

Factors Associated with Self-Care Practices among Pregnant Women at Sicanang Community Health Center

Faktor-Faktor yang Berkaitan dengan Praktik Self-Care pada Ibu Hamil di Puskesmas Sicanang

Agnes Purba^{1*}, Rinawati Sembiring², Rani Kawati Damanik³, Stevani Putri⁴

¹Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, 20123, Indonesia. Email: agnespurba24@yahoo.co.id *Corresponding author

²Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, 20123, Indonesia. Email: rinawatipandiaz@yahoo.com

³Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, 20123, Indonesia. Email: rani140387@gmail.com

⁴Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, 20123, Indonesia. Email: stevaniputris010@gmail.com

Abstract

The practice of self-care among pregnant women, including adherence to Antenatal Care (ANC) visits, iron tablet consumption, and fulfillment of nutritional requirements, remains suboptimal and may potentially affect maternal health. Health literacy and spousal support are considered factors that may contribute to improving self-care practices during pregnancy. This study aimed to identify the relationships between health literacy, adherence to ANC visits, and spousal support and self-care practices among pregnant women at Sicanang Community Health Center. A quantitative approach with a cross-sectional design was employed. The study sample consisted of 50 third-trimester pregnant women selected using consecutive sampling. Data were collected using questionnaires that had met validity and reliability requirements and were subsequently analyzed using univariate and bivariate analyses with the chi-square test at a 5% significance level. The results showed that most respondents were aged 20–35 years (80%), had completed junior high school (54%), and were housewives (92%). Statistical analysis demonstrated significant associations between health literacy ($p = 0.004$), adherence to ANC visits ($p = 0.008$), and spousal support ($p = 0.007$) and self-care practices. These findings indicate that improving health literacy, optimizing ANC services, and strengthening the role of husbands in pregnancy support may enhance pregnant women's ability to practice self-care effectively and contribute to better pregnancy outcomes.

Keywords: self-care, pregnant women, health literacy, ANC, spousal support.

Abstrak

Praktik self-care ibu hamil, seperti kepatuhan dalam melakukan kunjungan Antenatal Care (ANC), konsumsi tablet tambah darah, dan pemenuhan kebutuhan gizi, masih belum optimal sehingga berpotensi memengaruhi kesehatan maternal. Literasi kesehatan dan dukungan suami merupakan faktor yang diduga berperan dalam meningkatkan praktik self-care selama kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara literasi kesehatan, kepatuhan kunjungan ANC, dan dukungan suami dengan praktik self-care pada ibu hamil di Puskesmas Sicanang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian terdiri atas 50 ibu hamil trimester III yang dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang telah memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square* pada tingkat signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20–35 tahun (80%), berpendidikan SMP (54%), dan berstatus sebagai ibu rumah tangga (92%). Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan bermakna antara literasi kesehatan ($p=0,004$), kepatuhan kunjungan ANC ($p=0,008$), dan dukungan suami ($p=0,007$) dengan praktik self-care. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan, optimalisasi pelayanan ANC, serta penguatan peran suami dalam pendampingan kehamilan berpotensi meningkatkan kemampuan ibu hamil dalam menerapkan self-care secara optimal sehingga dapat mendukung tercapainya luaran kehamilan yang lebih baik.

Kata kunci: self-care, ibu hamil, literasi kesehatan, ANC, dukungan suami.

How to cite (APA Style):

Purba, A., Sembiring, R., Damanik, R. K., & Putri, S. (2026). Factors Associated with Self-Care Practices among Pregnant Women at Sicanang Community Health Center. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 4(3), 217–227. <https://doi.org/10.58184/miki.v4i3.1087>

Received: 28 Jul 2026; Revised: 7 Aug 2026; Accepted: 13 Aug 2026; Published: 30 Sept 2026



Copyright © 2026 Agnes Purba, Rinawati Sembiring, Rani Kawati Damanik, Stevani Putri. Published by Pakis Journal Institute, CV. Pakis Journal. This is an open access article under CC-BY-SA license.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode yang memerlukan perhatian khusus karena dapat memengaruhi kesehatan ibu maupun janin akibat perubahan fisiologis dan psikologis yang dialami ibu. WHO (2022) melaporkan bahwa kematian maternal masih menjadi persoalan kesehatan yang signifikan pada masyarakat global. Pada tahun 2023, sekitar 260.000 perempuan meninggal akibat komplikasi yang berhubungan dengan kehamilan. *Maternal Mortality Ratio* (MMR) pada tahun 2023 masih mencapai 197 kematian per 100.000 kelahiran hidup, jauh di atas target *Sustainable Development Goals* (SDGs), yaitu kurang dari 70 kematian per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia dilaporkan sebesar 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2024).

