

**HUBUNGAN PIJAT PERINEUM DAN PENDAMPINGAN SUAMI DENGAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA DALAM MENGHADAPI  
PERSALINAN DI KLINIK ALISAH  
TAHUN 2024**

**Namiroh Falah Hasibuan**

e-mail: [namirahasibuan1@gmail.com](mailto:namirahasibuan1@gmail.com)

**Abstract.**

Ibu yang pertama kali bersalin akan menghadapi ketidaktahuan dan mengalami perubahan psikologis seperti kecemasan. Kecemasan ini muncul berkaitan dengan perasaan ibu yang tidak pasti diikuti rasa takut dan khawatir. Kehadiran suami akan membawa pengaruh positif pada kesiapan ibu secara fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pendampingan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di klinik alisah tahun 2024. Penelitian ini adalah survei analitik, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini yaitu hubungan pendampingan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di klinik alisah. Sampel pada penelitian ini dengan menggunakan *accidental Sampling*, yaitu sampel dilakukan dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian sebanyak 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar suami mendampingi ibu dalam menghadapi persalinan 14 orang (46,7%), dan terdapat 16 suami (53,3%) yang tidak mendampingi ibu dalam menghadapi persalinan, dan mayoritas ibu yang mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 8 orang (26,7%). Dan sebanyak 8 orang (26,7%) mengalami kecemasan sedang. Serta terdapat 14 orang (46,7%) mengalami kecemasan sedang. Terdapat hubungan pendampingan suami dengan tingkat kecemasan ibu dimana nilai  $P 0.000 < 0,05$ . Kesimpulan pada penelitian ini yaitu ada hubungan antara pendampingan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di klinik alisah Tahun 2024. Disarankan kepada ibu agar selalu ikut serta dalam setiap penyuluhan yang diberikan tenaga kesehatan agar pengetahuan ibu dapat bertambah sehingga tindakannya juga bisa menjadi lebih baik.

Kata kunci : Pijat Perineum, Dukungan Suami, Ibu Hamil, Kecemasan

## I. INTRODUCTION

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyarankan bahwa pendampingan persalinan ialah dari kemauan ibu sendiri. Akan tetapi saat ini keikutsertaan laki-laki pada kesehatan reproduksi masih sedikit, terdapat banyak suami belum bisa memperlihatkan dukungan penuh ketika proses persalinan, sebanyak 68% persalinan di Indonesia tidak ada pendampingan pada saat proses persalinan. Pengaruh tidak adanya pendampingan suami ketika persalinan berefek kepada tingkat cemas ibu yang menyebabkan kadar kortekolamin yang berlebih mengakibatkan menurunnya aliran darah ke rahim, melemahnya kontraksi rahim, menurunnya aliran darah ke plasenta, berkurangnya oksigen yang dibutuhkan janin hingga bisa membuat persalinan semakin lama

Penurunan AKI di Indonesia terjadi sejak tahun 1991 sampai dengan 2007, yaitu dari 390 menjadi 228. Namun demikian, SDKI tahun 2012 menunjukkan peningkatan AKI yang signifikan yaitu menjadi 359 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. AKI kembali menunjukkan penurunan menjadi 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015. Menurut Kemenkes RI, secara umum terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015. Terjadi penurunan AKI di Indonesia dari 390 pada tahun 1991 menjadi 305. Pembangunan manusia di Indonesia terus mengalami kemajuan hal ini berdasarkan hasil pencatatan Badan Pusat Statistik (BPS). Dimana pencapaian sebesar 71,92 Indeks Pembangunan Manusia (IPM) di Indonesia, terjadi peningkatan sebesar 0,53 poin untuk tumbuh sebesar 0,74 persen dibandingkan tahun 2018. Salah satu indikator meningkatnya IPM di Indonesia adalah keberhasilannya yaitu mampu ditekannya angka kejadian infeksi penyakit menular seperti Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA), Pneumoni, Tuberkulosis Paru, Hepatitis, Diare dan Malaria (BPS, 2020).

