

Dampak Dukungan Suami Terhadap Kesehatan Mental Ibu Selama Kehamilan

Novia Martin^{1*}, Pascal Adventra Tandiabang², Sulaiman P. Nagaring¹, Ryskina Fatimah Siregar¹

¹Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

²Departemen Anatomi, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

*Corresponding Author. Email: noviam@ung.ac.id
Telp: +62-85157713178

ABSTRAK

Pendahuluan: Kehamilan merupakan periode transisi biologis dan psikososial yang meningkatkan kerentanan ibu terhadap gangguan kesehatan mental. Dukungan suami dipandang sebagai faktor protektif utama yang berpotensi menurunkan depresi, kecemasan, dan stres selama kehamilan.

Metode: Naratif review ini menggunakan artikel publikasi 10 tahun terakhir (2020–2025). Kriteria inklusi mencakup penelitian kuantitatif dan mixed methods yang mengevaluasi hubungan dukungan suami dengan kesehatan mental ibu hamil. Enam artikel yang memenuhi kriteria dianalisis secara naratif.

Hasil: Seluruh studi menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan suami dan penurunan kecemasan, depresi, serta stres, disertai peningkatan adaptasi psikologis dan kepercayaan diri ibu hamil.

Kesimpulan: Dukungan suami berperan penting sebagai determinan kesehatan mental maternal. Integrasi pasangan dalam pelayanan antenatal direkomendasikan sebagai strategi promotif-preventif.

Kata kunci: Depresi, dukungan suami, ibu hamil, kecemasan, kesehatan mental

ABSTRACT

Introduction: Pregnancy is a period of biological and psychosocial transition that increases women's vulnerability to mental health disorders. Husband support is regarded as a key protective factor that has the potential to reduce depression, anxiety, and stress during pregnancy.

Method: This narrative review included articles published within the last ten years (2020–2025). The inclusion criteria comprised quantitative and mixed-methods studies that examined the relationship between husband support and the mental health of pregnant women. A total of six articles that met the inclusion criteria were analyzed narratively.

Results: All reviewed studies demonstrated a significant association between husband support and reduced levels of anxiety, depression, and stress, accompanied by improved psychological adaptation and self-confidence among pregnant women.

Conclusion: Husband support plays a crucial role as a determinant of maternal mental health. Integrating partners into antenatal care services is recommended as a promotive and preventive strategy.

Keyword: Depression, Husband Support, Anxiety, Mental Health, Pregnant Women



Diterbitkan oleh:
Universitas Negeri Gorontalo

Kontak:
+62852 3321 5280

Alamat:
Jl. Jend. Sudirman No.6, Gorontalo
City, Gorontalo, Indonesia

Email:
axonfkung@ung.ac.id

Riwayat Artikel:
Disubmit 30 Januari 2026
Diterima 31 Januari 2026
Dipublikasi 31 Januari 2026

DOI:
<https://doi.org/10.37905/jam.v3i1.37305>

Pendahuluan

Kehamilan merupakan fase kehidupan yang ditandai oleh perubahan fisiologis, emosional, dan sosial yang signifikan. Kondisi ini meningkatkan kerentanan ibu terhadap gangguan kesehatan mental, termasuk depresi, kecemasan, dan stres, yang dapat berdampak tidak hanya pada ibu tetapi juga pada perkembangan janin.¹ Kesehatan mental maternal yang buruk diketahui berhubungan dengan kepatuhan antenatal yang rendah, risiko persalinan prematur, serta gangguan bonding ibu–bayi.²

Dukungan sosial merupakan faktor penting yang memengaruhi kesehatan mental ibu selama kehamilan. Dukungan sosial, khususnya dari suami atau pasangan, diidentifikasi sebagai salah satu faktor protektif utama terhadap distress psikologis selama kehamilan. Dukungan tersebut mencakup dukungan emosional, instrumental, dan informasional, serta keterlibatan aktif dalam perawatan antenatal. Berbagai studi menunjukkan bahwa ibu hamil yang memperoleh dukungan pasangan yang baik cenderung memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang kurang mendapatkan dukungan.^{3,4}

Systematic review dan meta-analisis sebelumnya melaporkan bahwa rendahnya dukungan sosial secara signifikan berkaitan dengan meningkatnya risiko depresi dan kecemasan selama kehamilan. Sebaliknya, dukungan pasangan yang optimal berkontribusi dalam meningkatkan adaptasi psikologis ibu serta kesiapan menghadapi persalinan dan peran sebagai orang tua.³ Oleh karena itu, keterlibatan suami dalam asuhan kebidanan menjadi aspek penting dalam upaya promotif dan preventif kesehatan mental maternal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, naratif review ini bertujuan untuk menganalisis bukti ilmiah terkait dampak dukungan suami terhadap kesehatan mental ibu selama kehamilan, sehingga dapat menjadi dasar penguatan intervensi kebidanan berbasis keluarga.