Kematian ibu merupakan salah satu indikator sensitif yang mencerminkan kualitas pembangunan kesehatan nasional. Angka kematian maternal yang masih tinggi mengindikasikan perlunya peningkatan efektivitas pelayanan kesehatan reproduksi secara komprehensif dan berkesinambungan. Deteksi risiko kehamilan dan pemberdayaan ibu dalam menjaga kesehatannya juga masih perlu diperkuat. WHO (2022) menegaskan bahwa upaya penurunan morbiditas dan mortalitas maternal tidak hanya bergantung pada tersedianya pelayanan kesehatan, tetapi juga pada kemampuan ibu untuk melakukan *self-care* selama kehamilan. Rezaei et al. (2025) menjelaskan bahwa *self-care* memiliki peran penting bagi ibu hamil karena tidak semua individu memiliki akses yang mudah terhadap sistem pelayanan kesehatan. *Self-care* pada masa kehamilan menggambarkan kemampuan ibu dalam melakukan tindakan perawatan kesehatan secara mandiri untuk mempertahankan kondisi fisik dan psikologis yang optimal serta mendukung pertumbuhan janin.

Perawatan diri yang optimal meliputi pemenuhan kebutuhan gizi, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, pemeriksaan *antenatal* secara teratur, aktivitas fisik yang sesuai, istirahat yang cukup, menjaga kebersihan diri, serta kemampuan mengenali tanda bahaya kehamilan (Purnami et al., 2025). WHO (2022) juga merekomendasikan pemberian edukasi kesehatan selama pelayanan *antenatal* dan penggunaan catatan kesehatan ibu sebagai bagian dari intervensi *self-care* untuk meningkatkan kesinambungan pelayanan, pemberdayaan perempuan, perilaku pencarian pelayanan kesehatan, serta keterlibatan keluarga, termasuk suami, dalam mendukung kesehatan ibu selama kehamilan.

Di Indonesia, kondisi tersebut masih menjadi tantangan. Temuan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 memperlihatkan bahwa anemia masih ditemukan pada ibu hamil dengan prevalensi sebesar 27,7%, terdapat 16,9% ibu hamil yang mengalami kurang energi kronik (KEK), hanya 57,8% yang memperoleh pelayanan *antenatal* sesuai standar 10T, dan 17,6% yang menyelesaikan kunjungan *antenatal* sesuai standar K6 (BKPK, 2023). Hal ini menjadi aspek penting dalam upaya peningkatan kesehatan maternal. Selain itu, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran masih rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa praktik *self-care* ibu hamil masih perlu ditingkatkan melalui penguatan faktor-faktor yang memengaruhinya.

Selain literasi kesehatan, dukungan suami merupakan faktor interpersonal yang berpengaruh terhadap perilaku kesehatan ibu hamil. Peran suami selama kehamilan tidak hanya terbatas pada pendampingan fisik, tetapi juga mencakup pemberian rasa aman, informasi kesehatan, bantuan dalam aktivitas sehari-hari, serta penguatan psikologis bagi ibu. Keterlibatan suami juga berkontribusi terhadap peningkatan kunjungan *antenatal*, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, pemenuhan nutrisi, serta penurunan kecemasan selama kehamilan (Puspitasari et al., 2025; Siswati et al., 2025). Keterlibatan suami dalam pendidikan *antenatal* dan konseling telah terbukti meningkatkan persepsi dukungan sosial dan efikasi diri ibu selama kehamilan (Schulz & Wirtz, 2022).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada Juni 2026 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sicanang, diperoleh data bahwa masih terdapat 6 ibu hamil yang belum melakukan kunjungan ANC sesuai standar secara berkesinambungan sejak trimester pertama hingga trimester ketiga. Ditemukan bahwa praktik *self-care* selama kehamilan belum sepenuhnya dipahami oleh ibu, seperti pemenuhan kebutuhan nutrisi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, pengelolaan ketidaknyamanan selama kehamilan, aktivitas fisik, istirahat yang cukup, serta kemampuan mengenali tanda bahaya kehamilan. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *self-care* pada kehamilan merupakan hasil interaksi antara faktor individu dan faktor sosial yang membentuk dukungan selama proses kehamilan. Literasi kesehatan menjadi salah satu faktor yang berperan karena berkaitan dengan kapasitas ibu dalam memperoleh, memahami, menilai, dan mengaplikasikan informasi kesehatan guna mendukung pengambilan keputusan perawatan diri yang tepat. Dukungan suami juga masih minim, sebagaimana dijelaskan oleh ibu hamil bahwa suami tidak pernah menemani pada kelas ibu hamil dan tidak pernah terlibat dalam perencanaan persiapan persalinan.

