

Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesehatan Mental Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi Tahun 2025

Shinta Rahma Yulia¹, Yasherly Bachri², Rezi Prima³
yshintarahma@gmail.com

Abstrak

Kesehatan mental ibu hamil merupakan salah satu aspek penting dalam menunjang keberhasilan kehamilan dan persalinan. Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa ibu hamil rentan mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, stres, bahkan depresi akibat perubahan hormonal dan tekanan lingkungan. Di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi, keluhan emosional pada ibu hamil dilaporkan meningkat, terutama berkaitan dengan dukungan keluarga, status paritas, dan faktor sosial lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental ibu hamil. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi sebanyak 49 orang dan sampel sebanyak 49 orang ibu hamil dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner terstandar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi kesehatan mental responden didominasi oleh kategori sedang yaitu sebanyak 57,1%. Sebagian besar responden (87,8%) termasuk dalam kategori multipara, dan lebih dari separuh (63,3%) mendapatkan dukungan keluarga yang baik. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara paritas dan kesehatan mental ibu hamil dengan nilai $p = 0,003$. Dengan bukti $p \text{ value} < 0,050$. Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kesehatan mental ibu hamil dengan nilai $p = 0,020$. Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan nilai $p = 0,020$, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara paritas dan dukungan keluarga dengan kesehatan mental ibu hamil. Oleh karena itu, disarankan kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan edukasi serta pemantauan kondisi psikologis selama masa kehamilan. Selain itu, peran keluarga sangat penting untuk lebih dioptimalkan dalam memberikan dukungan kepada ibu hamil agar tercipta kondisi mental yang sehat.

Kata Kunci : Kesehatan mental, Ibu hamil, dukungan keluarga, kehamilan

Abstrak

Mental health during pregnancy is one of the crucial aspects in ensuring a successful pregnancy and childbirth. Field observations indicate that pregnant women are vulnerable to psychological disorders such as anxiety, stress, and even depression, due to hormonal changes and environmental pressures. In the working area of Guguk Panjang Public Health Center, Bukittinggi City, emotional complaints among pregnant women have been reported to increase, particularly those related to family support, parity status, and other social factors. This study aimed to identify the factors associated with the mental health of pregnant women. This was a quantitative study with a cross-sectional approach. The population consisted of 49 pregnant women, and the entire population was selected as the sample using a total sampling technique. A standardized questionnaire that had been tested for validity and reliability was used as the research instrument. Data analysis was conducted using the chi-square test. The results showed that the majority of respondents (57.1%) were in the category of moderate mental health. Most respondents (87.8%) were multiparous, and more than half (63.3%) received good family support. Statistical analysis showed a

significant relationship between parity and maternal mental health ($p = 0.003$), although the result should be considered with caution as the p -value approaches the clinical threshold (0.050). In addition, there was a significant relationship between family support and mental health of pregnant women ($p = 0.020$). In conclusion, parity and family support are significantly associated with the mental health of pregnant women. It is recommended that healthcare professionals enhance education and psychological monitoring during pregnancy and promote family involvement in supporting expectant mothers.

Keywords: mental health, pregnant women, family support, pregnancy

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan fase penting dan kompleks dalam kehidupan seorang wanita, yang tidak hanya melibatkan perubahan fisik tetapi juga menimbulkan dampak psikologis yang signifikan. Selama masa kehamilan, wanita mengalami berbagai perubahan hormon dan adaptasi emosional yang dapat memengaruhi stabilitas mentalnya. Berbagai studi menunjukkan bahwa ibu hamil memiliki kerentanan tinggi terhadap gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, stres, bahkan depresi. Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 10% ibu hamil dan 13% ibu pasca persalinan di negara berkembang mengalami gangguan mental, dan angka ini cenderung lebih tinggi pada kelompok dengan keterbatasan dukungan sosial.

Di Indonesia, prevalensi gangguan mental pada ibu hamil juga cukup tinggi, terutama pada trimester awal kehamilan. Di Provinsi Sumatera Barat, data menunjukkan bahwa sebagian ibu hamil mengalami gangguan mental ringan hingga berat yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tekanan lingkungan, ekonomi, pengalaman kehamilan sebelumnya (paritas), serta kurangnya dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga, khususnya dari suami, terbukti menjadi salah satu faktor protektif utama terhadap kondisi mental ibu hamil. Paritas atau jumlah anak yang pernah dilahirkan juga turut memengaruhi tingkat stres ibu hamil, di mana baik ibu dengan kehamilan pertama maupun kehamilan berikutnya memiliki potensi risiko yang berbeda.

Wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi merupakan salah satu wilayah yang mencatat tingginya angka kunjungan ibu hamil dengan keluhan psikis selama masa kehamilan. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan beberapa faktor dominan seperti trauma kehamilan sebelumnya, kurangnya dukungan keluarga, dan masalah sosial ekonomi yang diduga berkontribusi terhadap gangguan kesehatan mental ibu hamil. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental ibu hamil di wilayah tersebut, dengan harapan dapat memberikan masukan bagi program pelayanan kesehatan ibu dan anak secara lebih komprehensif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi dengan jumlah 49 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner standar HADS untuk mengukur tingkat kecemasan dan depresi, serta kuesioner dukungan keluarga. Data dianalisis menggunakan uji chi-square untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (paritas dan dukungan keluarga) dengan variabel dependen (kesehatan mental ibu hamil). Validitas dan reliabilitas instrumen telah diuji sebelumnya, dengan nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,89$ yang menunjukkan keandalan tinggi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

a. Distribusi frekuensi kesehatan mental ibu hamil

Tabel 4.1 Distibusi Frekuensi Kesehatan Mental Ibu Hamil Kecemasan dan Depresi di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi

Kesehatan Mental	<i>f</i>	%
Ringan	2	4.1
Sedang	28	57.1
Berat	19	38.8
Jumlah	49	100.0

Berdasarkan Tabel 4.1 distribusi frekuensi diketahui bahwa Lebih dari separoh responden (57,1%) ibu hamil mengalami kesehatan mental sedang.

b. Distribusi frekuensi paritas pada ibu hamil

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi paritas pada ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang kota Bukittinggi.

Paritas	<i>f</i>	%
Primipara	6	12.2
Multipara	43	87.8
Jumlah	49	100.0

Berdasarkan Tabel 4.2 didapatkan bahwa sebagian besar (87.8%) responden termasuk dalam kategori multipara.

c. Distribusi frekuensi dukungan keluarga ibu hamil

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi dukungan keluarga ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Guguk panjang kota Bukittinggi

Dukungan Keluarga	<i>f</i>	%
Baik	31	63.3
Tidak Baik	18	36.7
Jumlah	49	100.0

Berdasarkan Tabel 4.3 didapatkan bahwa lebih dari separoh (63.3%) responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik

Analisa Bivariat

a. Hubungkan antara paritas dengan kesehatan mental pada ibu hamil

Tabel 4.4 Hubungkan antara paritas dengan kesehatan mental pada ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang kota Bukittinggi

Paritas	Kesehatan Mental								p- Vlaue
	Ringan		Sedang		Berat		Total		
	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Primipara	1	2.0	1	12.2	5	22.4	7	36.7	0.003
Multipara	1	2.1	27	44.9	14	16.3	42	63.3	
Total	2	4.1	28	57.1	19	38.8	49	100.0	

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil dari 49 responden, sebanyak 42 responden (63.3%) berada dalam keadaan multipara dengan kondisi kesehatan mental berat 16.3%. sedang 44.9% dan ringan 2.1%. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,003 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara paritas dan kesehatan mental ibu hamil.

b. Hubungan antara dukungan keluarga dengan kesehatan mental pada ibu hamil

Tabel 4.5 Hubungan antara dukungan keluarga dengan kesehatan mental pada ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang kota Bukittinggi

Kesehatan Mental									
Dukungan Keluarga	Ringan		Sedang		Berat		Total		p- Vlaue
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Tidak Baik	1	2.0	6	12.2	11	22.4	18	36.7	0.020
Baik	1	2.1	22	44.9	8	16.3	31	63.3	
Total	2	4.0	28	57.1	19	38.8	49	100.0	

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil dari 49 responden, sebanyak 31 responden yang dukungan keluarga baik 63.3 % dengan kondisi mental berat 16.3% , sedang 44.9% dan ringan 2.1%. Hasil uji statistik menunjukkan p-value 0,020 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kesehatan mental ibu hamil.

Hasil penelitian ini menguatkan temuan sebelumnya bahwa paritas dan dukungan keluarga memengaruhi kondisi psikologis ibu hamil. Ibu multipara cenderung menghadapi tekanan tambahan karena tanggung jawab terhadap anak-anak sebelumnya, yang dapat memicu stres dan kecemasan. Di sisi lain, primipara juga berisiko mengalami kecemasan karena kurangnya pengalaman menghadapi

kehamilan dan persalinan. Dukungan keluarga terbukti menjadi faktor protektif penting. Dukungan emosional, instrumental, dan informasional yang diberikan keluarga dapat menurunkan tekanan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan ibu hamil. Temuan ini sejalan dengan teori House tentang dukungan sosial serta teori stres dan koping dari Lazarus & Folkman, yang menekankan pentingnya dukungan dalam mengatasi stres.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa lebih dari separuh ibu hamil di Puskesmas Guguk Panjang mengalami gangguan kesehatan mental dalam kategori sedang. Paritas dan dukungan keluarga berhubungan signifikan dengan kesehatan mental ibu hamil. Ibu dengan paritas lebih tinggi serta ibu dengan dukungan keluarga rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan mental. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk melibatkan keluarga dalam program edukasi dan pemantauan psikologis selama kehamilan.