Metode

Penelusuran literatur dilakukan menggunakan jurnal nasional dan internasional yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2020–2025. Kriteria inklusi meliputi:

1. Studi yang mengevaluasi hubungan dukungan suami dengan kesehatan mental ibu hamil.
2. Desain penelitian kuantitatif atau mixed methods.
3. Artikel tersedia dalam teks penuh.

Kriteria eksklusi meliputi studi yang tidak secara langsung menilai peran dukungan suami terhadap kondisi psikologis ibu selama kehamilan.

Sebanyak enam artikel memenuhi kriteria seleksi dan dianalisis menggunakan pendekatan sintesis naratif, dengan fokus pada jenis dukungan, luaran kesehatan mental, serta faktor moderator.

Hasil

Enam artikel yang direview menunjukkan temuan yang relatif konsisten. Dukungan suami berkorelasi signifikan dengan penurunan kecemasan, depresi, dan stres, serta peningkatan adaptasi psikologis dan kepercayaan diri ibu hamil.

Penulis (Tahun)	Desain Studi	Jumlah Sampel	Subjek	Hasil Penelitian
Fitriani et al. (2025) ⁵	Systematic review	12 studi	Ibu hamil	Dukungan suami menurunkan depresi, kecemasan, dan stres
Rasidah & Fayakun (2024) ⁶	Cross-sectional	64	Primigravida TM III	Terdapat hubungan antara dukungan suami dan kecemasan tentang persalinan pada wanita hamil primigravida trimester ketiga.
Nugraha et al. (2025) ⁷	Cross-sectional	157	Ibu hamil	Hubungan positif dukungan suami dengan adaptasi psikologis ibu hamil
Adyani et al. (2023) ⁸	Literature Review	18 studi	Ibu hamil	Terdapat 6 faktor yang memengaruhi kesehatan mental selama kehamilan, antara lain faktor dukungan suami, pandemi, usia, paritas, pendidikan dan dukungan sosial.
Khanna et al. (2023) ⁹	Mix-method	194	Ibu hamil TM II dan III	Kurangnya dukungan pasangan dalam berbagai bidang, diantaranya pekerjaan rumah tangga, preferensi terhadap anak laki-laki, dan dukungan finansial, menyebabkan stress selama kehamilan.
Fitria et al.	Cross-	50	Primigravida	Pentingnya dukungan emosional

(2025) ¹⁰	sectional	TM 1	dan instrumental dari suami selama masa kehamilan untuk menjaga kesehatan mental ibu
----------------------	-----------	------	--

Tinjauan naratif ini menunjukkan bahwa dukungan suami merupakan faktor protektif yang signifikan terhadap distres psikologis ibu selama masa antenatal. Dukungan emosional muncul sebagai dimensi paling berpengaruh, mencakup empati, *reassurance*, dan validasi pengalaman kehamilan.¹¹ Ibu yang menerima dukungan emosional adekuat menunjukkan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah, sejalan dengan teori *stress-buffering* yang menjelaskan bahwa dukungan interpersonal mampu menurunkan persepsi stresor.^{4,12} Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan pasangan merupakan determinan psikososial yang stabil lintas konteks dan karakteristik responden.^{13,14}

Secara konseptual, hasil ini dapat dijelaskan melalui kerangka *stress-buffering theory*, yang menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung psikologis dengan menurunkan persepsi individu terhadap stresor.¹⁵ Dalam konteks kehamilan, perubahan fisiologis, ketidakpastian persalinan, serta tuntutan peran baru berperan sebagai stresor utama. Kehadiran suami sebagai sumber dukungan emosional membantu ibu memaknai pengalaman kehamilan secara lebih positif, sehingga menurunkan aktivasi respons stres dan memperbaiki regulasi emosi.¹⁶

Dukungan instrumental—seperti bantuan pekerjaan rumah, pendampingan kunjungan antenatal, dan dukungan finansial—berkontribusi terhadap stabilitas psikologis ibu dengan menurunkan beban peran dan meningkatkan rasa tanggung jawab bersama. Dukungan informasional memperkuat kapasitas koping ibu melalui peningkatan literasi kesehatan, memperjelas proses kehamilan dan persalinan, serta mengurangi ketidakpastian yang sering menjadi pemicu kecemasan.^{1,3}

