

Hubungan Dukungan Suami Dengan Proses Adaptasi Psikologis Pada Ibu Nifas

Irna Rara Junika^{1*}, Sholaikhah Sulistyoningtyas¹

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

ABSTRACT

The postpartum period is a transition period that is full of challenges for mothers, both physically and psychologically. Many postpartum mothers experience anxiety, stress, and even postpartum depression, which can negatively affect the mother's health and the baby's development. Husband's support is an important factor in helping mothers adapt psychologically during the postpartum period. Objective of the study is to determine the relationship between husband's support and the psychological adaptation process in postpartum mothers at PKU Muhammadiyah Gamping Hospital. Method in this research used quantitative methods with a cross-sectional design. The sample of this study consisted of 30 postpartum mothers selected using the total sampling technique. Data was collected through a questionnaire consisting of variables of husband's support and psychological adaptation of postpartum mothers, then analyzed using the *Chi-Square* test. The results tested using the Chi-Square statistical test showed a significance value (2-tailed) of 0.000 ($p < 0.05$). Thus, H_0 was rejected and H_a was accepted, meaning that there is a relationship between husband's support and the psychological adaptation of postpartum mothers at RS PKU Muhammadiyah Gamping. In addition, the correlation coefficient value of 0.707 shows that the relationship between husband's support and postpartum psychological adaptation of mothers is strong. There is a significant relationship between husband's support and psychological adaptation in postpartum mothers at PKU Muhammadiyah Gamping Hospital. Suggestion is hospitals can improve education and counseling for husbands to better support the psychological well-being of postpartum mothers.

Keywords: husband's support; postpartum depression; postpartum period; psychological adaptation

ARTICLE INFO

Article history

Received : 06 April 2025
Revised : 29 October 2025
Accepted : 29 October 2025

DOI

DOI: <https://doi.org/10.31983/micajo.v6i4.12826>

CORRESPONDING AUTHOR

Name : Irna Rara Junika
Email : lnrararaj@gmail.com
Telp : 085839456330
Address : Tanggamus, Lampung

ORIGINAL RESEARCH

Pendahuluan

Masa nifas (postpartum) adalah waktu setelah melahirkan dimana seorang ibu sering mengalami stress. Secara psikologi seorang ibu postpartum memiliki emosi yang gampang marah serta gampang sedih. Kebanyakan ibu nifas sering merasa diabaikan oleh orang terdekatnya sehingga mengalami kecemasan kemudian berubah menjadi stres. (Ariani et al., 2022) Masa postpartum merupakan fase transisi yang dapat menyebabkan beberapa ibu mengalami krisis kehidupan sebab ibu akan mengalami beberapa perubahan fisik dan psikolog, diperkirakan sekitar 60% dari kematian ibu akibat persalinan dan 50% kematian masa postpartum terjadi dalam 24 jam pertama setelah persalinan. (Yulia, 2020)

Menurut data *World Health Organization* (WHO), di seluruh dunia sekitar 10% wanita hamil dan 13% wanita yang baru melahirkan mengalami gangguan jiwa, terutama depresi. Di negara berkembang bahkan lebih tinggi, yaitu 15,6% selama kehamilan dan 19,8% setelah

melahirkan. Angka kejadian depresi postpartum cukup tinggi, mencapai 2 per 1000 kelahiran, sekitar 50% sampai 60% perempuan mengalami depresi postpartum saat mereka memiliki anak pertama, dan sekitar 50% pada perempuan yang mempunyai riwayat keluarga gangguan mood. (WHO, 2022)

Depresi postpartum (DPP) adalah peristiwa perubahan mood yang dialami setelah melahirkan yang menyebabkan gangguan psikologi yang menandakan gejala dari depresi. Depresi postpartum adalah suatu kondisi yang serius dimana suatu penelitian mengemukakan bahwa 25% melahirkan anak pertama beresiko mengalami depresi berat, dibandingkan melahirkan anak kedua sekitar 20%. Perubahan mood ini dapat terjadi antara kurun waktu 2-6 minggu setelah ibu melalui proses persalinan yaitu ibu merasakan depresi. Selain itu ibu juga bisa merasakan kecemasan yang berlebihan. (Takdir et al., 2022) Dampak dari depresi postpartum pada ibu ini menyebabkan ibu tidak mampu mengasuh bayinya dengan baik, jika masalah ini berlanjut maka akan menyebabkan dampak yang lebih negatif lagi dalam jangka panjang terhadap perkembangan kognitif, emosional, sosial dan perilaku anak. (Adli, 2022)