Meskipun berbagai penelitian telah melaporkan hubungan antara literasi kesehatan maupun dukungan suami dengan perilaku kesehatan ibu hamil, penelitian yang mengkaji kedua faktor tersebut secara simultan terhadap *self-care* pada pelayanan kesehatan primer masih menghadapi keterbatasan dalam aspek akses, cakupan, dan kualitas layanan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan *self-care* ibu hamil dengan menitikberatkan pada literasi kesehatan, dukungan suami, dan kunjungan ANC sebagai faktor utama tindakan perawatan diri selama kehamilan.

METODE

Studi ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, dengan proses pengambilan data yang dilakukan pada satu periode tertentu. Desain tersebut digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara literasi kesehatan, kunjungan ANC, dan dukungan suami dengan tindakan *self-care* ibu selama masa kehamilan. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Puskesmas Belawan Sicanang pada bulan Juni-Juli 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang melakukan ANC di Puskesmas Belawan Sicanang. Penelitian ini menggunakan data awal dari Puskesmas Belawan Sicanang yang mencatat sebanyak 72 ibu hamil trimester III sebagai populasi penelitian pada periode Mei 2026. Pemilihan responden dilakukan melalui metode *consecutive sampling*, yaitu proses rekrutmen sampel secara bertahap berdasarkan urutan kedatangan peserta yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk dalam kriteria eksklusi hingga jumlah sampel terpenuhi. Hasil proses penyaringan menunjukkan bahwa 50 ibu hamil memenuhi persyaratan penelitian dan menyatakan kesediaannya untuk berpartisipasi sebagai responden.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen berupa kuesioner yang dirancang untuk menilai tingkat literasi kesehatan, dukungan suami, kunjungan ANC, serta tindakan *self-care* selama kehamilan. Sebelum digunakan dalam penelitian utama, instrumen tersebut telah melalui tahap pengujian validitas dan reliabilitas di Desa Bahagia dengan melibatkan 25 responden yang memiliki karakteristik sebanding dengan kelompok penelitian. Instrumen penelitian terdiri atas kuesioner literasi kesehatan sebanyak 14 item, *self-care* sebanyak 25 item, dan dukungan suami sebanyak 12 item. Kuesioner literasi kesehatan menggunakan pilihan jawaban “sangat sulit” hingga “sangat mudah”, sedangkan kuesioner *self-care* dan dukungan suami menggunakan skala “tidak pernah” hingga “selalu”. Uji validitas pada 25 responden menggunakan analisis *Corrected Item-Total Correlation* menunjukkan bahwa seluruh item literasi kesehatan dan dukungan suami dinyatakan

valid, sedangkan pada instrumen *self-care* terdapat 18 item valid dan 7 item tidak digunakan. Uji reliabilitas menggunakan metode Cronbach's Alpha menunjukkan nilai 0,919 untuk literasi kesehatan, 0,910 untuk *self-care*, dan 0,810 untuk dukungan suami sehingga seluruh instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian. Penelitian ini telah lulus uji etik dari KEP Universitas Sari Mutiara Indonesia dengan nomor sertifikat 4303/F/KEP/USM/VI/2026.

Data penelitian yang telah diperoleh selanjutnya melalui proses manajemen data yang mencakup beberapa tahapan, mulai dari verifikasi kelengkapan jawaban responden, pengkodean variabel, pemasukan data, pemeriksaan kualitas data, hingga penyajian data dalam bentuk tabel. Setelah seluruh tahapan pengolahan selesai, data dianalisis menggunakan metode statistik deskriptif dan analitik. Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel penelitian berdasarkan distribusi frekuensi dan proporsi, yaitu literasi kesehatan ibu hamil, pemeriksaan kehamilan, dukungan suami, serta praktik perawatan diri (*self-care*) selama kehamilan. Selanjutnya, analisis analitik digunakan untuk mengevaluasi keterkaitan antara literasi kesehatan, ANC, dan dukungan suami dengan tindakan *self-care* ibu hamil. Pengujian hubungan antarvariabel dilakukan menggunakan uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% dan batas signifikansi sebesar 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik responden penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berada pada kelompok usia reproduksi sehat, yaitu 20–35 tahun sebanyak 40 responden (Tabel 1). Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMP sebanyak 27 responden (54%), diikuti oleh pendidikan SMA sebanyak 19 responden (38%). Berdasarkan status pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga sebanyak 46 responden (92%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil dalam penelitian berada pada usia yang optimal untuk kehamilan karena termasuk dalam kelompok usia reproduksi sehat, sedangkan tingkat pendidikan yang masih didominasi pendidikan sekolah menengah pertama dan rendahnya keterlibatan dalam pekerjaan formal dapat menjadi faktor yang berhubungan dengan akses informasi, pemahaman kesehatan, serta kemampuan dalam menerapkan praktik *self-care* selama kehamilan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Ibu		
< 20 tahun	4	8,0
20–35 tahun	40	80,0
> 35 tahun	6	12,0
Pendidikan		
SD	4	8,0
SMP	27	54,0
SMA	19	38,0
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga (IRT)	46	92,0
Pedagang	3	6,0
Pegawai	1	2,0
Total	50	100,0

