

**EFEKTIVITAS *PEER GROUP SUPPORT* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA
GUNUNG MALANG KECAMATAN SUMBERJAMBE**

SKRIPSI



Rai Rizkia Mumtaz
P17331221025

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN JEMBER
2026**

**EFEKTIVITAS *PEER GROUP SUPPORT* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL DI DESA
GUNUNG MALANG KECAMATAN SUMBERJAMBE**

SKRIPSI



Rai Rizkia Mumtaz
P17331221025

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN JEMBER
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rai Rizkia Mumtaz
NIM : P17331221025
Judul Skripsi : Efektivitas *Peer Group Support* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil di Desa Gunungmalang Kecamatan Sumberjambe

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran kami sendiri. Sepanjang pengetahuan kami belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka kami bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Jember, 05 Juni 2026
Yang Membuat Pernyataan,



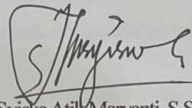
Rai Rizkia Mumtaz
NIM. P17331221025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan Judul *Efektivitas Peer Group Support Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil di Desa Gunungmalang Kecamatan Sumberjambe*, oleh Rai Rizkia Mumtaz NIM P17331221025 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Jember, Juni 2020
Pembimbing



Bdn. Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb
NIP. 197804172002122003

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Jember



Susilawati, SST., M.Kes
NIP. 197412032002122002

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul Efektivitas Peer Group Support Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Desa Gunungmalang Kecamatan Sumberjambe, Jember, oleh Rai Rizkia Mumtaz NIM. P17331221025 yang telah dipertahankan di dewan penguji Ujian Seminar Hasil pada tanggal 15 Juni 2026

Penguji Ketua

Dewan Penguji
Penguji Anggota I

Penguji Anggota II

Susilawati, SST., M.Kes.

Kiswati, SST., M.Kes.

Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb.

NIP. 197412032002122002

NIP. NIP. 196807171988032001

NIP. NIP. 197804172002122003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Malang

Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Jember



Rita Yulifah, S.Kp, M.Kes

NIP.196607271991032003



Susilawati, SST., M.Kes

NIP. 197412032002122002

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Taala karena hanya dengan berkat, rahmat dan keridhoan-Nya, maka dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *Efektivitas Peer Group Support Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil di Desa Gunungmalang Kecamatan Sumberjambe* dengan baik.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Siti Nur Kholifah, SKM., M.Kep., Sp.Kom selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi ini.
2. Ibu Rita Yulifah, S.Kp, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
3. Ibu Susilawati, SST,M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi ini serta selaku penguji utama.
4. Ibu Syiska Atik Maryanti, S.SiT., Bdn., M.Keb, selaku pembimbing.
5. Ibu Kiswati, SST., M.Kes selaku penguji anggota I.
6. Bidan Lilis selaku bidan wilayah Desa Gunungmalang Kecamatan Sumberjambe.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan skripsi ini.

ABSTRAK

Mumtaz, Rai Rizkia, 2026. Efektivitas Peer Group Support Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Desa Gunungmalang Kecamatan Sumberjambe, Skripsi, Pembimbing Syiska Atik Maryanti, S.SiT., Bdn., M.Keb.

Latar Belakang: Kecemasan pada ibu hamil merupakan masalah psikologis yang sering terjadi selama masa kehamilan dan dapat berdampak pada kesehatan ibu maupun janin. Prevalensi kecemasan pada ibu hamil di negara berkembang dilaporkan berkisar antara 25-43,9%, sedangkan di Indonesia sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan sedang hingga berat. Kurangnya pengalaman kehamilan, rendahnya tingkat pendidikan, serta keterbatasan dukungan sosial dapat meningkatkan kecemasan ibu hamil. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah *peer group support*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas *peer group support* terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode *quasy experiment* dengan rancangan *one group pre test-post test design*. Sampel penelitian berjumlah 18 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan menggunakan kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. **Hasil Penelitian:** Bahwa sebelum diberikan intervensi, sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 10 responden (55,6%). Setelah diberikan *peer group support*, seluruh responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 18 responden (100%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$), sehingga *peer group support* dinyatakan efektif terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil. **Kesimpulan:** *peer group support* efektif menurunkan kecemasan ibu hamil melalui dukungan emosional, pertukaran pengalaman, dan dukungan sosial antarsesama ibu hamil. Oleh karena itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat mengembangkan program *peer group support* dalam pelayanan antenatal.

Kata kunci: *peer group support*, kecemasan, ibu hamil.

ABSTRAK

Mumtaz, Rai Rizkia, 2026. Efektivitas Peer Group Support Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Desa Gunungmalang Kecamatan Sumberjambe, Skripsi, Pembimbing Syiska Atik Maryanti, S.SiT., Bdn., M.Keb.

Background: Anxiety among pregnant women is a common psychological problem during pregnancy and may negatively affect both maternal and fetal health. The prevalence of anxiety among pregnant women in developing countries ranges from 25% to 43,9%, while in Indonesia, most pregnant women experience moderate to severe anxiety. Limited pregnancy experience, low educational attainment, and inadequate social support can contribute to increased anxiety levels. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce anxiety is peer group support. This study aimed to analyze the effectiveness of peer group support in reducing anxiety levels among pregnant women. **Methods:** This study employed a quasi-experimental method with a one-group pretest–posttest design. The sample consisted of 18 pregnant women selected using a cluster sampling technique. Anxiety levels were measured using a questionnaire and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results:** Before the intervention, the majority of respondents experienced moderate anxiety, accounting for 10 respondents (55.6%). After receiving the peer group support intervention, all respondents (100%) experienced mild anxiety. The statistical test showed a p-value of 0.000 ($\alpha < 0.05$), indicating that peer group support was effective in reducing anxiety levels among pregnant women. **Conclusion:** Peer group support is effective in reducing anxiety among pregnant women through emotional support, the exchange of experiences, and social support among fellow pregnant women. Therefore, healthcare providers are encouraged to develop and implement peer group support programs as part of antenatal care services.