Kehamilan merupakan periode krisis situasi yang menimbulkan stress oleh karena perubahan psikologi saat kehamilan. Ibu cemas akan adanya rasa nyeri proses persalinan serta cemas akan kondisi bayi yang dilahirkannya (Bobak, 2006). Rasa cemas akan menimbulkan kondisi abnormal saat proses persalinan. Intervensi yang bisa diberikan adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan persiapan menjelang persalinan seperti pijat perineum. Pijat

adalah intervensi yang masuk dalam pendekatan nonfarmakologi untuk mengurangi rasa sakit yang dilakukan saat kehamilan (Gadysa, 2009). Apabila pijat perineum dilakukan secara tepat akan menurunkan nyeri persalinan yang disebabkan karena nyeri robekan perineum dan jahitan sekaligus mengurangi rasa khawatir terhadap persalinan yang akan dihadapi (Indivara, 2009 dan Aprilia, 2010).

Pijat perineum merupakan teknik memijat perineum yang dilakukan 2 minggu sebelum persalinan bermanfaat untuk melembutkan jaringan ikat, melancarkan peredaran darah, relaksasi. Tindakan ini dapat membantu mencegah terjadinya rupture perineum dan nyeri luka post episiotomy dan nyeri jahitan luka perineum. Apabila pijat perineum dilakukan secara tepat akan menurunkan nyeri persalinan yang disebabkan karena nyeri robekan perineum dan jahitan sekaligus mengurangi rasa khawatir terhadap persalinan yang akan dihadapi (Indivara, 2009 dan Aprilia, 2010).

## II. LITERATURE REVIEW

Pengaruh Pijat Perineum dan dukungan suami terhadap kecemasan ibu trimester III primigravida Permasalahan psikologis pada ibu diruang bersalin pada saat melahirkan merupakan suatu tingkat kecemasan yang tinggi, sehingga dapat menyebabkan partus tidak maju dan memakan waktu yang lebih lama, serta dapat membahayakan keselamatan ibu dan bayinya (Rohani, Saswita and Marisah, 2021). Pendamping persalinan ini akan bermanfaat dalam memberikan dukungan fisik dan mental pasien saat persalinan. Dukungan fisik yang diberikan dapat berupa genggam tangan, sentuhan, pijatan, dan usapan pada bagian punggung hingga kaki ibu yang dirasa nyeri. Sedangkan dukungan mental dapat berupa memberikan support, doa, kata-kata sayang, dan juga motivasi. Dengan adanya dukungan tersebut, ibu bersalin akan merasa lebih tenang, aman, nyaman, semangat, kecemasannya berkurang, dan mempercepat proses persalinan. Saat emosi ibu sedang dalam keadaan tenang dan nyaman, sel-sel sarafnya akan mengeluarkan hormone oksitosin. Akibatnya akan menyebabkan terjadinya kontraksi pada rahim dan berusaha untuk mengeluarkan bayi.

Pijat perineum merupakan salah satu mekanisme koping bagi ibu sehingga ibu berada dalam kenyamanan. Kondisi ini menyebabkan perineum menjadi elastis. Ditinjau dari segi psikologi pijat perineum menimbulkan perasaan

senang dan nyaman sehingga dapat menurunkan kekhawatiran, ketakutan menghadapi persalinan serta dapat menurunkan nyeri.

### III. RESEARCH METHODS

#### Jenis Dan Desain Penelitian

Metode penelitian ini yaitu observasional/survei yaitu data yang dikumpulkan dari responden menggunakan kuesioner atau angket tanpa melakukan intervensi terhadap subjek penelitian. Jenis penelitiannya yaitu deskriptif analitik dengan cross sectional yaitu mempelajari korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek yang berupa penyakit atau status Kesehatan tertentu. (Charsel, 2018).

#### Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep lainnya, antara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin diteliti (Notoadmojo, 2017).

Konsep adalah suatu abstraksi yang dibentuk dengan menggeneralisasikan suatu pengertian. Oleh sebab itu konsep tidak dapat diukur dan diamati secara langsung, agar dapat diamati dan diukur, maka konsep tersebut harus dijabarkan ke dalam variabel-variabel dan dari variabel itulah konsep dapat diamati dan diukur (Notoadmojo, 2017).

#### Lokasi dan Waktu Penelitian

##### Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di Klinik Alisah Tahun 2024.

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan April – Juni 2024.