Adaptasi perempuan menjadi seorang ibu, memerlukan dukungan suami dan orang di sekitarnya. Orang yang memotivasi, membesarkan hati dan orang yang selalu bersamanya serta membantu dalam menghadapi perubahan akibat adanya persalinan, untuk semua ini yang penting berpengaruh bagi ibu nifas adalah kehadiran seorang suami. Dukungan merupakan dorongan dalam bentuk kenyamanan, kepedulian, penghargaan, maupun bantuan yang tersedia untuk individu dari seseorang atau kelompok lain. Dukungan dapat diperoleh dari sejumlah orang penting seperti suami, anak, orang tua, saudara atau kerabat dan teman akrab (Kusumastuti et al., 2024). Adaptasi psikologis ibu nifas adalah proses penting bagi ibu untuk kembali ke kondisi fisik dan psikologisnya pasca melahirkan, yang dibagi menjadi dua jenis yaitu adaptasi fisiologis (kembali organ tubuh seperti sedia kala) dan adaptasi psikologis (perubahan emosional dan mental). (Listia Dwi Febriati, Zahrah Zakiah, 2023)

Berdasarkan penelitian (Wahyuni Sundari et al., 2023) menemukan perempuan dengan dukungan suami yang baik mengalami fase *taking in* yang aman dan lancar, sedangkan perempuan yang kurang mendapatkan dukungan suami mengalami fase *taking in* dengan *baby blues*. Penelitian ini sejalan dengan (Nova & Zagoto, 2020) yang menyatakan bahwa ibu yang tidak mendapatkan dukungan suami akan 8,60 kali lipat resiko terkena *baby blues*, dukungan memberi pengaruh dalam mengurangi depresi yang dihadapi wanita pada masa postpartum. Wanita yang merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai oleh suami, keluarga dan teman lingkungannya menimbulkan rasa percaya diri dan perasaan berharga.

Peran seorang ibu sangat mempengaruhi perkembangan anaknya maka dari itu ibu yang mengalami postpartum blues harus ditangani secara adekuat agar tidak berlanjut kearah yang lebih serius. Maka dari itu suami dan keluarga yang harus memberikan perhatian dan dukungan kepada ibu postpartum, memberikan dukungan dengan membantu merawat bayinya atau membantu meringankan tugas ibu dalam melakukan pekerjaan rumah. (Dwi Febriati, 2022)

Dukungan dari suami menjadi penyebab utama seorang ibu mengalami depresi postpartum (DPP). Seorang suami merupakan orang yang paling dekat dengan ibu, dan sebaiknya seorang suami memberikan rasa aman dan nyaman kepada istrinya. Jika seorang suami bertanggung jawab dan dapat memberikan rasa nyaman selama ibu hamil, bersalin dan masa nifas, seorang ibu akan terhindar dari kemungkinan terkena postpartum blues. Ibu nifas akan lebih kuat melewati tanggung jawab barunya, lebih bahagia dan lebih nyaman. (Setianingsih et al., 2024)

Dukungan keluarga merupakan sebuah sikap serta tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya yang dapat ditunjukkan dalam dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Dengan kata lain dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. (Sidiq et al., 2024) Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ariyanti, 2020) menyatakan bahwa ibu yang tidak memperoleh dukungan keluarga lebih beresiko 8,22 kali lipat mengalami gangguan psikologis pada masa nifas dibandingkan dengan ibu yang mendapatkan dukungan keluarga

Masalah kesehatan ibu dan perinatal merupakan masalah dunia dan nasional yang perlu mendapatkan prioritas utama. Derajat kesehatan suatu masyarakat dinilai melalui beberapa indikator diantaranya dengan Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi. Untuk menurunkan angka kematian ibu dan bayi, Kementerian Kesehatan meluncurkan program Jaminan Persalinan (Jampersal). Tujuannya untuk meningkatkan cakupan pemeriksaan kehamilan, pertolongan persalinan, dan pelayanan nifas ibu oleh tenaga kesehatan. (Arimbi & Kumalasari, 2020)