Keywords: *peer group support, anxiety, pregnant women.*

PERSEMBAHAN

Segala puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat, kesehatan, serta kemudahan yang telah diberikan hingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Sebagai bentuk rasa syukur dan penghargaan, dengan penuh hormat dan ketulusan, saya persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kepada kedua orang tua penulis, Bapak Sukarno dan Ibu Shofiyah Fahmi. Terima kasih atas cinta yang tak pernah jeda, atas doa yang tak pernah alpa, serta atas pengorbanan yang tak pernah meminta balasan apa-apa. Di balik setiap langkah yang penulis tempuh, ada ikhtiar dan harapan yang senantiasa terjaga. Dua sosok yang menyelipkan nama penulis dalam setiap sujudnya, bahkan sebelum penulis meminta. Dan ketika dunia terasa begitu riuh, penulis selalu memiliki tempat yang penuh ketenangan. Karya ini sebagai bentuk kecil dari rasa terima kasih yang tidak akan pernah cukup untuk membalas segala yang telah umi dan abi berikan.
2. Teruntuk Mbak Lia, terima kasih telah menjadi penunjuk arah ketika penulis kehilangan tujuan, menjadi penguat ketika penulis diliputi keraguan, dan menjadi teladan tentang bagaimana perempuan dapat tumbuh, berkarya, serta berdaya. Untuk Mas Zipo, Mas Akbar, Mas Fahmi, Mas Fitrah, kakak-kakak ipar, serta keponakan-keponakan tercinta, terima kasih telah menjadi warna dalam perjalanan ini yang menghadirkan tawa disela lelah, dan menghadirkan hangat di tengah gundah.
3. Untuk ibu dosen pembimbing, Ibu Syiska Atik Maryanti, S.SiT., Bdn., M.Keb. yang membersamai penulis selama penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas ilmu, arahan, motivasi, serta kesempatan belajar yang telah diberikan selama masa bimbingan.
4. Untuk teman-teman seperjuangan, amanda, firyal, erina dan resti yang telah membersamai perjalanan ini dari awal hingga tiba di titik yang sama-sama kita impikan. Terima kasih atas tawa yang menguatkan, cerita yang menghangatkan, serta kebersamaan yang menjadikan hari-hari panjang terasa lebih ringan. Semoga langkah kita setelah ini dipenuhi hal-hal baik yang telah lama kita semogakan.
5. Terakhir untuk diri saya sendiri, terima kasih karena tetap bertahan ketika keadaan tidak selalu mudah. Seperti kata Taylor Swift, *“everything you lose is a step you take”* Maka segala kehilangan, kegagalan, dan keraguan yang pernah singgah, ternyata telah mengantarkan penulis sampai pada titik ini juga. Terima kasih telah memilih untuk terus mencoba, meskipun sering kali dipenuhi rasa ragu dan lelah. Hari ini, penulis merayakan bukan hanya sebuah pencapaian, tetapi juga menghargai diri yang telah berjuang tanpa henti hingga sampai di sini.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Kehamilan.....	6
2.2 Konsep Kecemasan	16
2.3 Konsep Peer Group Support.....	30
2.4 Kerangka Konsep	38
2.5 Hipotesis	38
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Desain Penelitian.....	24
3.2 Kerangka Operasional.....	25
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	26
3.4 Kriteria Sampel/Subjek Penelitian	27
3.5 Variabel Penelitian	27
3.6 Definisi Operasional Variabel	28
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
3.8 Alat pengumpulan data	31
3.9 Metode Pengumpulan Data	31

3.10	Analisa Data	32
3.11	Metode Pengolahan Data	34
3.12	Etika Penelitian	39
BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
4.1	Hasil Penelitian.....	42
4.2	Pembahasan	47
4.3	Keterbatasan Penelitian	54
BAB 5	PENUTUP.....	55
5.1	Kesimpulan.....	55
5.2	Saran	56
DAFTAR PUSTAKA.....		58

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kisi Kisi Kuisisioner Kecemasan Ibu Hamil	29
Tabel 2. 2 Jawaban Kuisisioner Kecemasan	30
Tabel 3. 1 Definisi operasional variabel.....	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka konsep	38
Gambar 3. 1 One group pretest-posttest design	24
Gambar 3. 2 Kerangka operasional	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan	61
Lampiran 2 Permohonan menjadi responden/subjek penelitian	62
Lampiran 3 Persetujuan menjadi responden	63
Lampiran 4 Instrumen penelitian	66
Lampiran 5 Lembar konsultasi	69
Lampiran 6 Lembar PSP (penjelasan sebelum persetujuan)	70
Lampiran 7 SOP (Standar Operasional Prosedur).....	71
Lampiran 8 Peraturan Peer Group Support.....	76
Lampiran 9 Surat Pengantar Penelitian.....	77
Lampiran 10 Surat Bakesbangpol.....	78
Lampiran 11 Surat Dinas Kesehatan.....	79
Lampiran 12 Surat Layak Etik.....	80
Lampiran 13 Tabulasi Data	81
Lampiran 14 Hasil Olah Data	82
Lampiran 15 Dokumentasi.....	83

DAFTAR SINGKATAN

SOP : standar operasional prosedur