

**EFEKTIVITAS DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP PENURUNAN ANSIETAS
PADA PASIEN POSTPARTUM Ny. MA DI RUANG ARAFAH 2 RSUD dr. ZAINOEL
ABIDIN BANDA ACEH: STUDI KASUS**

*THE EFFECTIVENESS OF FAMILY SUPPORT ON REDUCING ANXIETY IN POSTPARTUM
PATIENT Mrs. MA IN THE ARAFAH 2 ROOM OF DR. ZAINOEL ABIDIN HOSPITAL,
BANDA ACEH: A CASE STUDY*

Tri Abeliah^{1*}, Dara Ardhia²

^{1*} Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala

^{2*} Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala

Email Correspondence: ttri.abeliaa@gmail.com

ABSTRAK

Ansietas merupakan respons emosional berupa perasaan khawatir, takut, dan gelisah yang muncul akibat adanya stresor, baik yang bersifat nyata maupun yang dipersepsikan. Ansietas pada pasien post section caesarea dapat dipengaruhi oleh keterpisahan ibu dan bayi, ketidakpastian kondisi kesehatan bayi, serta pengalaman traumatis sebelumnya yang dapat meningkatkan rasa takut dan kekhawatiran ibu. Ansietas yang tidak ditangani dengan baik dapat berdampak pada kualitas istirahat, proses pemulihan postpartum, serta kemampuan ibu dalam menjalankan peran dan merawat bayinya. Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan yang tepat untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pada ibu post section caesarea. Studi kasus ini bertujuan untuk mengaplikasikan asuhan keperawatan pada Ny. MA usia 33 tahun yang mengalami ansietas postpartum terkait kondisi bayinya yang dirawat di NICU di Ruang Arafah 2 RSUD dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Hasil pengkajian menunjukkan pasien mengalami kecemasan, perasaan khawatir, sedih, gelisah, sulit tidur, serta peningkatan frekuensi pernapasan akibat kondisi bayinya dan pengalaman kehilangan janin sebelumnya. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah ansietas berhubungan dengan kondisi bayi. Intervensi yang diberikan berupa dukungan keluarga sebagai pendekatan nonfarmakologis berbasis Evidence Based Nursing (EBN), meliputi pendampingan emosional, pemberian afirmasi positif, mendengarkan keluhan pasien, serta menciptakan suasana yang suportif selama perawatan. Evaluasi setelah tiga hari menunjukkan adanya penurunan kecemasan yang ditandai dengan pasien tampak lebih tenang, rileks, dan tidak lagi gelisah. Studi ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga efektif dalam membantu menurunkan ansietas pada ibu postpartum dengan bayi yang dirawat di NICU sehingga dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan holistik dalam praktik klinik.

Kata Kunci : post sectio caesarea, ansietas, dukungan keluarga

ABSTRACT

Anxiety is an emotional response in the form of feelings of worry, fear, and anxiety that arise due to stressors, both real and perceived. Anxiety in post-caesarean section patients can be influenced by the separation of mother and baby, uncertainty about the baby's health condition, and previous traumatic experiences that can increase the mother's fear and worry. Anxiety that is not handled properly can impact the quality of rest, the postpartum recovery process, and the mother's ability to carry out her role and care for her baby. Therefore, appropriate nursing interventions are needed to help reduce the level of anxiety in post-caesarean section mothers. This case study aims to apply nursing care to Mrs. MA, 33 years old, who experienced postpartum anxiety related to the condition of her baby who was treated in the NICU in the Arafah 2 Room of Dr. Zainoel Abidin Regional

General Hospital, Banda Aceh. The method used was a case study with a nursing process approach that includes assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The results of the assessment showed that the patient experienced anxiety, feelings of worry, sadness, restlessness, difficulty sleeping, and increased respiratory rate due to the condition of her baby and the experience of previous fetal loss. The nursing diagnosis was anxiety related to the baby's condition. The intervention provided was family support, a non-pharmacological approach based on Evidence-Based Nursing (EBN). This included emotional support, positive affirmations, listening to the patient's concerns, and creating a supportive atmosphere during care. A three-day evaluation showed a decrease in anxiety, as indicated by the patient appearing calmer, more relaxed, and less anxious. This study demonstrates that family support is effective in reducing anxiety in postpartum mothers with infants in the NICU, and therefore can be used as a holistic nursing intervention in clinical practice.