Periode usia 20–35 tahun menunjukkan masa reproduksi dengan kondisi fisiologis yang cenderung optimal dalam menjalani proses kehamilan. Pada kelompok usia tersebut, kesiapan tubuh serta kemampuan beradaptasi terhadap perubahan selama kehamilan umumnya berada dalam kondisi yang lebih mendukung. Berdasarkan karakteristik pendidikan, sebagian besar responden memiliki latar belakang pendidikan tingkat SMP, yaitu sebesar 54%. Tingkat pendidikan menjadi salah satu faktor yang dapat berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam memperoleh, mengolah, dan menerapkan informasi kesehatan, termasuk informasi mengenai tindakan perawatan diri selama masa kehamilan. Selain itu, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga (92%). Status sebagai ibu rumah tangga memungkinkan ibu memiliki waktu lebih banyak untuk memperhatikan kondisi kehamilan, mengikuti anjuran kesehatan, serta melakukan praktik perawatan diri, meskipun keputusan kesehatan tetap dapat dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan lingkungan sekitar.

Temuan penelitian ini mendukung pandangan bahwa faktor demografis, termasuk usia, jenjang pendidikan, dan status pekerjaan, memiliki peran dalam membentuk perilaku kesehatan ibu selama masa kehamilan. Kemampuan ibu dalam mengakses, memahami, serta memanfaatkan informasi kesehatan yang semakin baik dapat meningkatkan kemungkinan penerapan tindakan *self-care* yang tepat guna mempertahankan kondisi kesehatan selama kehamilan (Pattimahu *et al.*, 2024; Putri *et al.*, 2024).

Literasi kesehatan dan tindakan *self-care* pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya pendidikan dan pekerjaan. Tingkat pendidikan berperan dalam membentuk kemampuan individu dalam memperoleh, memahami, mengevaluasi, dan menerapkan informasi kesehatan. Responden dengan tingkat pendidikan menengah cenderung memiliki keterbatasan dalam mengakses dan mengolah informasi kesehatan dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi. Selain memengaruhi penguasaan literasi kesehatan, pendidikan juga berkontribusi terhadap pengembangan kemampuan kognitif, seperti kemampuan membaca, memahami berbagai sumber informasi kesehatan, serta memanfaatkan media informasi secara efektif untuk mendukung pengambilan keputusan terkait kesehatan (Irwan *et al.*, 2024; Tamalla *et al.*, 2022).

Selain pendidikan, status pekerjaan juga dapat berkontribusi terhadap tingkat literasi kesehatan dan praktik *self-care* ibu hamil. Sebagian besar responden dalam penelitian ini berstatus sebagai ibu rumah tangga (IRT), yang memungkinkan adanya keterbatasan dalam memperoleh paparan terhadap berbagai sumber informasi kesehatan melalui lingkungan kerja, interaksi sosial, maupun aktivitas di luar rumah. Kondisi tersebut dapat berpengaruh terhadap kesempatan ibu dalam memperoleh informasi, memperluas pengetahuan kesehatan, serta meningkatkan kemampuan dalam menerapkan perilaku *self-care* selama kehamilan, seperti pemenuhan kebutuhan nutrisi, kepatuhan melakukan kunjungan ANC, konsumsi tablet tambah darah, dan pengenalan tanda bahaya kehamilan. Oleh karena itu, penguatan edukasi kesehatan melalui pelayanan *antenatal* dan dukungan keluarga diperlukan untuk meningkatkan *health literacy* serta mengoptimalkan praktik *self-care* pada ibu hamil.

Hubungan Literasi Kesehatan terhadap Self-Care

Data menunjukkan bahwa responden dengan literasi kesehatan baik dan *self-care* baik sebesar 78,3%, sedangkan responden dengan literasi kesehatan baik dan *self-care* kurang sebesar 21,7%. Sementara itu, responden dengan literasi kesehatan kurang dan *self-care* baik sebesar 37,0%. Hasil pengujian bivariat menunjukkan nilai probabilitas (*p-value*) sebesar 0,004 (<0,05), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan dan *self-care* pada ibu hamil (Tabel 2).

