

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang Dukungan Keluarga Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Rumah Sakit Umum Aisyiyah Padang, dapat di tarik kesimpulan bahwa:

1. Dukungan emosional yang mencakup empati, penghargaan dan dorongan emosional, secara umum keluarga mampu memahami kekhawatiran ibu hamil serta memberikan respons yang menenangkan melalui kata-kata, sentuhan, pendampingan, dan penguatan spiritual. Dukungan yang disertai kesabaran, validasi perasaan, dan kasih sayang ini membuat ibu hamil merasa lebih tenang, percaya diri, dan didukung. Namun masih ada ibu hamil yang belum bisa sepenuhnya menghilangkan rasa takutnya bukan karena minimnya dukungan dari keluarga tapi dari diri ibu hamil yang memiliki ketakutan berlebihan dan rasa berserah diri kepada Allah SWT yang belum sepenuhnya. Secara keseluruhan, dukungan emosional keluarga berperan positif dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil, meskipun masih memerlukan konsistensi dan keberlanjutan dalam pelaksanaannya.
2. Dukungan informasional yang mencakup nasihat dan saran seran, secara umum telah diberikan dengan baik kepada ibu hamil, melalui penyampaian nasihat dan saran yang lembut, dan tidak memaksa.

Informasi yang diberikan berfokus pada upaya menenangkan ibu, mengurangi kecemasan, serta membantu mengelola pikiran negatif terkait kehamilan dan persalinan. Meskipun terdapat perbedaan intensitas dalam pemberian nasihat dan penyesuaian terhadap kondisi emosional ibu hamil serta masih ada keluarga yang merasa segan dan masih ada ibu hamil yang belum bisa sepenuhnya menghilangkan rasa takutnya bukan karena minimnya dukungan dari keluarga tapi dari diri ibu hamil yang belum memiliki ketenangan batin dan rasa berserah diri kepada Allah SWT yang masih kurang, secara keseluruhan dukungan informasional ini telah berperan positif dalam membantu ibu berpikir lebih jernih, merasa lebih tenang, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi proses persalinan. Meskipun pada sebagian ibu hamil, kecemasan masih dirasakan bukan disebabkan oleh kurangnya dukungan keluarga, melainkan di dalam diri ibu hamil kurangnya ketenangan batin dan rasa berserah diri kepada Allah SWT.

3. Dukungan instrumental yang mencakup material, penciptaan rasa aman melalui lingkungan tempat tinggal yang nyaman, serta bantuan dalam aktivitas sehari-hari. Secara umum dukungan ini telah dilakukan secara konsisten dan menyeluruh, sehingga ibu hamil merasa lebih terlindungi, aman, dan tidak terbebani oleh kekhawatiran terhadap kebutuhan dasar maupun persalinan. Dukungan instrumental keluarga ini berperan positif dalam menurunkan tingkat kecemasan serta meningkatkan kesiapan

psikologis ibu hamil dalam menghadapi kehamilan dan proses persalinan.

4. Dukungan penghargaan yang mencakup pujian dan penghargaan positif, secara umum telah diberikan keluarga dengan sikap penerimaan, pengakuan, dan apresiasi yang konsisten membuat ibu hamil merasa dihargai dan didukung secara emosional. Secara umum, dukungan penghargaan ini berperan positif dalam meningkatkan rasa percaya diri, ketenangan, dan kesejahteraan psikologis ibu hamil, sehingga membantu menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan menjelang persalinan.

Secara keseluruhan, dukungan keluarga yang mencakup bentuk emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis ibu hamil. Dukungan tersebut membantu ibu hamil merasa lebih tenang, aman, dihargai, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi kehamilan dan proses persalinan. Pemahaman, perhatian, serta bantuan nyata yang diberikan keluarga mampu mengurangi beban dan kecemasan yang dirasakan ibu hamil. Oleh karena itu, peran keluarga menjadi faktor penting dalam menciptakan kesiapan psikologis ibu hamil, meskipun diperlukan konsistensi dan keberlanjutan agar dukungan yang diberikan dapat memberikan manfaat yang optimal.

