

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN DUKUNGAN KELUARGA UNTUK MENGATASI
KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA SITINJO II
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITINJO
KABUPATEN DAIRI PADA
TAHUN 2026**



**Kemenkes
Poltekkes Medan**

**DESSI CRISTINA SINAGA
NIM. P07520423007**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN DAIRI
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN DUKUNGAN KELUARGA UNTUK MENGATASI
KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA SITINJO II
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITINJO
KABUPATEN DAIRI PADA
TAHUN 2026**



**DESSI CRISTINA SINAGA
NIM. P07520423007**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN DAIRI
TAHUN 2026**

SCIENTIFIC PAPER

**THE APPLICATION OF EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE
TO REDUCE ANXIETY LEVELS AMONG THE ELDERLY IN
SITINJO II VILLAGE, SITINJO PUBLIC HEALTH
CENTER WORKING AREA, DAIRI
REGENCY, 2026**



**DESSI CRISTINA SINAGA
STUDEN ID. P07520423007**

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
MEDAN HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NURSING
D-III NURSING STUDY PROGRAM DAIRI
YEAR 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN DUKUNGAN KELUARGA UNTUK MENGATASI
KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA SITINJO II
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITINJO
KABUPATEN DAIRI PADA
TAHUN 2026**

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Dan Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) Pada Program Studi D-III
Keperawatan Dairi Jurusan Keperawatan Poltekknik
Kesehatan Kemenkes Medan



**DESSI CRISTINA SINAGA
NIM. P07520423007**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN DAIRI
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN DUKUNGAN KELUARGA UNTUK MENGATASI
KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA SITINJO II
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITINJO
KABUPATEN DAIRI PADA
TAHUN 2026**

Diusulkan Oleh
DESSI CRISTINA SINAGA
NIM. P07520423007

Telah disetujui di Sidikalang
Pada tanggal, 27 Maret 2026

Pembimbing Utama,

Perak M.A Hutagalung, SST, S.Kep, M.K.M
NIDN. 3401077501

Pembimbing Pendamping

Dr. Dame Eyalina Simangunsong, SKM, M.Kes
NIDN. 4002097001

Ketua Program Studi
D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan

Jojo Silaban, SST, S.Kep, M.Kes
NIP. 197304182003122001

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN DUKUNGAN KELUARGA UNTUK MENGATASI
KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA SITINJO II
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITINJO
KABUPATEN DAIRI PADA
TAHUN 2026**

**Telah dipersiapkan dan disusun oleh
DESSI CRISTINA SINAGA
NIM. P07520423007**

**Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal, Jumat 27 Maret 2026**

1. Ketua Penguji : Perak M.A Hutagalung, SST, S.Kep, M.K.M
NIDN. 3401077501
2. Penguji I : Rugun Togianur Lingga, Akp, M.Kes
NIDN. 3424017401
3. Penguji II : Herlina Evi Yanti Manik, SST, M.K.M
NIDN. 3414047601



Sidikalang, Jumat 27 Maret 2026

**Mengetahui :
Ketua Program Studi
D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan**



**Jojo Silaban, SST, S.Kep, M.Kes
NIP. 197304182003122001**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Dessi Cristina Sinaga
NIM : P07520423007
Program Studi : Diploma III Keperawatan Dairi
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan Bahwa Saya Tidak Melakukan Kegiatan Plagiat Dalam Penulisan Karya Tulis Ilmiah Saya Yang Berjudul **"Penerapan Dukungan Keluarga Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Desa Sitinjo II Wilayah Kerja Puskesmas Sitinjo Kabupaten Dairi Pada Tahun 2026"**.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Sidikalang, 2026



Dessi Cristina Sinaga
NIM. P07520423007



BIODATA PENULIS

Nama : Dessi Cristina Sinaga
Tempat/Tgl Lahir : Tebing Tinggi, 13 Desember 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Jalan Suka Damai
Nomor HP : 0822-6842-5595

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : Tahun 2011-2017 SD Negeri 10 Pinggir
2. SLTP : Tahun 2017-2020 SMP Negeri 06 Mandau
3. SLTA : Tahun 2020-2023 SMA Negeri 5 Pinggir

ABSTRAK

PENERAPAN DUKUNGAN KELUARGA UNTUK MENGATASI KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA SITINJO II WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITINJO KABUPATEN DAIRI PADA TAHUN 2026