Keywords: post-caesarean section, anxiety, family support

PENDAHULUAN

Salah satu metode persalinan yang banyak digunakan dalam pelayanan kesehatan adalah persalinan melalui tindakan Sectio Caesarea (SC). World Health Organization (WHO) tahun 2021 melaporkan bahwa angka persalinan dengan metode Sectio Caesarea mengalami peningkatan secara global, dengan proporsi lebih dari 21% dari seluruh kelahiran. WHO juga memproyeksikan bahwa pada tahun 2030, sekitar 29% persalinan di dunia akan dilakukan melalui tindakan operasi SC. Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka persalinan Sectio Caesarea mencapai 17,6%, sedangkan di Provinsi Aceh tercatat sebesar 22,22%. Sejalan dengan itu, penelitian Fauziah, Intan, dan Najikhah (2021) di RSUD dr. Zainoel Abidin Banda Aceh menunjukkan bahwa dari 2.673 persalinan hingga September 2021, sebanyak 990 kasus (37,0%) dilakukan melalui Sectio Caesarea.

Tindakan Sectio Caesarea umumnya dilakukan sebagai upaya untuk menyelamatkan ibu dan bayi dari berbagai risiko komplikasi persalinan yang dapat membahayakan keduanya. Meskipun demikian, tindakan pembedahan ini tetap memiliki dampak pascaoperasi yang dapat

memengaruhi proses pemulihan ibu nifas, baik secara fisik maupun psikologis (Simanjuntak, 2021). Penelitian Patel et al. (2025) menyebutkan bahwa sebagian besar tindakan SC dilakukan akibat kondisi gawat janin, dan sekitar 70% bayi dari persalinan tersebut memerlukan perawatan intensif di ruang Neonatal Intensive Care Unit (NICU).

Kondisi bayi yang harus dirawat di NICU, seperti prematuritas, gangguan pernapasan, atau infeksi, sering menjadi sumber stres psikologis bagi ibu postpartum. Bagi ibu post Sectio Caesarea, situasi ini dapat menimbulkan kecemasan yang cukup tinggi karena adanya keterbatasan dalam menjalin kontak langsung dengan bayi, termasuk kesulitan untuk segera memeluk atau menyusui bayinya. Hal tersebut dapat menimbulkan perasaan tidak berdaya, cemas berlebihan, bahkan rasa bersalah yang berkaitan dengan perannya sebagai seorang ibu (Bintarasari & Mardiah, 2025). Ansietas sendiri merupakan respons emosional berupa perasaan khawatir, takut, dan gelisah yang muncul akibat adanya stresor, baik yang nyata maupun yang dipersepsikan oleh individu (Sustriwijaya et al., 2026).

Dalam menghadapi kondisi tersebut, peran tenaga kesehatan seperti perawat dan bidan menjadi sangat penting dalam memberikan dukungan serta membantu ibu

beradaptasi terhadap perubahan psikologis setelah persalinan. Selain itu, dukungan keluarga juga memiliki peran yang tidak kalah penting dalam membantu proses pemulihan psikologis ibu postpartum (Dia Ayu Tolongan et al., 2019). Dukungan emosional dari keluarga, pemenuhan kebutuhan istirahat, serta pemberian konseling psikologis dapat membantu ibu dalam mengurangi tekanan emosional sehingga kesejahteraan fisik dan mental pada masa nifas dapat terjaga dengan baik (Yolanda, Putri, & Palupi, 2024).

Dukungan keluarga, khususnya dari suami dan orang-orang terdekat, sangat berperan dalam menciptakan rasa aman dan nyaman bagi ibu post Sectio Caesarea. Kehadiran keluarga dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan, mengurangi rasa takut, serta meningkatkan motivasi ibu dalam menjalani masa pemulihan pascaoperasi. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat berdampak negatif terhadap kondisi psikologis ibu dan memperberat tingkat kecemasan yang dialami (Destya, 2021).

Sejalan dengan hal tersebut, penelitian Nasution, Nasution, & Marbun (2024) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada pasien post Sectio Caesarea. Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa semakin baik dukungan keluarga yang diterima oleh ibu, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami selama masa pemulihan postpartum. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektifitas dukungan keluarga terhadap penurunan ansietas pada pasien post section caesarea.