### IV. RESEARCH RESULTS AND DISCUSSION

#### Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Pijat Perineum Dan Pendampingan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Alisah Tahun 2024. diperoleh hasil sebagai berikut :

*Distribusi frekuensi Pendampingan Suami Pada Ibu Bersalin Primigravida di klinik alisah tahun 2024.*

No.	Pendampingan	Jumlah	
		F	%
1.	Pendampingan suami	16	53,3
2.	Tanpa Pendampingan suami	14	46,7
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 4.1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin primigravida dengan pendampingan suami di klinik alisah tahun 2024 dalam menghadapi persalinan sebanyak 14 orang (46,7%), dan terdapat 16 suami (53,3%) yang tidak mendampingi ibu dalam menghadapi persalinan.

#### Distribusi frekuensi karakteristik

##### responden pijat perineum

Karakteristik	Frekuensi	
	N	%
<b>Riwayat persalinan</b>		
Bermasalah	1	5.60%
Tidak bermasalah	16	88.90%
Perdarahan	1	5.60%
<b>Pendidikan</b>		
SD	5	27.80%
SLTA	12	66.70%
PT	1	5.60%
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	13	72.20%
Pedagang	1	5.60%
Karyawan swasta	4	22.20%
<b>Riwayat Kehamilan</b>		
Pertama	10	55.60%
Kedua	8	44.40%
<b>Umur</b>		
< 25	13	72.20%
25-35	4	22.20%
>35	1	5.60%

Berdasarkan tabel frekuensi karakteristik diatas didapatkan hasil 100% responden beragama islam dan bersuku jawa, Riwayat persalinan bermasalah 1 responden (5.6%), tidak bermasalah 16 responden (88.9%), perdarahan 1 responden (5.6%), Pendidikan SD 5 responden (27.8%), SLTA 12

*Hubungan pendampingan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di klinik alisah tahun 2024.*

Tingkat kecemasan	Pendampingan				Total		
	Tanpa pendampingan Suami		Pendampingan suami		f	%	
	F	%	F	%			
Ringan	8	26,7	0	0,0	8	26,7	<b>P=0.00</b>
Sedang	5	16,7	3	10,0	8	26,7	
Berat	3	10,0	11	36,7	14	46,7	
<b>Jumlah</b>	16	53,3	14	46,7	30	100	

**Sumber : Data Primer 2024**

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa Dari 30 responden, ibu yang memiliki pendampingan suami dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 0 orang (0,0%) sedangkan yang tidak memiliki pendampingan suami dengan tingkat kecemasan ringan 8 orang (26,7%), ibu yang memiliki pendampingan suami dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 3 orang (10,0%) sedangkan yang tidak memiliki pendampingan suami dengan tingkat kecemasan sedang 5 orang (16,7%), dan ibu yang memiliki pendampingan suami dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 11 orang (36,7%) sedangkan yang tidak memiliki pendampingan suami dengan tingkat kecemasan berat 3 orang (10,0%). Terdapat hubungan pendampingan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu primigravida di klinik alisah tahun 2024 yang di peroleh dari nilai sig.0,00<nilai a 0,00.

**PEMBAHASAN**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat perineum terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester 3. Adapun karakteristik responden yang didapatkan dari penelitian Riwayat persalinan bermasalah terdapat 1 responden (5.6%), tidak bermasalah terdapat 16 responden (88.9%), perdarahan terdapat 1 responden (5.6%). Hasil dari penelitian terdapat 16 ibu tidak bermasalah dalam riwayat persalinannya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rifdiani (2016) yang menyatakan bahwa ada pengaruh riwayat perdarahan postpartum terhadap kejadian perdarahan postpartum dan merupakan faktor risiko terjadinya perdarahan postpartum. Persalinan buruk pada persalinan sebelumnya merupakan keadaan yang perlu untuk diwaspadai. Riwayat persalinan dengan perdarahan postpartum sebelumnya memberikan trauma buruk pada organ reproduksi seorang perempuan, sehingga dengan demikian ibu trimester 3 yang memiliki riwayat persalinan bermasalah. Menurut Hawari (2001) dalam Larasati (2012) mengemukakan bahwa status pendidikan yang kurang pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut lebih mudah mengalami stres dibanding dengan mereka yang status pendidikan yang lebih tinggi atau baik. Tingkat pendidikan turut menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh. Dengan demikian ibu yang memiliki pendidikan kurang pastinya akan mengalami tingkat stresor yang tinggi dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan yang tinggi hal ini dipengaruhi oleh kesiapan atau kemandirian ibu saat menjelang persalinan, ibu yang pengetahuannya luas atau baik akan lebih siap dibandingkan yang belum mengetahui atau tidak memiliki pengetahuan yang luas.