Dessi Cristina Sinaga, Perak M.A Hutagalung, SST, S.Kep, M.K.M,
Risidiana Melinda Naibaho, SST, S.Kep, M.Kes
Prodi D III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan
Email: desicristinasinaga@gmail.com

Latar belakang : Kecemasan pada ibu hamil merupakan masalah psikologis yang sering terjadi selama kehamilan dan dapat berdampak pada kesehatan ibu maupun janin apabila tidak ditangani dengan baik. Menurut WHO tahun 2024, sekitar 10–25% ibu hamil mengalami gangguan kecemasan. Dukungan keluarga, khususnya suami, sangat penting untuk membantu mengurangi kecemasan pada ibu hamil.

Tujuan studi kasus : Memberikan asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan masalah kecemasan melalui penerapan dukungan keluarga secara komprehensif.

Metode studi kasus : Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan pada dua orang ibu hamil di Desa Sitinjo II Wilayah Kerja Puskesmas Sitinjo Kabupaten Dairi tahun 2026. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dokumentasi, dan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Intervensi dilakukan selama 7 hari melalui edukasi dukungan keluarga oleh suami selama 15–20 menit setiap hari.

Hasil : Hasil studi menunjukkan bahwa kedua pasien mengalami kecemasan sedang dengan skor HARS masing-masing 23 dan 24. Diagnosa keperawatan utama adalah ansietas berhubungan dengan krisis situasional yang ditandai dengan rasa cemas, gelisah, sulit tidur, dan gangguan konsentrasi. Intervensi yang diberikan meliputi edukasi dukungan keluarga, dukungan emosional, komunikasi terapeutik, dan pemberian motivasi oleh suami. Setelah dilakukan intervensi selama 7 hari, tingkat kecemasan menurun yang ditandai dengan pasien tampak lebih tenang, pola tidur membaik, dan rasa gelisah berkurang.

Kesimpulan dan saran : Penerapan dukungan keluarga dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil serta meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan.

Kata kunci : Kecemasan, Ibu hamil, Dukungan keluarga.

ABSTRACT

APPLICATION OF FAMILY SUPPORT TO OVERCOME ANXIETY IN PREGNANT WOMEN IN SITINJO II VILLAGE, WORKING AREA OF SITINJO PUBLIC HEALTH CENTER, DAIRI REGENCY IN 2026

Dessi Cristina Sinaga, Perak M.A Hutagalung, SST, S.Kep, M.K.M,
Risadiana Melinda Naibaho, SST, S.Kep, M.Kes

Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Associate Degree Of Nursing In Dairi

Email: desicristinasinaga@gmail.com

Background: Anxiety in pregnant women is a psychological issue that frequently occurs during pregnancy and can impact both maternal and fetal health if left unmanaged. According to the WHO in 2024, approximately 10–25% of pregnant women experience anxiety disorders. Family support, particularly from the husband, is crucial in helping to reduce anxiety in pregnant women.

Objective: To provide comprehensive nursing care for pregnant women experiencing anxiety through the implementation of family support.

Method: This study utilized a case study design with a nursing process approach involving two pregnant women in Sitinjo II Village, the working area of Sitinjo Public Health Center, Dairi Regency, in 2026. Data collection was conducted through interviews, observations, physical examinations, documentation, and measuring anxiety levels using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The intervention was carried out over 7 days through family support education provided to the husbands for 15–20 minutes daily.

Results: The results showed that both patients initially experienced moderate anxiety, with HARS scores of 23 and 24, respectively. The primary nursing diagnosis was anxiety related to a situational crisis, characterized by feelings of worry, restlessness, difficulty sleeping, and impaired concentration. Interventions provided included family support education, emotional support, therapeutic communication, and motivation by the husband. Following the 7-day intervention, anxiety levels decreased, as indicated by the patients appearing calmer, exhibiting improved sleep patterns, and reporting reduced restlessness.

Conclusion and Suggestions: The application of family support effectively helps lower anxiety levels in pregnant women and enhances maternal readiness for childbirth.

Keywords: Anxiety, Pregnant women, Family support.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat, dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Dukungan Keluarga untuk Mengatasi Kecemasan pada Ibu Hamil di Desa Sitinjo II Wilayah Kerja Puskesmas Sitinjo Kabupaten Dairi Tahun 2026” dengan baik dan tepat waktu.