Temuan penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa literasi kesehatan yang baik memungkinkan ibu menerapkan *self-care* yang tepat untuk menjaga kesejahteraan dirinya selama kehamilan sekaligus mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan janin sejak masa *prenatal* hingga setelah kelahiran. Ibu hamil dengan literasi kesehatan rendah secara signifikan cenderung mengalami kehamilan yang tidak direncanakan serta memiliki akses yang lebih terbatas terhadap fasilitas atau layanan kesehatan. Kondisi tersebut dapat memberikan dampak kurang baik terhadap kehamilan ibu. Literasi kesehatan yang rendah juga dikaitkan dengan penggunaan obat yang kurang tepat, kondisi kesehatan yang buruk, dan peningkatan risiko gangguan kesehatan. Peningkatan literasi kesehatan pada ibu hamil dapat mendukung penerapan *self-care* yang benar dan tepat waktu (Baharvand et al., 2022). Rendahnya literasi kesehatan juga terbukti berkaitan dengan perilaku *self-care* yang kurang sehat, seperti kecenderungan melakukan perilaku berisiko, kondisi kesehatan yang buruk, serta praktik *self-care* yang kurang optimal (Shahid et al., 2022; Vicente-Díaz et al., 2025).

Tabel 2. Hubungan Literasi Kesehatan dengan *Self-Care*

Literasi Kesehatan	Self-Care				Total		p-value
	Baik		Kurang				
	N	%	N	%	N	%	
Baik	18	78,3	5	21,7	23	100	0,004
Kurang	10	37,0	17	63,0	27	100	
Total	28	56	22	44,0	50	100	

Kemampuan literasi kesehatan ibu mencakup proses memperoleh informasi, melakukan interpretasi secara kritis, serta memanfaatkan pengetahuan kesehatan dalam menentukan pilihan dan perilaku yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan diri selama kehamilan. Kemampuan tersebut berperan penting dalam meningkatkan status kesehatan ibu melalui praktik *self-care* yang optimal selama masa kehamilan, meliputi pemenuhan kebutuhan nutrisi, konsumsi tablet tambah darah, kunjungan ANC secara teratur, aktivitas fisik yang aman, istirahat yang cukup, pemeliharaan kebersihan diri, serta pemahaman dan pengenalan tanda-tanda bahaya kehamilan (Purnami et al., 2025; Tavananezhad et al., 2022).

Ibu hamil dengan kapasitas literasi kesehatan yang belum optimal memiliki risiko lebih besar mengalami kesulitan dalam melakukan manajemen kesehatan diri, memenuhi kebutuhan gizi, mengonsumsi asam folat dalam jumlah yang cukup, serta melakukan kunjungan ANC secara tepat waktu. *Self-care* selama kehamilan mencakup aspek fisik, psikologis, dan spiritual, termasuk menjaga kebersihan diri, melakukan kunjungan ANC, memenuhi kebutuhan nutrisi, mengatur waktu istirahat dan aktivitas, serta mematuhi penggunaan obat dan vitamin yang telah diresepkan. Literasi kesehatan menjadi salah satu faktor utama yang menentukan perilaku *self-care* selama kehamilan (Zuhra & Farisni, 2022; Gani & Seman, 2025).

Hubungan Kunjungan ANC terhadap *Self-Care*

Data menunjukkan bahwa responden dengan kunjungan *Antenatal Care* (ANC) sesuai standar (≥ 6 kali) memiliki *self-care* baik sebesar 85,7% dan *self-care* kurang sebesar 14,3%. Sementara itu, proporsi ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC belum memenuhi standar yang direkomendasikan (< 6 kali), tetapi tetap menunjukkan tindakan *self-care* yang baik sebesar 45,5%. Berdasarkan hasil pengujian bivariat, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,008 ($< 0,05$), sehingga dapat

disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara kepatuhan kunjungan ANC dan tindakan *self-care* pada ibu hamil.

Antenatal Care (ANC) bukan hanya berkaitan dengan jumlah kunjungan, tetapi secara terpadu merupakan bentuk pelayanan kesehatan bagi ibu hamil yang dilaksanakan secara menyeluruh dan bermutu melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, serta rehabilitatif. Melalui kunjungan ANC secara teratur, ibu hamil dapat memperoleh pemantauan kondisi kesehatan, informasi mengenai kebutuhan selama kehamilan, serta deteksi dini terhadap faktor risiko dan komplikasi yang mungkin terjadi. Pelaksanaan ANC terpadu yang mencakup aspek promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif mendukung kemampuan ibu dalam melakukan perawatan diri, seperti meningkatkan kepatuhan terhadap anjuran kesehatan, menjaga status gizi, mengonsumsi suplemen sesuai rekomendasi, serta meningkatkan kesiapan maternal dalam menghadapi persalinan dan menjalani masa pascapersalinan secara optimal (Kemenkes RI, 2020; WHO, 2023).

Aksi nyata dari *self-care* pada ibu hamil meliputi menjaga kebersihan diri, melakukan kunjungan ANC, memenuhi asupan nutrisi, mengatur keseimbangan antara istirahat dan aktivitas, serta mematuhi konsumsi obat dan vitamin sesuai anjuran (Zuhra & Farisni, 2022; Gani & Seman, 2025). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu bentuk *self-care* ibu hamil adalah melakukan kunjungan ANC. Pelaksanaan kunjungan ANC secara teratur menjadi salah satu bentuk tindakan perawatan diri yang dilakukan ibu untuk memantau kondisi kesehatan selama kehamilan.