Tingginya kasus depresi postpartum memerlukan perhatian kita semua khususnya bidan sebagai tenaga kesehatan yang menampingi ibu melewati masa nifas. Bidan memiliki peranan yang sangat penting dalam pemberian asuhan postpartum. Adapun peran dan tanggung jawab dalam masa nifas dengan memberikan dukungan secara berkesinambungan selama masa nifas sesuai dengan kebutuhan ibu untuk mengurangi ketegangan fisik dan psikologis selama masa nifas, bidan harus memastikan kesehatan baik fisik maupun psikologisnya dilalui dengan aman selama masa nifas. Terlebih depresi postpartum merupakan kasus terselubung dan senyap yang seringkali terlambat untuk dikenali dan mendapatkan penanganan yang tepat. (Syaripah et al., 2024)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 November 2024 di Bangsal Nifas Rumah Sakit (RS) PKU Muhammadiyah Gamping terhadap 13 ibu nifas, diketahui bahwa beberapa ibu mengalami tidak nafsu makan, sulit tidur, masih terbayang saat melahirkan, fokus mengurus dirinya sendiri, dan masih bergantung pada orang lain. Dari 13 ibu nifas tersebut, ditemukan 6 (46,15%) mengalami gangguan psikologis, 4 (30,70%) kurang mendapatkan dukungan suami, dan 3 (20,07%) tidak mengalami gangguan psikologis serta mendapatkan dukungan suami selama masa nifas. Hasil ini menunjukkan mayoritas responden mengalami gejala psikologis dan kurangnya dukungan suami. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana dukungan suami berperan dalam memengaruhi kondisi psikologis ibu nifas, sehingga dapat menjadi dasar dalam meningkatkan perhatian dan peran suami dalam mendukung kesehatan mental ibu pascamelahirkan.

Dari latar belakang diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan kondisi psikologis ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Gamping

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional analitik dengan menggunakan pendekatan cross-sectional. Melalui penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan proses adaptasi psikologis pada ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 6 Februari 2025 di Poli RS PKU Muhammadiyah Gamping. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas di RS PKU

Muhammadiyah Gamping yang berjumlah 30 orang, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga diperoleh 30 ibu nifas hari ke-7 sebagai sampel penelitian. Dalam masa nifas, ibu mengalami berbagai perubahan psikologis seperti mudah cemas, mudah menangis, merasa tidak percaya diri dalam merawat bayi, mengalami perubahan mood, serta perasaan lelah dan sensitif akibat penyesuaian terhadap peran baru sebagai seorang ibu. Perubahan psikologis tersebut dapat dipengaruhi oleh tingkat dukungan yang diberikan oleh suami selama masa nifas. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer, yaitu data yang diperoleh langsung di lapangan oleh peneliti. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner untuk mengetahui dukungan suami dan adaptasi psikologis ibu nifas penelitian ini menggunakan uji *Chi Square*, yaitu salah satu analisis non- parametrik yang digunakan untuk mengetahui kekuatan hubungan antara dua variabel berskala nominal, menggunakan perangkat lunak SPSS for Windows versi 23. ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik RS PKU Muhammadiyah Gamping sebelum pengambilan data dengan No Ethical Clearance 019/KEP-PKU/II/2025.

Instrumen kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan. Uji validitas dilakukan dengan teknik *Product Moment Pearson*, menunjukkan bahwa seluruh item pertanyaan memiliki nilai r hitung $> r$ tabel (0,361) sehingga dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan metode *Cronbach's Alpha*, dengan hasil $\alpha = 0.872$ untuk kuesioner dukungan suami dan $\alpha = 0.884$ untuk kuesioner adaptasi psikologis, yang berarti kedua instrumen termasuk dalam kategori sangat reliabel.

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa ibu nifas yang mendapatkan dukungan suami cenderung tidak mengalami gangguan psikologis, sedangkan ibu nifas yang kurang mendapat dukungan suami menunjukkan adanya tanda-tanda gangguan psikologis selama masa nifas. Hal ini memperkuat dugaan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan proses adaptasi psikologis ibu nifas.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik responden yang dianalisis dalam penelitian ini meliputi usia, Pendidikan, dan paritas. Hal tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Ibu Nifas Di RS PKU Muhammadiyah Gamping

No	Karakteristik	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Usia (Tahun)		
	21-24 Tahun	13	43.3
	25-34 Tahun	17	56.7
	Total	30	100.0
2	Pendidikan		
	SMP	2	6.7
	SMA	18	60.0
	S1	10	59.2
	Total	30	100.0
3	Paritas		
	Primipara	26	86.7
	Multipara	4	13.3
	Total	30	100.0

