Jurnal Kesehatan As-Shiha Avalilable Online Https://Ejurnal.Umri.Ac.Id/Index.Php/JKU/Index*, 128–150.

Ruan, J.-M., & Wu, L.-J. (2024). Postpartum depression and partner support during the period of lactation: Correlation research and its influencing factors. *World Journal of Psychiatry*, *14*(1), 119–127. https://doi.org/10.5498/wjp.v14.i1.119

Sari, F., Rinayanti Manurung, H., & Sihombing, E. R. (2021). Konseling Menggunakan Modul Sebagai Media Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Nifas Pada Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, *4*, 407–410. https://doi.org/10.37695/pkmcsr.v4i0.1237

Sarofah, E., Muthoharoh, H., & Erindah, U. (2021). Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Pada Masa Laktasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *20*(2), 4–13. https://journals.stikim.ac.id/index.php/jikes/article/view/1240/726

Setianingsih, F., Permatasari, G., & Attamimi, H. R. (2024). Penurunan Gejala Post Partum Blues Melalui Pemberian Edukasi Adaptasi Psikologi Post Partum Pada Ibu Nifas di pmb Anni Satriani. *JIRK Journal of Innovation Research and Knowledge*, *4*(3), 1407–1412.

Sudarto, S., Zakiyya, A., & Handrika, R. (2022). Postpartum Depression Prevention Consouling in Kubu Raya Regency, West Kalimantan. *JPKM : Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, *3*(1), 86–96. https://doi.org/10.37905/jpkm.v2i2.14025

Sugiyono. (2016a). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.

Sugiyono. (2016b). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif, R&D ALFABETA*.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D ALFABETA*.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D ALFABETA*.

Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif, dan R&D*.

Suhaebah, S. (2023). Pengaruh Dukungan Suami dan Masalah dalam Menyusui dengan Depresi Postpartum di PMB Alicia Pamijahan Bogor Tahun 2022. *Jurnal Interprofesi Kesehatan Indonesia*, *2*(3), 319–325. https://doi.org/10.53801/jipki.v2i3.67

Syarif, K. R., Rahmatia, S., Lestari, I., Kesehatan, P., Makassar, K., & Sejarah, I. A. (2023). Studi

Literatur Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum Terhadap Pengeluaran Asi Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, *18*(2), 2302–2531.

Syaripah, P., Rindu, R., & Noviyani, E. P. (2024). Hubungan Motivasi Ibu, Dukungan Keluarga Dan Peran Bidan Terhadap Kunjungan Nifas Di Puskesmas Maripari Kabupaten Garut Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, *3*(5), 2492–2506. https://doi.org/10.55681/sentri.v3i5.2812

The, F., Hasan, M., & Saputra, S. D. (2023). Edukasi Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Gambesi. *Jurnal Surya Masyarakat*, *5*(2), 208. https://doi.org/10.26714/jsm.5.2.2023.208-213

Tri, R., Dwi, H., Kadek, N., Purnamayanti, D., & Ganesha, U. P. (2023). MIDWINERSLION Jurnal Kesehatan STIKes Buleleng. *Jurnal Kesehatan STIKes Buleleng*, *8*(September), 8–14.

Tristanti, I., Larasati, T. A., & Asiyah, N. (2023). Kecemasan ibu dengan riwayat obstetri buruk pada persalinan kala 1. In *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* (Vol. 14, Issue 2).

Utami Yulia, M. R. P. K. (2023). Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Instrument Penilaian Kinerja Dosen. *Jurnal Sains Dan Teknologi*, *4*(2), 21–24.

Wang, Y., Gu, J., & Zhang, F. (2023). *Pengaruh dukungan sosial yang dirasakan terhadap stres pascapersalinan : peran mediasi kepuasan perkawinan dan keterikatan ibu pascapersalinan*. 1–11.

Wong, S. L., Baker, M., Gryvacheski, V., & Orpana, H. (2021). *Gejala kecemasan dan depresi pascapersalinan di kalangan wanita di Kanada : temuan dari survei cross-sectional nasional*. 244–252.

Yuanita, V., Suryanti, Y., & Dwi Treasa, A. (2024). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Pada Saat Persalinan Di Klinik Mitra Ananda Palembang. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, *14*(2), 98–109.

Yuniarsih, V. R., & Rahayuningsih, F. B. (2022). *International Summit on Science Technology and Humanity (ISETH) 2022 Academic Improvement for Recovery Acceleration Husband's Support for Postpartum Mothers (Study of The Mother with Vaginal Birth and Section Caesarea) Introduction Section*. 118–125. https://proceedings.ums.ac.id/index.php/iseth/article/view/2652

Yunita Anggriani, Yetty Dwi Fara, & Fisca Pratiwi. (2023). Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU)*, *5*(1), 79–83. https://doi.org/10.30604/abdi.v5i1.1060