Berdasarkan hasil penelitian (Tabel 3), ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC secara teratur menunjukkan praktik *self-care* yang baik. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kunjungan ANC memiliki keterkaitan dengan peningkatan perilaku *self-care* pada ibu hamil. Melalui pelayanan ANC, ibu memperoleh edukasi dan informasi kesehatan dari petugas kesehatan mengenai aspek perawatan diri selama kehamilan, yang mencakup berbagai perilaku kesehatan, seperti pemenuhan kebutuhan nutrisi, konsumsi tablet tambah darah secara teratur, pengaturan pola aktivitas dan istirahat, pemeliharaan kebersihan diri, serta kewaspadaan terhadap tanda bahaya kehamilan. Pengetahuan dan dukungan yang diperoleh selama kunjungan ANC dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam melakukan perawatan diri selama kehamilan (Gani & Seman, 2025; Hutagaol *et al.*, 2025).

Tabel 3. Hubungan Kunjungan ANC dengan *Self-Care*

Kunjungan ANC	Self-Care				Total		p-value
	Baik		Kurang		N	%	
	N	%	N	%			
Sesuai standar	24	85,7	4	14,3	28	100	0,008
Tidak sesuai standar	10	45,5	12	54,5	22	100	
Total	34	68,0	16	32,0	50	100	

Upaya pemberdayaan ibu hamil melalui kegiatan edukasi kesehatan, pemberian konseling, serta dukungan berkelanjutan dalam program kelas ibu hamil berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan keyakinan diri ibu untuk melakukan perawatan selama masa kehamilan. Peningkatan keyakinan diri tersebut berperan dalam memperkuat perilaku *self-care* dan mendorong ibu untuk lebih aktif memanfaatkan pelayanan kesehatan, termasuk melakukan kunjungan ANC secara optimal (Laila, 2022). Temuan penelitian ini (Tabel 3) memperkuat hasil penelitian Marhumah dan Purwanti (2026) bahwa optimalisasi kemampuan *self-care* pada ibu hamil memerlukan proses pembelajaran yang berkesinambungan melalui edukasi, transfer informasi, dan

penguatan keterampilan. Pelayanan ANC menjadi salah satu media strategis yang memungkinkan terjadinya proses tersebut melalui komunikasi dan pendampingan antara ibu hamil dan tenaga kesehatan sehingga mendukung terbentuknya perilaku perawatan diri yang lebih baik.

Hubungan Dukungan Suami terhadap *Self-Care*

Data menunjukkan bahwa responden yang memperoleh dukungan suami memiliki *self-care* baik sebesar 80% dan *self-care* kurang sebesar 20%, sedangkan responden yang kurang memperoleh dukungan suami memiliki *self-care* baik sebesar 40% (Tabel 4). Hasil analisis bivariat menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,007 ($<0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan *self-care* pada ibu hamil. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan suami menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan praktik *self-care* selama kehamilan.

Menurut teori, dukungan suami selama kehamilan mencakup dukungan emosional, pemberian informasi, bantuan secara langsung, serta bentuk penghargaan atau apresiasi kepada ibu hamil. Peran aktif suami selama periode kehamilan menjadi salah satu faktor pendukung yang dapat memperkuat kesiapan ibu dalam menjalani kehamilan. Dukungan tersebut dapat diwujudkan melalui pemberian motivasi untuk melakukan kunjungan antenatal secara teratur, keterlibatan dalam menentukan pilihan terkait kesehatan ibu, serta bantuan dalam meningkatkan akses dan pemanfaatan layanan kesehatan maternal secara efektif (Sitepu *et al.*, 2023; Hartian *et al.*, 2024; Wati *et al.*, 2023).

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa dukungan keluarga, termasuk suami, memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan ibu hamil dalam menerapkan perilaku *self-care* selama masa kehamilan. Dukungan yang berupa kasih sayang, perhatian, motivasi, dan bantuan dari keluarga dapat menciptakan rasa nyaman, dihargai, serta meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam mengelola kesehatan. Kondisi tersebut dapat mendorong ibu untuk lebih mampu melakukan perawatan diri, seperti memenuhi kebutuhan nutrisi, menjaga kesehatan fisik dan psikologis, mematuhi anjuran tenaga kesehatan, serta melakukan kunjungan ANC ke pelayanan kesehatan secara teratur. Dengan demikian, keterlibatan keluarga menjadi salah satu faktor yang mendukung perubahan perilaku kesehatan ibu hamil ke arah yang lebih baik (Mulya & Kusumastuti, 2022).