SARAN

Tenaga kesehatan disarankan untuk melakukan edukasi rutin kepada ibu hamil dan keluarganya tentang pentingnya kesehatan mental selama kehamilan. Keluarga, terutama suami, perlu memberikan dukungan emosional dan praktis dalam proses kehamilan. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan jumlah sampel lebih besar dan pendekatan longitudinal untuk mengetahui dinamika kesehatan mental selama masa kehamilan hingga pasca persalinan. Pemerintah juga diharapkan mengembangkan program kesehatan mental ibu hamil berbasis keluarga di fasilitas kesehatan tingkat pertama.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan dan penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing, Ibu Ns. Yasherly Bachri, S.Kep., M.Kep dan Ibu Ns. Rezi Prima, S.Kep., M.Kep yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses penelitian ini berlangsung. Penulis juga menyampaikan penghargaan kepada pihak Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi yang telah memberikan izin serta memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih yang mendalam juga disampaikan kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data yang sangat berharga. Tidak lupa, penulis menyampaikan rasa terima kasih dan cinta kepada kedua orang tua serta keluarga tercinta atas doa, semangat, dan dukungan yang tiada henti. Semoga segala bantuan dan kebaikan yang diberikan menjadi amal jariyah dan mendapat balasan dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Isti Asih, dkk. Hubungan Usia, Pendidikan Dan Paritas Ibu dengan Pengetahuan Kesehatan Mental Ibu Hamil Di Kota Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kartika Adyani, dkk. (2023). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Ibu Selam Kehamilan : Literature Review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI) 6 (6).

- Keliat, B. A. (2016). Model keperawatan jiwa komunitas: Pendekatan dan praktik. Jakarta: EGC.
- Lestari, D., & Fitriani, Y. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat depresi pada ibu hamil trimester ketiga. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 35-42.
- Lestari, Yayuk puji. (2023). Prenatal Yoga terhadap Tingkat Kesehatan Mental Ibu Hamil Volume 19,.
- Leyla Ayuanda, dkk. (2022). Pendkestal Bumil ``Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil`` Dalam Upaya Peningkatan Kebugaran Maternal. *Jurnal Batikmu* 2 (2)
- Listia, D. F., Zahrah, Z. (2022). Hubungan Dukungan keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada ibu Hamil. Vol 13 No. 1.
- Nana Maryana, dkk. (2024). Konsep Kehamilan dan Adaptasi Fisiologis pada Ibu Hamil.
- Notoadmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurhidayati. & Ampa, A.T. (2020). Kesehatan mental Ibu Hamil dan Nifas. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Nurul Hikmah Sartika, dkk. Gambaran Kesehatan Mental Ibu Hamil di Puskesmas Pangkajene. *Kampurul Jurnal Kesehatan Masyarakat* 3 (2).
- Pratiwi, D. A., & Sari, M. P. (2021). Hubungan paritas dengan tingkat depresi pada ibu hamil trimester III di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 45-52. <https://doi.org/10.1234/jkr.v9i1.2021>
- Prawirohardjo, S. (2016). Ilmu Kebidanan, Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rahayu, S., & Hidayati, N. (2021). Hubungan Paritas dan Tingkat Kesehatan Mental pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 6(1), 25–31.
- Riyantono. (2019). Kesehatan Mental. (Malang : Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang).
- Sekartini, R. (2018). Kesehatan Mental pada Ibu Hamil dan Menyusui. Depok : UI Press.
- Siti Zulaekah, dkk. (2020). Kecemasan Sebagai Penyebab Gangguan Kesehatan Mental pada kehamilan di Layanan Kesehatan Primer Kota Surakarta. *Jurnal kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 17 (1).
- Sunarmi, Atik. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Ibu Hamil: Scoping Review Vol. 1 No. 3 Agustus
- Syauki, A. S., Hartati, H., Nurwany, R., & Aini, S. (2021). Factors affecting symptoms of depression and anxiety among pregnant women during COVID-19 pandemic. *The Avicenna Medical Journal*. Palembang.
- Tendean, Angelia Friska. (2023). Intervensi Digital Antenatal Care terhadap Kesehatan Mental Ibu Hamil. *Klabat Journal of Nursing* 5 (1).

- Triatmi, A. Y., Dwi, E. R., Hanna, S. H. (2017). Hubungan Paritas Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trisemster III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 2 (1) 41-46
- Utami NurHafsari Putri, dkk. (2022). *Modul Kesehatan Mental*. (Pasaman : PENERBIT. CV. AZKA PUSTAKA).