Selain berdampak langsung pada penurunan stres psikologis, dukungan suami juga meningkatkan adaptasi psikologis, resiliensi, serta kesiapan menghadapi persalinan. Dari perspektif klinis, kesejahteraan mental ibu berhubungan dengan kepatuhan antenatal yang lebih baik, kesiapan persalinan, dan kepercayaan diri dalam menjalani peran sebagai orang tua.²

Lebih jauh, kesehatan mental ibu selama kehamilan memiliki implikasi lintas generasi. Distres psikologis antenatal diketahui berkaitan dengan risiko persalinan prematur, berat badan lahir rendah, gangguan bonding ibu–bayi, serta perkembangan emosional anak di kemudian hari.^{13,17} Oleh karena itu, dukungan suami tidak hanya relevan bagi kesejahteraan ibu, tetapi juga berpotensi memengaruhi *outcome* perinatal dan perkembangan anak secara jangka

panjang.¹¹

Namun, efek dukungan suami dipengaruhi oleh konteks sosial budaya, tingkat pendidikan, dan status sosial ekonomi. Pada masyarakat yang menganut patriarki kuat, keterlibatan suami sering terbatas pada aspek finansial, sementara dukungan emosional kurang menonjol. Suami dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih aktif dalam pelayanan antenatal dan pengambilan keputusan kesehatan.¹⁸ Kondisi ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis pasangan perlu disesuaikan dengan karakteristik lokal dan norma sosial yang berlaku.

Dari perspektif metodologis, mayoritas studi yang direview menggunakan desain potong lintang, sehingga hubungan yang ditemukan masih bersifat asosiatif dan belum dapat memastikan kausalitas.¹³ Selain itu, heterogenitas instrumen pengukuran dukungan suami dan luaran kesehatan mental membatasi komparabilitas antar penelitian. Minimnya studi longitudinal dan intervensional juga menjadi keterbatasan penting dalam tinjauan naratif ini, karena belum banyak bukti eksperimental yang mengevaluasi dampak langsung program peningkatan keterlibatan suami terhadap kesehatan mental maternal.^{11,14}

Meskipun demikian, akumulasi bukti yang ada cukup kuat untuk menempatkan dukungan suami sebagai komponen esensial dalam pelayanan kesehatan maternal. Pendekatan *family-centered antenatal care* yang melibatkan pasangan secara aktif berpotensi meningkatkan efektivitas layanan promotif dan preventif.^{14,17} Edukasi terstruktur bagi suami, konseling pasangan, serta keterlibatan laki-laki dalam kelas ibu hamil dapat menjadi strategi praktis untuk memperkuat dukungan emosional dan instrumental di tingkat keluarga.¹⁹

Implikasi kebijakan dari temuan ini adalah perlunya integrasi peran suami dalam program kesehatan ibu, tidak hanya sebagai pendamping administratif, tetapi sebagai aktor aktif dalam menjaga kesejahteraan psikologis maternal. Penguatan kapasitas tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi berbasis pasangan, serta pengembangan modul komunikasi yang sensitif gender, menjadi langkah strategis untuk meningkatkan kualitas layanan antenatal.²⁰

Secara keseluruhan, naratif review ini menegaskan bahwa dukungan suami merupakan determinan psikososial utama kesehatan mental ibu selama kehamilan. Intervensi yang menargetkan peningkatan keterlibatan pasangan berpotensi menghasilkan manfaat multidimensional, mulai dari penurunan morbiditas psikologis ibu hingga peningkatan kesiapan keluarga menghadapi periode perinatal.^{13,14} Penelitian selanjutnya direkomendasikan menggunakan desain longitudinal atau uji intervensi terkontrol untuk memperkuat bukti kausal dan mengevaluasi efektivitas program berbasis pasangan secara lebih objektif.

Kesimpulan

Naratif review ini menunjukkan bahwa dukungan suami memiliki pengaruh substansial terhadap kesehatan mental ibu selama kehamilan. Dukungan emosional, instrumental, dan informasional secara kolektif menurunkan kecemasan, depresi, dan stres, sekaligus meningkatkan adaptasi psikologis serta kepercayaan diri ibu. Keterlibatan suami merupakan komponen esensial dalam pelayanan antenatal yang holistik.

Kehadiran pasangan dalam layanan kesehatan ibu berpotensi memperkuat resiliensi maternal dan kesiapan perinatal. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal dan intervensional untuk memperkuat bukti kausal.

Konflik Kepentingan

Tidak ada yang perlu diumumkan.

Sumber Pendanaan

Tidak ada yang perlu diumumkan.

Pengakuan

Tidak ada yang perlu diumumkan.