Tabel 4. Hubungan Dukungan Suami dengan *Self-Care*

Dukungan Suami	Self-Care				Total		p-value
	Baik		Kurang		N	%	
	N	%	N	%			
Mendukung	16	80,0	4	20,0	20	100	0,007
Kurang Mendukung	12	40,0	18	60,0	30	100	
Total	28	56,0	22	44,0	50	100	

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membentuk perilaku *self-care* ibu hamil. Keterlibatan suami melalui dukungan emosional, informasional, maupun bantuan praktis dapat memperkuat motivasi dan kemampuan ibu dalam melakukan perawatan diri selama kehamilan. Dengan demikian, strategi untuk meningkatkan perilaku *self-care* pada ibu hamil perlu menjadi salah satu perhatian dalam pelayanan kesehatan maternal serta melibatkan pendekatan keluarga dengan mendorong peran aktif suami sebagai bagian dari dukungan kesehatan maternal.

SIMPULAN

Ibu hamil yang memiliki kemampuan literasi kesehatan yang memadai, menjalani pemeriksaan ANC sesuai rekomendasi, serta mendapatkan dukungan dari pasangan selama masa kehamilan cenderung menunjukkan perilaku *self-care* yang lebih baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman kesehatan ibu, optimalisasi mutu dan akses layanan ANC, serta partisipasi aktif suami dalam memberikan pendampingan merupakan aspek penting yang perlu diperkuat untuk mendukung perilaku perawatan diri selama kehamilan. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan penerapan pendekatan promotif dan preventif yang komprehensif melalui edukasi dan konseling kesehatan secara berkesinambungan, peningkatan kualitas layanan ANC, serta penguatan keterlibatan keluarga, terutama suami, sebagai bentuk dukungan terhadap kesehatan ibu dan pencapaian luaran kehamilan yang optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Puskesmas Sicanang dan seluruh tenaga kesehatan yang telah mendukung pelaksanaan penelitian melalui pemberian izin, fasilitasi, dan kerja sama selama proses penelitian. Peneliti juga menyampaikan apresiasi kepada para ibu hamil yang telah bersedia berpartisipasi sebagai responden sehingga proses pengumpulan data dapat terlaksana dengan baik. Penulis turut menyampaikan penghargaan kepada Rektor Universitas Sari Mutiara Indonesia atas dukungan dan kesempatan yang diberikan untuk mengembangkan kapasitas akademik serta berkontribusi dalam kegiatan penelitian.

PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS (wajib diisi oleh penulis).

AP berkontribusi dalam konseptualisasi penelitian, penyusunan desain penelitian, pengumpulan data, analisis data, serta penyusunan manuskrip awal. RS berkontribusi dalam pengembangan metodologi, validasi instrumen penelitian, interpretasi hasil, dan penyempurnaan manuskrip. RKD berkontribusi dalam supervisi penelitian, analisis data, analisis kritis terhadap hasil penelitian, serta memberikan masukan terhadap perbaikan manuskrip. SP berkontribusi dalam memastikan kesesuaian artikel dengan standar publikasi ilmiah.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan terkait publikasi artikel ini.

PENDANAAN

Penelitian ini tidak menerima pendanaan khusus dari lembaga pendanaan di sektor publik, komersial, maupun nirlaba.

REFERENSI

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Baharvand, P., Anbari, K., & Abdolian, M. (2022). Health literacy and its predictors among pregnant women: A cross-sectional study. *Journal of Education and Community Health*, 9(3), 170–175. <https://doi.org/10.34172/jech.2022.25>
- Gani, N. F., Ilmawanti, Nurhidayah, Hasnah, & Seman, N. (2025). Health literacy and self-care among pregnant women in a low income country: A pilot study in Indonesia. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 35(5), 320–327. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v35i5.3>