METODE

Metode yang digunakan dalam mengetahui hasil dari pengaruh dukungan

keluarga terhadap ansietas pada ibu post section caesarea adalah penelitian studi kasus (case study). Studi kasus ini dilakukan di Ruang Arafah 2 Rumah Sakit Umum Daerah RSUD dr. Zainoel Abidin pada bulan Agustus 2025. Penelitian ini memiliki kriteria inklusi yaitu ibu post section caesarea yang mengalami ansietas berhubungan dengan kondisi bayi yang dirawat di NICU. Jumlah responden studi kasus ini adalah 1 ibu post section caesarea yang sedang mengalami ansietas. Dukungan keluarga diberikan selama 3 hari berturut-turut dengan melibatkan keluarga secara aktif dalam proses perawatan pasien. Dukungan keluarga dilakukan dengan cara mendampingi pasien, memberikan motivasi dan afirmasi positif, mendengarkan keluhan pasien, menggenggam tangan pasien, serta menciptakan suasana yang tenang dan nyaman selama perawatan. Implementasi dukungan keluarga dilakukan pada pagi dan sore hari sesuai kondisi pasien dan jadwal perawatan di ruangan. Dukungan keluarga diberikan secara konsisten untuk membantu meningkatkan rasa aman, nyaman, dan menurunkan tingkat kecemasan pada pasien post section caesarea.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian, Ny. MA usia 33 tahun merupakan pasien postpartum yang mengalami ansietas terkait kondisi bayinya yang sedang menjalani perawatan di NICU. Pasien mengungkapkan perasaan sangat cemas, khawatir, sedih, tidak tenang, dan gelisah ketika memikirkan kondisi bayinya. Kondisi emosional tersebut berdampak pada pola istirahat pasien yang ditandai dengan keluhan sulit tidur. Selama proses pengkajian pasien tampak cemas dan

gelisah. Selain itu, riwayat obstetri sebelumnya berupa oligohidramnion yang berakhir pada kematian janin intrauterin (IUFD) pada anak pertama menjadi faktor yang memperberat kecemasan pasien saat ini. Pengalaman kehilangan sebelumnya dapat menimbulkan trauma psikologis dan meningkatkan rasa takut pasien terhadap kemungkinan terjadinya kondisi serupa pada kehamilan sekarang. Peningkatan frekuensi pernapasan menjadi 22 kali per menit juga menunjukkan adanya respons fisiologis akibat kecemasan yang dialami pasien.

Kondisi yang dialami Ny. MA sejalan dengan penelitian Worrall dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa ibu dengan bayi yang dirawat di NICU memiliki tingkat ansietas lebih tinggi dibandingkan ibu dengan bayi sehat, bahkan berisiko mengalami gangguan psikologis jangka panjang apabila tidak mendapatkan intervensi yang adekuat. Perawatan bayi di NICU sering kali menimbulkan tekanan emosional pada ibu karena adanya keterpisahan ibu dan bayi, ketidakpastian kondisi kesehatan bayi, serta rasa takut kehilangan yang dapat memicu peningkatan kecemasan.

Salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat diberikan untuk mengatasi ansietas pada ibu postpartum adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga berperan penting dalam membantu menurunkan kecemasan ibu dengan bayi yang dirawat di NICU. Pada kasus ini, intervensi yang diberikan berupa dukungan keluarga sesuai prinsip Evidence Based Nursing (EBN) dalam membantu keberhasilan intervensi penurunan ansietas. Perawat secara aktif melibatkan keluarga dengan menganjurkan agar keluarga tetap berada di samping pasien selama perawatan berlangsung.

Keluarga juga diberikan edukasi mengenai cara memberikan dukungan emosional, seperti menggenggam tangan pasien, memberikan kata-kata afirmasi positif, mendengarkan keluhan tanpa menghakimi, serta membantu menciptakan suasana yang tenang dan suportif. Kehadiran keluarga yang konsisten terbukti membantu pasien merasa lebih aman, diperhatikan, dan lebih tenang selama menjalani perawatan.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Rahmanindar dkk. (2025) yang menyatakan bahwa dukungan emosional, informasional, serta pendampingan yang konsisten dari keluarga dapat membantu ibu merasa lebih aman dan mampu menghadapi tantangan emosional selama masa perawatan bayi. Penelitian yang dilakukan oleh Harmanto dkk. (2025) juga menunjukkan bahwa ibu yang memperoleh dukungan keluarga yang baik memiliki tingkat kecemasan lebih rendah dibandingkan ibu dengan dukungan keluarga yang kurang. Dukungan keluarga tidak hanya berupa perhatian emosional, tetapi juga mencakup dukungan informasional, penilaian (*appraisal*), dan instrumental yang membantu ibu beradaptasi dengan peran barunya setelah melahirkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Ahrisna, Ardhia, dan Halifah (2025) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan ibu dalam menghadapi stres dan kecemasan postpartum.

Hasil evaluasi setelah tiga hari dilakukan intervensi menunjukkan perkembangan yang signifikan. Pasien mengatakan sudah lebih tenang karena didampingi oleh suami, ibu, dan mertua yang menjaga pasien selama perawatan. Pasien juga menyampaikan bahwa kondisinya sudah membaik, diperbolehkan pulang, serta dapat melihat bayinya di

ruang NICU sehingga perasaan cemas mulai berkurang. Selama evaluasi pasien tampak lebih tenang, tidak lagi gelisah, dan terlihat lebih rileks saat bercerita. Tanda-tanda vital menunjukkan tekanan darah 124/80 mmHg, nadi 80 kali per menit, pernapasan 22 kali per menit, dan suhu 36,8°C. Implementasi intervensi secara berulang dengan dukungan keluarga menunjukkan adanya penurunan kecemasan yang nyata pada hari ketiga. Dengan demikian, dukungan keluarga terbukti efektif sebagai bagian dari pendekatan keperawatan nonfarmakologis dalam manajemen ansietas, khususnya pada pasien postpartum yang mengalami kekhawatiran tinggi terhadap kondisi kesehatan bayinya di NICU.