B. Saran

Berdasarkan temuan hasil penelitian semoga dapat bermanfaat untuk berbagai pihak dan penelitian ini juga memberi saran terkait dukungan

keluarga terhadap kecemasan ibu hamil *trimester* III di Rumah Sakit Umum Aisiya Padang.

1. Bagi keluarga, keluarga hendaknya memberikan dukungan secara positif dan aktif ke pada ibu yang tengah hamil untuk menjadi penguat ibu selama kehamilan dan juga membantu ibu untuk mengurangi kecemasan selama kehamilan. Hal ini penting mengingat pada penelitian ini masih terdapat ibu hamil yang mengalami kegelisahan, ketakutan dan kekhawatiran untuk menghadapi persalinan. Untuk itu keluarga hendaknya dapat menunjukkan bentuk empati, perhatian, dorongan emosional, penghargaan, pujian dan aspek-aspek dalam dukungan keluarga lainnya kepada ibu selama kehamilan
2. Bagi ibu hamil, ibu hamil yang menerima dukungan keluarga hendaknya tidak sungkan menerima dukungan dari keluarga karena dukungan yang di berikan keluarga bukan menunjukkan kalau ibu hamil lemah tapi dukungan itu bentuk kasih sayang yang di tunjukan keluarga. nasihat dan saran yang di berikan keluarga kepada ibu hamil itu demi kebaikan ibu dan bayi yang di kandung serta pujian dan penghargaan yang di berikan keluarga bukan ejekan tapi bentuk apresiasi keluarga kepada ibu hamil agar ibu semangat dan tidak cemas lagi dan lebih meningkatkan keyakinan kepada Allah SWT.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah informan dan belum sepenuhnya menggambarkan secara mendalam seluruh aspek dukungan keluarga. Oleh karena itu peneliti

Selanjutnya di harapkan dapat memperluas jumlah informan, menelaah lebih jauh kecemasan ibu hamil tidak hanya pada *trimester* III akan tetapi juga membahas tentang ibu hamil *trimester* I, *trimester* II dan hal yang berkaitan dengan masalah psikis ibu selama masa kehamilan dan mafaat adanya dukungan keluarga terhadap ibu hamil serta spritualitas ibu hamil. Dengan demikian hasil penelitian dapat lebih komprehensif dan bermanfaat sebagai rujukan dalam pengembangan ilmu maupun praktik bimbingan dan konseling.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Vera Iriani. (2022). *Monograf Penanganan Kecemasan Pada Ibu Hamil Menggunakan Teknik Relaksasi Autogenik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Afriyani, Nisa Annisa., Dkk. (2022). *Deteksi Dini Kecemasan Hamil*. Pustaka Rumah C1anta.
- Ambarwati., D. (2024). *Diabetes Mellitus Tipe 2: Konsep Penyakit Dan Tatalaksana*. Penerbit Qiara Media.
- Antenatal, K., Di, C., & Waipare, P. (2024). *Pengaruh Dukungan Emosional Terhadap Cakupan Kunjungan Antenatal Care Di Puskesmas Waipare*. 2(3), 132–142.
- Anwar, K. K., Saleh, K. S., Zulaikha, L. I., Resmi, D. C., Hutomo, C. S., & Purnama, Y. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. 1–126.
- Ardilah, N. W., Setyaningsih, W., & Narulita, S. (2023). Pengaruh Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Terhadap Kualitas Tidur. *Binawan Student Journal*, 1(3), 148–153.
- Asmariyah, A., Novianti, N., & Suriyati, S. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 1–8. <https://doi.org/10.37676/Jm.V9i1.1341>
- Az-Zahrani, Musfir Bin Said. (2005). *Konseling Terapi*. Gema Insani.
- Burau, N., Burau, K. E. C., & Timur, K. A. B. L. (2024). *Dalam Membentuk Karakter Siswa Di Smp*.
- Charla Bingan. (2019). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 466–472. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK466>
- Dafroyati, Y. Dkk. (2025). *Buku Referensi Pentingnya Kesehatan Mental Dalam Kehamilan*. Optimal Untuk Negara.
- Dewi, Siti Utami., D. (2023). *Perawatan Paliatif*. Yayasan Hamjah Diha.
- Dewi, Siti Utami. (2023). *Perawatan Paliatif*. Yayasan Hamjah Diha.
- Diterima, A., Kecemasan, A., Padang, K., Ii, T. M., Random, S., Andalas, P., & Kunci, K. (2022). *Family Support And Mother ' S Readiness With Anxiety Levels Of*. 4(2), 145–156.
- Esti, Amira., Dkk. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Aspek Stroke*. Pustaka Geleri Mandiri.
- Evareny, L., Lubis, K. R., & Rahmi, L. (2022). *Family Support And Mother ' S*