Referensi

1. World Health Organization. Mental Health, Brain Health and Substance Use [Internet]. WHO. 2015 [cited 2025 Jan 3]. Available from: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/maternal-mental-health>
2. Howard LM, Molyneaux E, Dennis C, Rochat T, Stein A, Milgrom J. Non-Psychotic Mental Disorders in the Perinatal Period. *Lancet* [Internet]. Elsevier Ltd; 2014;384(9956):1775–88. Available from: [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61276-9](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61276-9)
3. Bedaso A, Adams J, Peng W, Sibbritt D. The Relationship Between Social Support and Mental Health Problems During Pregnancy: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Reprod Health*. England; 2021 Jul;18(1):162.
4. Biaggi A, Conroy S, Pawlby S, Pariante CM. Identifying The Women At Risk of Antenatal Anxiety and Depression: A Systematic Review. *J Affect Disord* [Internet]. Elsevier; 2016;191:62–77. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.014>
5. Fitriani F, Anita F, Lilis. Impact of Husband Support On Maternal Psychological Well-Being During Pregnancy: A Systematic Review. *J Edukasi Ilm Kesehat*. 2025;3(2):55–62.
6. Rasidah, Rohmah FN. The Relationship Between Husband ' s Support and Anxiety Level of Primigravida Pregnant Women in Third Trimester at Puskesmas Gamping I, Sleman Yogyakarta. *J Ilm Kebidanan*. 2024;12(1):12–22.
7. Nugraha MA, Keliat BA, Mustikasari. The Relationship Between Husband's Support and Pregnant Women's Adaptability. *Dunia Keperawatan J Keperawatan dan Kesehat*. 2025;(October 2023).
8. Adyani K, Rahmawati A, Pebrianti A. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kesehatan

- Mental pada Ibu Selama Kehamilan: Literature Review. *Media Publ Promosi Kesehat Indones Indones J Heal Promot.* 2023;6(6):1033–8.
9. Khanna T, Patel R, Akhtar F, Mehra S. Relationship Between Partner Support and Psychological Distress Among Young Women During Pregnancy: A Mixed-Method Study From A Low- and Middle-Income Country. *J Affect Disord Reports [Internet]. Elsevier B.V.;* 2023;14(June 2022):100672. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100672>
 10. Fitria H, Agustiani A, Fauzi RR, Putri RS. Hubungan Dukungan Suami Dengan Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama) di Puskesmas Tambelang Bekasi. *J Kesehat Tambusai.* 2025;6(1):1076–85.
 11. Neill MPO, Cycon A, Friedman L. Seeking Social Support and Postpartum Depression. A Pilot Retrospective Study of Perceived Changes. *Midwifery [Internet]. Elsevier Ltd;* 2019; Available from: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2019.01.003>
 12. Cohen S, Wills TA. Stress, Social Support and The Buffering Hypothesis. *Psychol Bull.* 1985;98(2):310–57.
 13. Stapleton LRT, Westling E, Rini C, Glynn LM, Hobel CJ, Sandman CA. Perceived Partner Support in Pregnancy Predicts Lower Maternal and Infant Distress. *Natl Institutes Heal.* 2014;26(3):453–63.
 14. Dewi CNT, Purnamaningrum YE, Santi MY. Dukungan Sosial dan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi COVID-19. *Wind Heal J Kesehat.* 2023;6(4):365–77.
 15. Rueger SY, Malecki CK, Pyun Y, Aycock C, Coyle S, Rueger SY, et al. A Meta-Analytic Review of the Association Between Perceived Social Support and Depression in Childhood and Adolescence. *Psychol Bull.* 2016;
 16. B.Balaji A, Claussen AH, Smith DC, Visser SN, Morales MJ. Social Support Networks and Maternal Mental Health and Well-Being. *J Women’s Heal.* 2007;16(10):1386–96.
 17. Szegda K, Markenson G, Bertone-johnson ER, Chasan- L, Sciences H. HHS Public Access. *Matern Fetal Neonatal Med.* 2016;27(9):960–7.
 18. Boltena MT, Kebede AS, El-Khatib Z, Asamoah BO, Boltena AT, Tyae H, et al. Male partners’ participation in birth preparedness and complication readiness in low- and middle-income countries: a systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy Childbirth.* England; 2021 Aug;21(1):556.
 19. Salehi A, Fahami F, Beigi M. The Effect of Presence of Trained Husbands Beside Their Wives During Childbirth on Women’s Anxiety. *J Nurs Midwifery Res.* 2016;21(6).
 20. Antoniou E, Stamoulou P, Tzanoulinou M-D, Orovou E. Perinatal Mental Health; The Role and the Effect of the Partner: A Systematic Review. *Healthc (Basel, Switzerland).* Switzerland; 2021 Nov;9(11).