KESIMPULAN

Pemberian intervensi onfarmakologis berupa dukungan keluarga terbukti efektif dalam membantu menurunkan tingkat kecemasan pasien. Setelah dilakukan intervensi selama tiga hari, pasien tampak lebih tenang, rileks, dan mampu mengontrol kecemasannya. Dengan demikian, dukungan keluarga dapat menjadi salah satu pendekatan keperawatan yang efektif dalam manajemen ansietas pada ibu postpartum dengan bayi yang menjalani perawatan di NICU.

DAFTAR RUJUKAN

- Ahrisna, W., Ardhia, D., & Halifah, E. (2025). Dukungan keluarga dan risiko depresi postpartum pada ibu postpartum di RSIA Banda Aceh. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 11(2), 49–59.
- Alisya, Q. . S. ., & Efriza. (2026). Gambaran Komplikasi pada Bayi Prematur yang dirawat di NICU Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Padang Tahun 2024 . *Scientific Journal*, 5(1), 113–129.
- Dia Ayu, Tolongan, C., Korompis, G. E. ., & Hutaeruk, M. (2019). Dukungan Suami Dengan Kejadian Depresi Pasca Melahirkan. *Jurnal Keperawatan*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24453>
- Harmanto, Ikhsan, M., Frianti, N., & Yuliatin. (2025). Hubungan lama perawatan bayi dan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan orang tua di ruang NICU BLUD RSUD Kabupaten Buton. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 4(2).
- Mohammed, S. S., & Ahmed, A. A. (2024). Prevalence rate, probable causes, and perinatal outcomes in women with oligohydramnios in labor. *Cureus*, 16(5).
- Nopitasari, N., Lestari, I., & Nurvinanda, R. (2023). Pengaruh Edukasi Penerapan Perawatan Metode Kanguru terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Bayi BBLR. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(4), 1695-1702.
- Nora, H., & Amalia, V. (2021). Gambaran Kasus Obstetri di Rumah Sakit Umum dr. Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh di Era Covid-19. *Jurnal Kedokteran Nanggraue Medika*, 4(4), 1-8.
- Rahmanindar, N. (2025). Peran dukungan keluarga dalam kesehatan mental ibu postpartum. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 12(1), 25-40.
- Yulianti, Y., & Darwin, D. (2024). The Relationship Between The Length of Labour and The Taking Hold of Post Partum Mothers. *Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(1), 39-43.
- Yolanda, H., Putri, R. H., & Palupi, R. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Baby Blues Syndrome pada Ibu Post Partum: Factors Related to the Incidence of Baby Blues Syndrome Among Postpartum Mothers. *Journal of Nursing Education and Practice*, 4(1), 31-42
- Suistiwijaya, D., Narwastiti, L. A., Makmun, S., Widyaningrum, W., & Sukes, N. (2026). Penerapan terapi thought stopping dalam menurunkan ansietas pada ibu post sectio caesarea. *Journal of Midwifery*, 2(2), 1-

- 10.
- Simanjuntak, a. &. (2021). Buku ajar asuhan kebidanan pada masa nifas di sertai kisi-kisi soal ujian kompetensi. Sleman.cv budi utama. Azizah,lely.pengertian, fungsi dan manfaat standar oprasional prosedur. Gramedia jakarta.2022.<https://www.gramedia.com/best-seller/apa-itu-sop/>.
- Agustin, D. (2022). Asuhan keperawatan padapasien post partum sectio caesarea dengan pemenuhan kebutuhan aman dan nyaman. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- Bintarasari, S., & Mardiah, A. (2025). PENERAPAN THOUGHT STOPPING THERAPY UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN POST OPERATIVE SECTIO CAESAREA DENGAN BAYI PREMATUR DI BANGSAL TERATAI 1 RSUD KARTINI KARANGANYAR. *Jurnal Stethoscope*, 6(1), 30-41.
- Destya.(2021). HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN KECEMASAN ISTRI PRE SECTIO CAESAREADI RUMAH SAKIT TAHUN 2020 The Relationship of Husband Support with Pre-Sectio CaesareaWife Anxiety in Hospital in 2020. *Nusantara Hasana Journal*, 1(2), Page.
- Nasution, Z., Nasution, H. S., & Marbun, A. H. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Sectio Caesarea di UPTDK. RSU. Haji Medan Pemerintah Provinsi Sumatera Utara Tahun 2024. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6), 4461-4473