Sumber: data primer

Berdasarkan Tabel 1. karakteristik responden, Karakteristik usia menunjukkan mayoritas berusia 25-34 tahun, sebanyak 17 ibu nifas (56.7%). Sebagian ibu nifas ber pendidikan SMA, yaitu sebanyak 18 ibu nifas (60.0%), riwayat paritas terbanyak primipara sebanyak 26 ibu (86,7%) dari 30 ibu nifas.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Suami Di RS PKU Muhammadiyah Gamping

Variabel	Klasifikasi	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Dukungan suami	Mendukung	24	80.0
	Tidak Mendukung	6	20.0
	Total	30	100.0

Sumber: data primer

Berdasarkan Tabel 2. data distribusi dukungan suami, klasifikasi dukungan suami tertinggi adalah mendukung, dengan jumlah sebanyak 24 ibu nifas (80.0%), dikatakan mendukung karena nilai skor yang diperoleh $\geq 50\%$. Sebaliknya, kategori tidak mendukung, dimana 6 ibu nifas yang termasuk dalam kategori ini (20.0%) dikatakan tidak mendukung karena nilai skor $< 50\%$.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Adaptasi Psikologis Ibu Nifas Di RS PKU Muhammadiyah Gamping.

Variabel	Klasifikasi	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Adaptasi Psikologis	Baik	24	80.0
	Tidak Baik	6	20.0
	Total	30	100.0

Sumber: data primer

Berdasarkan Tabel 3. data distribusi adaptasi psikologis, klasifikasi adaptasi psikologis tertinggi adalah baik, dengan jumlah sebanyak 24 ibu nifas (80.0%) dikatakan adaptasi psikologis baik karena mendapatkan nilai skor 0-9. Sebaliknya kategori tidak baik, dimana 6 ibu nifas yang termasuk dalam kategori ini (20.0%) dikatakan adaptasi tidak baik karena 6 ibu tersebut mendapatkan skor > 9 .

Tabel 4. Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Suami Dengan Proses Adaptasi Psikologis Pada Ibu Nifas Di RS PKU Muhammadiyah Gamping.

Dukungan Suami	Adaptasi Psikologis			
	Baik		Tidak Baik	
	F	%	F	%
Mendukung	24	80.0	0	0.0
Tidak Mendukung	0	0.0	6	20.0
Total	24	80.0	6	20.0

Sumber : data primer

Berdasarkan Tabel 4 hubungan dukungan suami dengan adaptasi psikologis menunjukkan bahwa klasifikasi tertinggi adalah ibu dengan dukungan suami yang mendukung memiliki adaptasi psikologis baik, yaitu sebanyak 24 ibu nifas (80.0%). Sebaliknya, kategori terendah adalah ibu dengan dukungan suami tidak mendukung dimana seluruhnya memiliki adaptasi psikologis tidak baik, yaitu sebanyak 6 ibu nifas (20.0%).

Tabel 5. Hubungan Dukungan Suami Dengan Adaptasi Psikologis

Dukungan Suami	Adaptasi Psikologis				Total	P-value	r
	Baik		Tidak Baik				
	F	%	F	%	%		
Mendukung	24	80.0	0	0.0	80.0	0.000	0.707
Tidak Mendukung	0	0.0	6	20.0	20.0		
Total	24	80.0	6	20.0	100.0		

Sumber : data primer

Berdasarkan Tabel 5 hasil uji statistic yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistic *Chi Square* diketahui bahwa nilai sig. (2-tailed) 0.000 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak, dan H_a diterima artinya terdapat hubungan antara dukungan suami dengan adaptasi psikologis pada ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Selain itu, nilai koefisien korelasi menunjukkan

0.707 artinya hubungan tersebut memiliki tingkat kekuatan korelasi/hubungan yang kuat, sesuai dengan klasifikasi koefisien kontingensi. (Sugiyono, 2019)

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden di RS PKU Muhammadiyah Gamping menunjukkan mayoritas berusia 25-34 tahun, sebanyak 17 ibu nifas (56.7%). Sebagian ibu nifas ber pendidikan SMA, yaitu sebanyak 18 ibu nifas (60.0%), dan riwayat paritas terbanyak primipara sebanyak 26 ibu nifas.