Penulis menyadari bahwa penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Perak M.A. Hutagalung, SST., S.Kep, M.K.M selaku pembimbing utama dan Ibu Risdiana Melinda Naibaho, SST, S.Kep, M.Kes selaku pembimbing pendamping atas arahan, masukan, serta motivasi yang telah diberikan selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Pada kesempatan ini, penulis juga ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Plt. Direktur Kemenkes Poltekkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan.
3. Jojor Silaban, SST., S.Kep, M.Kes selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan.
4. Rugun Togianur Lingga Akp, M.Kes dan Herlina Evi Yanti Manik, SST, M.K.M yang telah berkenan menjadi penguji serta memberikan masukan yang membangun demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.
5. dr. Eva Sinulingga selaku Kepala UPT Puskesmas Sitinjo yang telah memberikan kesempatan dan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
6. Seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dan meluangkan waktu dalam pelaksanaan studi kasus ini.
7. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda (Alm.) Rudi Robertaru Sinaga dan Ibunda Risma Marbun, serta seluruh saudara/i penulis, yaitu Septina Dumariska Sinaga, Melania Uly Arta Sinaga, dan Hotman Sitorus, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta semangat yang tiada henti kepada penulis.
8. Seluruh dosen dan staf di Program Studi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan pengalaman selama masa pendidikan.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih memiliki kekurangan dan belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun sebagai bahan perbaikan di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis berharap karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi penulis, institusi pendidikan, serta pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam penerapan intervensi nonfarmakologis untuk mengatasi kecemasan.

Sidikalang, 26 Maret 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
BIODATA PENULIS.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Studi Kasus.....	5
D. Manfaat Studi Kasus.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 7
A. Konsep Dasar Dukungan Keluarga	7
1. Defenisi Dukungan Keluarga	7
2. Jenis-jenis Dukungan Keluarga	8
3. Fungsi Dukungan Keluarga	9
4. Manfaat Dukungan Keluarga.....	11
5. Faktor – faktor Mempengaruhi Dukungan Keluarga	11
6. Standar Operasional Prosedur Suami Siaga	13
B. Konsep Dasar Kecemasan	15
1. Defenisi Kecemasan	15
2. Penyebab Kecemasan	15
3. Tanda dan Gejala Kecemasan.....	17
4. Klasifikasi Kecemasan	17
5. Alat Ukur Kecemasan.....	19
6. Asuhan Keperawatan Kecemasan	20
C. Konsep Dasar Ibu Hamil	22
1. Defenisi Ibu Hamil	22
2. Perubahan Fisiologis Ibu Hamil	23
3. Tanda Bahaya Dalam Kehamilan	24
 BAB III METODE STUDI KASUS.....	 25
A. Rancangan Studi Kasus	25
B. Subyek Studi Kasus	25
C. Fokus Studi	26
D. Defenisi Operasional Studi Kasus	26
E. Instrumen Studi Kasus.....	28
F. Metode Pengumpulan Data	28

G. Lokasi dan Waktu	29
H. Penyajian Data.....	29
I. Etika Studi Kasus	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Hasil Studi Kasus	31
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	31
2. Proses Keperawatan.....	32
B. Pembahasan	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Defenisi Operasional	25
Tabel 4.1 Analisa Data	35
Tabel 4.2 Intervensi Tindakan	39
Tabel 4.3 Intervensi Tindakan	40
Tabel 4.4 Implementasi Subjek 1	40
Tabel 4.5 Implementasi	42
Tabel 4.6 Evaluasi Keperawatan	43
Tabel 4.7 Perbanding skor tingkat kecemasan subjek	50
Tabel 4.8 Evaluasi Keperawatan	52
Tabel 4.9 Perbanding skor tingkat kecemasan subjek	60

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Rentang Respons Ansietas	19

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar kuesioner	72
Lampiran 2 Lembar <i>Informed Consent</i>	78
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	80
Lampiran 4 Surat balasan Penelitian.....	81
Lampiran 5 Surat Ethical Clearance	82
Lampiran 6 Master Data.....	83
Lampiran 7 Lembar Bimbingan.....	125
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	129
Lampiran 9 Hasil Turnitin.....	130