- Readiness With Anxiety Levels Of. *Jurnal Menara Medika*, 4(2), 145–156.
- Handayani, A. (2025). *Gender, Karir Dan Kesejahteraan Keluarga: Ddinamika Perempuan Dalam Lensa Psikologis*. Deepublish.
- Hartanto, D. (2025). *Bimbingan Dan Konseling Keluarga*. Bumi Aksara.
- Islamika, J. (2018). *No Title*. 01(01), 24–33.
- Jaya, Y. (2019). *Psikologi & Konseling Agama Anak Dalam 5 Cahaya Islam Model Lukmanul Hakim*. Hayfa Press.
- Jefri, J., Manongga, S. P., Magdalena, M., Wahyuni, D., Picauly, I., Nayoan, C. R., & Masyarakat, K. (2025). *Kunjungan Antenatal Care Di Puskesmas Waipare*. 13(April).
- Kombang, Rita Dkk. (2023). *Dukungan Keluarga Terhadap Perawat Covid-19*. Penerbit Nem.
- Kurniati, Mei Fitria. (2022). *Sehat Fisik Dan Mental Masa Pandemi Covid-19 Dengan Pendekatan Aspek Religiusitas Dan Family Support*. Guepedia.
- Latifah, L. (2017). Primigravida Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Pandian , Sumenep (Relationships Between Family Support With Anxiety Of Pregnant Women Primigravida Trimester III In Puskesmas Pandian , Sumenep) Lailatul Latifah Departemen Promosi Kesehatan Dan Ilm. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*.
- Lestari, P., Studi, P., Masyarakat, K., Sarjana, P., Kesehatan, F. I., Nasional, P., & Jakarta, V. (2020). *Peran Serta Suami Dalam Menjalani Proses Kehamilan Pada Ibu Hamil : Systematic Review*. 121–137.
- Maslow, T. A. (2021). *No Title*. 15–25.
- MH Junizaf. (2012). Benda Asing Di Saluran Napas. In: Soepardi EA, Iskandar N. Buku Ajar Ilmu Kesehatan Telinga Hidung Tenggorokan Kepala Dan Leher Edisi 7. *Jakarta: Balai Penerbit FKUI*, 10(Xix), Hal. 259-65.
[Http://Jurnal.Unpad.Ac.Id/Plugins/Generic/Pdfjsviewer/Pdf.js/Web/Viewer.Html?File=Http%3A%2F%2Fjurnal.Unpad.Ac.Id%2Fmku%2Farticle%2Fviewfile%2F95%2F77](http://jurnal.unpad.ac.id/plugins/generic/pdfjsviewer/pdf.js/web/viewer.html?file=http%3A%2F%2Fjurnal.unpad.ac.id%2Fmku%2Farticle%2Fviewfile%2F95%2F77)
- Mufarrohah, L. F., Turen, P., & Malang, K. (2025). *Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Desa Tawang Rejeni Kecamatan Turen*. 4(September).
- Nurmalasari, H. (2018). *Ibu Hamil Menjelang Persalinan (Studi Di Rsia Bunda Asy-Syifa Bandar Lampung) Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri (Uin) Raden Intan Lampung Ibu Hamil Menjelang Persalinan (Studi Di Rsia Bunda Asy-Syifa Bandar Lampung)*.
- Pertama, H., Mardhiyah, U., & Khaerani, N. M. (2017). *Pelatihan Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu*. 5.