Usia yang terlalu muda untuk hamil akan memicu risiko bagi ibu dan anak dari segi fisik dan psikis baik itu selama kehamilan, persalinan dan masa nifas. Usia yang dianggap optimal untuk kehamilan dan persalinan serta masa nifas adalah antara usia 20-35 tahun. Usia dibawah 20 tahun memiliki pengetahuan yang terbatas tentang kehamilan, persalinan dan masa nifas, sehingga belum cukup untuk mencapai kematangan fisik, mental, peran dan aktivitas baru sebagai ibu. (Sambas, 2022)

Tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap kecerdasan emosional, karena tingkat pendidikan yang semakin tinggi memiliki tingkat berpikir yang rasional dan semakin mudah untuk menerima informasi. Pengetahuan ibu nifas yang lebih luas lebih mengetahui berbagai informasi sehingga mudah menyesuaikan kesiapan menjadi ibu serta mengendalikan emosional dengan baik sehingga dapat mencegah terjadinya *baby blues*. (Wulan et al., 2023)

Wanita primipara memiliki persentasi lebih tinggi dibandingkan dengan multipara karena wanita primipara dihadapkan dengan situasi pemulihan sekaligus merawat bayi yang akan mengurus tenaga, pikiran dan perasaan ibu, oleh karena itu jika selama proses adaptasi tidak mampu melewatinya dengan baik, maka dapat terjadi gangguan emosional tersebut. Ibu primipara sebelum melahirkan hanya memikirkan diri sendiri begitu bayi lahir jika ibu tidak paham perannya akan menjadi bingung sementara bayinya harus tetap di rawat. Sedangkan ibu multipara adalah wanita yang sudah melahirkan anak lebih dari satu kali, sehingga ibu memiliki pengalaman akan mengurus bayinya sehingga kurang berisiko mengalami *baby blues* (Wulan et al., 2023)

2. Dukungan Suami

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami di RS PKU Muhammadiyah Gamping sebagian besar berada dalam kategori mendukung, yaitu sebanyak 24 ibu nifas (80,0%). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan suami di RS PKU Muhammadiyah Gamping sudah baik. Dukungan suami merupakan interaksi hubungan saling memberi dan menerima, dukungan ini bersifat nyata yang diberikan suami kepada istri sebagai orang pertama sebelum pihak lain (Assriyah et al., 2020) .

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa klasifikasi dukungan terendah adalah tidak mendukung. Dimana 6 ibu nifas yang termasuk dalam klasifikasi ini (20,0%) tidak mendapatkan dukungan suami dikarenakan suami tidak memahami kebutuhan ibu nifas yaitu dukungan emosional dan dukungan fisik. Akibat kurangnya perhatian dan dukungan suami, membuat ibu merasa takut, cemas dan khawatir dalam menghadapi masa nifas. (Mandey et al., 2020)

Hal ini sejalan penelitian (Wahyuni Sundari et al., 2023) menemukan perempuan dengan dukungan suami yang baik mengalami fase *taking in* yang aman dan lancar, sedangkan perempuan yang kurang mendapatkan dukungan suami mengalami fase *taking in* dengan *baby blues*.

3. Adaptasi Psikologis

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptasi psikologis di RS PKU Muhammadiyah Gamping sebagian besar berada dalam kategori baik, yaitu sebanyak 24 ibu nifas (80,0%). Hal ini menunjukkan bahwa adaptasi psikologis di RS PKU Muhammadiyah Gamping sudah baik. Sebaliknya klasifikasi adaptasi psikologis terendah adalah tidak baik, dengan jumlah sebanyak 6 ibu nifas (20,0) .

Pengalaman menjadi ibu merupakan suatu hal yang tidak selalu menyenangkan bagi wanita. Realisasi tanggung jawab sebagai seorang ibu merupakan faktor pemicu

munculnya gangguan emosi, intelektual, dan tingkah laku pada seorang wanita. Beberapa penyesuaian dibutuhkan oleh seorang wanita dalam menghadapi aktifitas dan peran barunya sebagai seorang ibu. Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, namun sebagian wanita tidak berhasil menyesuaikan diri dengan baik. Sehingga mengalami gangguan-gangguan psikologis dengan berbagai gejala psikologis. (Dwi Febriati, 2022).