Riwayat kehamilan yang Pertama sebanyak 10 responden (55.6%), kehamilan yang kedua sebanyak 8 responden (44.4%). Menurut Bobak (2005) mengungkapkan bahwa wanita nullipara secara aktif mempersiapkan diri untuk menghadapi persalinan. Seperti membaca buku, menghadiri kelas untuk orang tua dan berkomunikasi dengan wanita lain (ibu, saudara perempuan, teman, dan orang yang tidak dikenal), mereka akan mencari orang terbaik untuk memberi mereka nasihat, arahan, dan perawatan. Hasil penelitian ibuyang telah mendapatkan informasi atau arahan terkait dengan persiapan menjelang persalinan seperti pijat perineum menjadilebih percaya diri, ibu tidak takut lagi akan proses persalinan karena ibu merasa lebih siap dalam mempersiapkan dirinya dengan diajarkan pijat perineum sehingga ibu tidak merasa takut atau was – was apabila terjadi robekan pada perineum, karena ibu akan merasa yakin bahwa ibu akan melahirkan dengan baik dan tidak mengalami robekan pada perineumnya.

## V. CONCLUSIONS AND RECOMMENDATIONS

### Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa sebagian besar ibumempunyai riwayat persalinan yang tidak bermasalah, dengan tingkat pendidikan rata – rata SLTA, untuk riwayat pekerjaan rata – rata ibu rumah tangga, riwayat kehamilan mayoritas anak pertama, dan usia ibu mayoritas > 25 tahun. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pijat perineum pada ibu hamil trimester 3 terhadap tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan pijat perineum. Rata – rata responden yang awalnya mengalami kecemasan ringan sebanyak 4 setelah diajarkan pijat perineum menjadi tidak ada yang mengalami kecemasan, sedangkan responden yang awalnya mengalami kecemasan sedang sebanyak 11 responden dan setelah diajarkan pijat perineum menjadi 3 responden yang mengalami kecemasan sedang dan 8 responden tingkat kecemasannya menjadi kecemasan ringan. Dengan demikian bahwa pijat perineum berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester 3.

### Saran

Peneliti menyarankan bagi fasilitas pelayanan kesehatan bahwa pijat perineum dapat diaplikasikan sebagai salah satu intervensi pada ibu hamil trimester 3 dalam mengurangi tingkat kecemasan pada ibu hamil saat menjelang persalinan. Selain itu pijat perineum dapat digunakan sebagai salah satu sumber referensi dalam ilmu keperawatan maternitas terkait pengembangan penatalaksanaan keperawatan mandiri untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester 3 saat menjelang persalinan.

## BIBLIOGRAPHY

- Aprilia, Y. 2010. *Hipnosteri: Rileks, Nyaman Dan Nyaman Saat Hamil Dan Melahirkan*. Jakarta. Gagas Media
- Bobak. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta. EGC
- Bobak, 2006. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta. EGC
- Carolan, M. 2014. The Anxiety Facing Childbirth. *Journalism & Media Communication* diakses tanggal 8 Mei 2014
- Gadysa, G. 2009. *Persepsi Ibu Tentang Metode Massage*.  
<http://luluvikar.wordpress.com/009/08/26/persepsi-ibu-tentang-methodmassage>.
- Hidayat. 2006. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Buku I*. Jakarta: Salemba Medika
- Indivara. 2009. *Panduan Praktisi Senam Hamil*. Jakarta: Rineka Cipta

- Larasati, Inka Putri. 2012. Pengaruh Keikutsertaan Senam Hamil Terhadap Kecemasan Primigravida Trimester Ketiga Dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan Vol 1 PP 26-32*
- Manuaba. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB Pendidikan Bidan Edisi 2*. Jakarta. EGC
- Rifdiani, Izfa. 2015. Pengaruh Paritas BBL, Jarak Kehamilan dan Riwayat Perdarahan Terhadap Kejadian Perdarahan Postpartum . *Jurnal Berkala Epidemiologi Vol 4 No 3* . September, 2016 396 – 407
- Stuart, Gail W. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta. EGC
- Astria, Yonne, Irma nurbaeti, Catur Rosidati. 2009. *Hubungan Karakteristik Ibu hamil Trimester III Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Poliklinik Kebidanan dan kandungan Rumah Sakit X Jakarta*. Majalah Keperawatan Vol 10 pp 38 - 48