- Pohan, R. A. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan Pertama. *Jurnal Ilmiah Pannmed (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 16(3), 620–623. <https://doi.org/10.36911/Pannmed.V16i3.1209>
- Puspitasari, I., & Wahyundari, E. (2020). Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii. *Proceeding Of The 11th University Research Colloquium 2020: Bidang Mipa Dan Kesehatan*, 116–120.
- Putri, Utami Nur Hafsa, D. (2022). *Model Kesehatan Mental*. Cv. Azka Pustaka.
- Rahmawati, Iva Milia Hani, D. (2020). *Modul Terapi Family Pscoeducation (Fpe) Untuk Keluarga*. Media Nusa Creative (Mnc Publishing).
- Rinata, E., & Andayani, G. A. (2018). Karakteristik Ibu (Usia, Paritas, Pendidikan) Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii. *Medisains*, 16(1), 14. <https://doi.org/10.30595/Medisains.V16i1.2063>
- Rora, E., Wisudawati, S., Fauziah, N. A., Arsi, R., & Ulfa, M. (2023). Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Edukasi Kesehatan Terapi Dzikir Di Puskesmas 7 Ulu Palembang Tahun 2022. *Jurnal Adam : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 223–228.
- Saifuddin, A. (2022). *Psikologi Umum Dasar*. Pranada Media.
- Semarang. (2010).
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta.
- Sumarsih, Gusti, D. (2023). *Dukungan Keluarga Dan Senam Otak Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia*. Cv. Mitra Edukasi Negeri.
- Swarjana, Ketut. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Perepsi, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pendidikan Covid-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel Dan Contoh Kuisioner*. Penerbit Andi.
- Syatriani, Sri. (2024). *Penerapan Healthy Eating Index Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Melalui Pendampingan Keluarga*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Tanjung, Samsul. (2021). *Bimbingan Kinseling Islam Di Pesantren*. Umsu Press.
- Tinggi, S., Kesehatan, I., & Gatot, R. (2025). *No Title*.
- Usman, M. (2025). *Teori Dan Isu Kontemporer Mengenai Keluarga: Sosiologi Keluarga*. Nas Media Pustaka.
- Wahyuni, Ketut Dkk. (2023a). *Monograf Hubungan Dukungan Keluarga Dengan*

Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi. Pt Nasya Exspanding Management.

Wahyuni, Ketut Dkk. (2023b). *Moograf Hubungan Dukungan Sosial Dengan Prilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi*. Pt Nasya Exspanding Management.

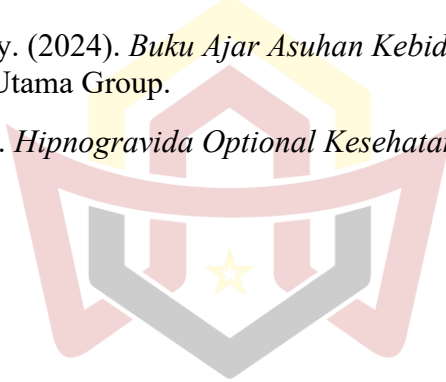
Widiyanto, B. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga I*. Mahakarya Citra Utama Group.

Wirabakti, G., & Afdi Septiyono, E. (2022). Peran Suami Dalam Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Indonesia: Literature Review. *Griya Widya: Journal Of Sexual And Reproductive Health*, 1(2), 69–74.
<https://doi.org/10.53088/Griyawidya.V1i2.485>

Yulianto, Budi. (2020). *Perilaku Pengguna Apd Sebagai Alternatif Meningkatkan Kinerja Karyawan Yang Terpaksa Bising Intensitas Tinggi*. Scopindo Media Pustaka.

Yulivantina, Eka Vicky. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Mahakarya Citra Utama Group.

Zahara, Evi., D. (2024). *Hipnogravida Optional Kesehatan Ibu Dan Janin*. Deepublish.



UIN IMAM BONJOL
PADANG