Gangguan psikologis seperti postpartum blues yang tidak segera ditangani akan berdampak kepada struktur dan fungsi keluarga, yang akan mempengaruhi peran ibu. Dampak lain seperti kondisi gangguan psikis yang lebih berat yang disebut depresi postpartum, dimana ibu akan merasa bersalah, hilangnya kemauan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, ibu juga mengalami penurunan atau bahkan peningkatan berat badan, menarik diri dari lingkungannya tidak mampu mengatasi suatu masalah, serta kekhawatiran akan ketidak mampuan dalam merawat bayi. (Apriyanti & Aini, 2023)

4. Hubungan Dukungan Suami Dengan Proses Adaptasi Psikologis Di RS PKU Muhammadiyah Gamping

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan proses adaptasi psikologis pada ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 30 sample ibu nifas yang diuji dengan uji statistik *Chi-Square*, nilai signifikansi (*2-tailed*) yang diperoleh adalah 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat hubungan dukungan suami dengan adaptasi psikologis ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Selain itu, nilai koefisien korelasi sebesar 0,707 menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan suami dengan psikologis ibu nifas memiliki tingkat keeratan yang kuat.

Pada masa post partum seorang ibu akan terbuka untuk menerima bimbingan dan pembelajaran karena peran perubahan seorang ibu memerlukan adaptasi psikologis. Dukungan suami merupakan hal yang paling berpengaruh dalam emosional seorang istri karena suami adalah orang yang paling dekat dan bertanggung jawab memfasilitasi timbulnya rasa nyaman, aman, rasa dihormati, rasa berharga, dibutuhkan, kuat, semangat untuk menyelesaikan kehamilan dan persalinan dengan baik dan penuh kebahagiaan. (Ariani, 2024)

Hal ini sejalan penelitian (Wahyuni Sundari et al., 2023) menemukan perempuan dengan dukungan suami yang baik mengalami fase *taking in* yang aman dan lancar, sedangkan perempuan yang kurang mendapatkan dukungan suami mengalami fase *taking in* dengan *baby blues*. Dukungan yang diberikan suami pada akhirnya memberikan cinta dan perhatian yang mampu menjadi strategi dalam mencegah gangguan psikologis pada ibu setelah melahirkan. (Aristia, 2024) Menurut penelitian (Kusumastuti et al., 2024) berdasarkan hasil penelitian yang didapat, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan adaptasi fisik dan psikologis pada ibu nifas. Dukungan suami yang dirasakan dengan baik oleh ibu nifas dapat memberikan hasil yang lebih baik pada kondisi ibu nifas, baik secara fisik maupun psikologis ibu nifas.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan proses adaptasi psikologis pada ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Hasil uji statistik *Chi Square* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi 0,707, yang mengindikasikan hubungan yang kuat antara dukungan suami dan adaptasi psikologis ibu nifas. Mayoritas ibu nifas yang mendapatkan dukungan suami memiliki adaptasi psikologis yang baik (80%), sedangkan ibu nifas yang tidak mendapat dukungan cenderung mengalami gangguan psikologis (20%).

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan suami diharapkan lebih aktif dalam memberikan dukungan emosional, informasional, dan instrumental kepada istri selama masa nifas, seperti membantu merawat bayi dan memberikan perhatian yang cukup pentingnya peran suami dalam kesehatan mental ibu nifas agar dapat membantu istri menghadapi perubahan pasca-persalinan dengan lebih baik. Bagi Ibu Nifas Ibu nifas diharapkan lebih terbuka dalam mengomunikasikan perasaan dan kebutuhan mereka kepada suami serta keluarga agar mendapatkan dukungan yang dibutuhkan. Bagi Tenaga Kesehatan terutama bidan, perlu memberikan edukasi kepada pasangan suami- istri tentang pentingnya dukungan selama masa nifas, mendorong keterlibatan suami dalam proses perawatan ibu nifas dengan memberikan konseling atau kelas persiapan persalinan yang melibatkan suami. Bagi Peneliti Selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi adaptasi psikologis ibu nifas, seperti dukungan dari keluarga besar, lingkungan sosial, atau aspek budaya. Menggunakan metode penelitian yang lebih luas dengan sampel yang lebih besar untuk mendapatkan hasil yang lebih representatif.