- Hartian, T., Mulyani, S., & Harahap, M. H. (2024). The relationship between husband's support and antenatal care visits for pregnant women at Langsung Health Center. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 13(1), 185–189. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v13i1.452>
- Hutagaol, I. O., Masni, Nasir, S., Muis, M., Indriasari, R., & Amqam, H. (2025). Self-care practices among adolescent pregnant women in preventing adverse pregnancy outcomes: A scoping review. *Universal Journal of Public Health*, 13(5), 1158–1169. <https://doi.org/10.13189/ujph.2025.130507>
- Irwan, S. N., Gani, N. F., Hafid, M. A., Nurhidayah, Hasnah, & Mubarak. (2024). Hubungan Health Literacy dengan Self Care pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Samata Gowa: Health Literacy and Self Care Among Pregnant Women at Primary Health Care Gowa. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 15(1), 83–90.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Laila, E. F. (2022). Pengaruh Dukungan Suami, Motivasi dan *Self Efficacy* terhadap Kepatuhan dalam Pemeriksaan ANC (*Antenatal Care*) di Kelurahan Nangeleng Wilayah Kerja Puskesmas Nangeleng. *Jurnal Health Society*, 11(1), 46–57. <https://doi.org/10.62094/jhs.v11i1.49>
- Marhumah, S., & Purwanti, A. S. (2026). Hubungan *Self Care* dengan Perilaku Ibu Hamil Anemia di TPMB LILLAH Gresik. *Indo Green Journal*, 4(2), 1203–1209. <https://doi.org/10.31004/green.v4i2.379>
- Mulya, I. K., & Kusumastuti, I. (2022). Peran Bidan, Peran Keluarga dan Persepsi Ibu terhadap Perilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil. *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(1), 244–252. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i1.62>
- Pattimahu, A. I. K., Noviyani, E. P., & Tambunan, N. (2024). Pemberdayaan, Persepsi, Literasi Kesehatan dan Hubungannya dengan Perilaku Perawatan Diri Ibu Pasca Melahirkan. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 3(6), 1280–1294. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v3i6.277>
- Purnami, R. W., Adhisty, Y., Salim, I. L., Dewi, S. T., Bangun, A., Metta, L., Elisa, & Lestari, O. (2025). *Asuhan antenatal care*. PT Bukuloka Literasi Bangsa.
- Puspitasari, D., Kristiyanto, A., Respati, S. H., & Saptaningtyas, H. (2025). Supporting women-centered care: The role of husbands in enhancing psychological well-being during first pregnancy. *Proceeding of Brawijaya International Conference of Midwifery*, 1(1), 13–22.
- Putri, A., Rahmadini, A., Wiliandari, A., Pradipta, Y., & Mayori, A. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Ibu Hamil dalam Kunjungan Antenatal Care: Systematic Review and Meta-Analysis. *JIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 172–178. <https://doi.org/10.33757/jik.v8i1.1070>
- Rezaei, Z., Yazdanpanahi, Z., Asadollahi, A., Karimi, M., & Ghahremani, L. (2025). Evaluating the impact of an educational self-care intervention on the empowerment of primigravida pregnant women covered by family medicine program in the Estahban City – an application of the Pender's health promotion model. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 25(1), 308. <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07437-y>
- Schulz, A. A., & Wirtz, M. A. (2022). Midwives' empathy and shared decision making from women's perspective – Sensitivity of an assessment to compare quality of care in prenatal and obstetric care. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 717. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-05041-y>

- Shahid, R., Shoker, M., Chu, L. M., Frehlick, R., Ward, H., & Pahwa, P. (2022). Impact of low health literacy on patients' health outcomes: A multicenter cohort study. *BMC Health Services Research*, 22(1), 1148. <https://doi.org/10.1186/s12913-022-08527-9>
- Siswati, E., Masyayih, W. A., Kristiana, I., & Fatmawati, I. (2025). Makna Dukungan Suami dalam Kepatuhan Ibu Hamil terhadap Konsumsi Tablet Zat Besi di BPM SM Singosari. *PRIMA WIYATA HEALTH*, 6(2), 90–97. <https://doi.org/10.60050/pwh.v6i2.87>
- Sitepu, F., Tamtomo, D., & Prasetya, H. (2023). Meta-analysis the effects of education, pregnancy planning, husband support, and distance to health facilities on the utilization of antenatal care service. *Journal of Maternal and Child Health*, 8(4), 510–525. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2023.08.04.12>
- Tamalla, P. N., & Azinar, M. (2022). Literasi Kesehatan terhadap Perilaku Perawatan Kehamilan Usia Remaja. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 6(1), 47–53. <https://doi.org/10.15294/higeia.v6i1.51549>
- Tavananezhad, N., Bolbanabad, A. M., Ghelichkhani, F., Effati-Daryani, F., & Mirghafourvand, M. (2022). The relationship between health literacy and empowerment in pregnant women: A cross-sectional study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 351. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04686-z>
- Vicente-Díaz, E. I., & Alvariñas-Villaverde, M. (2025). Health literacy in pregnant women and its associations with personal, socioeconomic, and health-related factors in primary care. *Nursing Reports*, 15(12), Article 436. <https://doi.org/10.3390/nursrep15120436>
- Wati, D. S., Ekasari, W. U., & Putra, R. N. L. (2023). Effect of husband's support on pregnant women's compliance with antenatal care at Purwodadi 1 Community Health Center. *Jurnal Profesi Bidan Indonesia*, 3(2), 9–21.
- World Health Organization. (2022). *WHO guideline on self-care interventions for health and well-being: 2022 revision*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience: Evidence-to-action brief: Highlights and key messages from the World Health Organization's 2016 global recommendations*. World Health Organization.
- Zuhra, F., & Farisni, T. N. (2022). The role of Tuha Peut in optimizing the nutrition of pregnant women and monitoring related to the implementation of the Qanun in Macah Village, Suka Makmue District, Nagan Raya Regency. *Jurnal Eduhealth*, 13(2), 791–797.