Daftar Pustaka

- Adli, F. K. (2022). Edinburgh Post-natal Depression Scale (EPDS): Deteksi Dini dan Skrining Depresi Post-partum. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 430–436. <https://doi.org/10.26630/jk.v13i2.2741>
- Apriyanti, P., & Aini, A. (2023). Efektivitas Pemberian Psikoedukasi pada Gangguan Psikologis Masa Postpartum: Systematic Review. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 705–718. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i2.1008>
- Ariani, N. K. S. (2024). Dukungan Suami Dengan Proses Adaptasi Psikologi Pada Ibu Nifas RSAD Denpasar Bali Ni. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Vol 10, No 3, Tahun 2022 ,Hal 450-459*, 24(7), 28–42.
- Ariani, N. K. S., Darmayanti, P. A. R., & Santhi, W. T. (2022). Dukungan Suami Dengan Proses Adaptasi Psikologi Pada Ibu Nifas RSAD Denpasar Bali. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 10(3), 450–459. <https://doi.org/10.33366/jc.v10i3.3050>
- Arimbi, D., & Kumalasari, R. (2020). Quality of service for the delivery guarantee program (Jampersal) for the implementation of regional regulations on public service retribution in Banyumas Regency. *SOEPRA Jurnal Hukum Kesehatan*, 6(2), 183–199.
- Aristia, T. (2024). *J u r n a l K e p e r a w a t a n M u h a m m a d i y a h* Pengaruh Paritas , Dukungan Suami , Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan. 9(2), 114–121.
- Ariyanti, R. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Risiko Depresi Postpartum. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 8(2), 94–101. <https://doi.org/10.36998/jkmm.v8i2.99>
- Assriyah, H., Indriasari, R., Hidayanti, H., Thaha, A. R., & Jafar, N. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Psikologis, Dan Inisiasi Menyusui Dini Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Sudiang. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), 30–38. <https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10156>
- Dwi Febriati, L. Z. Z. R. E. (2022). Hubungan Pendidikan dan Pekerjaan terhadap Adaptasi Perubahan Psikologis pada Ibu Nifas. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Respati Yogyakarta*, 4(1), 287–294.
- Kusumastuti, A., Junengsih, J., & Oktalia, J. (2024). Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Proses Adaptasi Fisik dan Psikologis Ibu Nifas. *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 4(01), 105–110. <https://doi.org/10.59946/jfki.2024.297>
- Listia Dwi Febriati1, Zahrah Zakiyah2, E. R. (2023). Available online at <https://stikesmus.ac.id/jurnal/index.php/JKebIn/index>. 14(2), 48–54.

- Mandey, C. P., Kundre, R., & Bataha, Y. (2020). Dukungan Suami Dengan Kesiapan Istri : Study Cross Sectional Di Rs Ibu Dan Anak Manado. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 51. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i1.28411>
- Nova, S. nova, & Zagoto, S. (2020). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Adaptasi Psikologis Pada Masa Nifas Di Klinik Pratama Afiah Pekanbaru Tahun 2019. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(2), 108–113. <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v9i2.674>
- Sambas. (2022). FAKTOR-FAKTOR DETERMINAN BABY BLUES PADA IBU POSTPARTUM Ety. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 22(5), 288. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb125066.x>
- 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.
- Sidiq, S., Nurhadi, Z. F., Febrina, R. I., Garut, U., & Barat, J. (2024). *Strategi Komunikasi Bimbingan Masyarakat Islam Kabupaten Garut Dalam Konseling Pranikah Bagi Calon Pengantin*. 23(1), 1–22. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v23i1.12155>
- Sugiyono, Prof. Dr. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- 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>
- Takdir, M., Nurbaya, S., & Asdar, F. (2022). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Depresi Post Partum Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(5), 597–602.
- Wahyuni Sundari, S., Novayanti, N., & Nur Aulia, D. (2023). Dukungan Sosial Dan Status Kesehatan Mental Ibu Pascasalin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 18, 2302–2531.
- WHO. (2022). Prevalence and determinants of common perinatal mental disorders in women in low-and lower-middle-income countries: A systematic review. *Bulletin of the World Health Organization*, 90(2), 139–149. <https://doi.org/10.2471/BLT.11.091850>
- Wulan, N., Mawati, I. P., & Sutandi, A. (2023). Analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian baby blues syndrome pada ibu postpartum. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(1), 194–201. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i1.952>
- Yulia, N. (2020). Patofisiologi Persalinan dan Masa Nifas. *Universitas Esa Unggul*, 3, 0–10.