

**PENGARUH DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU  
SELAMA MASA KEHAMILAN DI BPS SITI AZIZAH WIJAYA, SST  
SUKOLILO BARAT BANGKALAN**

*Bambang Heriyanto, Hasyim As'ari*  
**Dosen Poltekkes Kemenkes Surabaya**

**ABSTRAC**

*Support and role husband during pregnancy improve the readiness pregnant mother in face and pregnancy. But practically do not all husband give support its wife during pregnancy. This research aim to study Influence husband support to anxiety mother during a period pregnancy in BPS Siti Azizah Wijaya, SST Sukolilo Barat Bangkalan.*

*Research method is analytic, population all pregnant mother, sampel counted 20 people by simple sampling random. Independent variable is husband support, variable dependen mount anxiety. Method data collecting use kuesioner, and analysed with logistics regression ordinal, with meaning storey level  $\alpha = 0,05$ .*

*Result research show husband support most is goodness (55,0%), most pregnant mother experience to worry lightly (40,0%). From result regresi logistics ordinal got by value  $p=0,030$  matter this means there is influence husband support to anxiety mother during a period pregnancy.*

*Conclusion this research that there is influence husband support to anxiety mother during a period pregnancy. For that health energy expected by counselling about is important inspection pregnancy so that can detect early the existence and also disparity complication which possible happened during pregnancy process and birth.*

*Keyword : husband support, anxiety.*

**PENDAHULUAN  
LATAR BELAKANG**

Kehamilan merupakan krisis bagi kehidupan keluarga yang dapat diikuti dengan stres dan kecemasan. Perubahan dan adaptasi selama kehamilan, tidak hanya dirasakan oleh ibu tetapi seluruh anggota keluarga. Oleh karena itu, selama kehamilan seluruh anggota keluarga harus terlibat terutama suami. Dukungan dan kasih sayang dari anggota keluarga dapat memberikan perasaan nyaman dan aman ketika ibu merasa takut dan khawatir dengan kehamilannya.

Respon suami terhadap kehamilan istri dapat menyebabkan adanya ketenangan batin dan perasaan

senang dalam diri istri. Suami adalah orang pertama dan utama dalam memberi dorongan kepada istri sebelum pihak lain turut memberi dorongan, dukungan dan perhatian. Dukungan dan peran suami selama kehamilan meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi kehamilan dan persalinan bahkan dapat memicu produksi ASI. Tugas suami yaitu memberikan perhatian dan membina hubungan baik dengan istri. Perhatian yang cukup bagi istri akan membuat ibu hamil merasa tenang sehingga berpengaruh positif terhadap bayi yang dikandungnya (Kosmarian, 2008).

Kecemasan yang berlebih dapat mempengaruhi kehamilan dan pertumbuhan serta perkembangan bayinya kelak, oleh karena itu

kunjungan antenatal biasanya dimulai segera setelah tidak mendapat haid (menstruasi), sehingga bisa diidentifikasi diagnosis dan perawatan terhadap kelainan yang mungkin muncul pada ibu hamil (Kosmarian, 2008). Keterlibatan dan dukungan yang diberikan suami pada saat kehamilan akan mempererat hubungan antara ayah anak dan suami istri. Dukungan yang diperoleh oleh ibu hamil akan membuatnya lebih tenang dan nyaman dalam kehamilannya. Hal ini akan memberikan kehamilan yang sehat. Dukungan yang dapat diberikan oleh suami misalnya dengan mengantar ibu memeriksakan kehamilannya, memenuhi keinginan ibu hamil saat mengidam, mengingatkan meminum tablet besi maupun membantu ibu melakukan kegiatan rumah tangga selama ibu hamil.

Berdasarkan hasil penelitian di Iran menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil berada pada kategori kecemasan rendah (52,5 %) jika suami memberikan dukungan saat kehamilan. Suami perlu mempunyai pengetahuan dan keterampilan apa yang harus dilakukan dalam memberikan dukungan tersebut. Berdasarkan studi kasus pada bulan Februari 2013, di BPS Ny. Azizah sebanyak 25 ibu hamil primi pada trimester III, 18 orang (72%) mengatakan mendapat dukungan dari suami, sedangkan 7 orang lainnya (28%) mengatakan kurang mendapat dukungan dari suami.

Kecemasan (*anxiety*) dalam kamus psikologi didefinisikan sebagai perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan-ketakutan tersebut (Durand & Barlow, 2004). Kecemasan yang berlebih dapat mempengaruhi kehamilan dan pertumbuhan serta perkembangan bayinya kelak.

Tingginya kecemasan pada ibu hamil dihubungkan dengan kejadian abnormal sebelumnya, misalnya Abortus, kasus-kasus yang terjadi pada akhir kehamilan. Dan cemas pada kehamilan secara konsistensi tidak berhubungan dengan komplikasi pada persalinan. Kecemasan ibu yang berlanjut akan mempengaruhi ibu dalam hal nafsu makan yang menurun, kelemahan fisik, mual muntah yang berlebihan bahkan dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan janin, janin dapat mengalami keterhambatan perkembangan atau gangguan emosi saat lahir nanti.

Dukungan saat kehamilan sangat dibutuhkan bagi seorang wanita yang sedang hamil, terutama dari orang-orang terdekat apalagi bagi ibu yang baru pertama kali hamil. Seorang wanita akan merasa tenang dan nyaman dengan adanya dukungan dan perhatian dari orang-orang terdekatnya terutama suami. Keterlibatan suami sejak awal masa kehamilan, sudah pasti akan mempermudah dan meringankan pasangan dalam menjalani dan mengatasi berbagai perubahan yang terjadi pada tubuhnya.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: adakah pengaruh peran suami terhadap tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan di Desa Sukolilo Barat Kecamatan Labang Kabupaten Bangkalan?

Tujuan penelitian ini adalah membuktikan adanya pengaruh peran suami terhadap tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan di Desa Sukolilo Barat Kecamatan Labang Kabupaten Bangkalan

## TINJAUAN PUSTAKA

### Konsep Kecemasan

Kecemasan adalah keadaan suasana hati yang di tandai oleh efek negatif dan gejala-gejala ketegangan jasmaniah di mana seseorang mengantisipasi kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan dimasa yang akan datang dengan perasaan khawatir. Kecemasan mungkin melibatkan perasaan, perilaku dan respon-respon fisiologis (Durand & Barlow,2006)

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah sebagai berikut :

#### 1. Faktor Biologis

Terdapat komponen genetik terhadap kecemasan. Seperti gangguan psikologis lainnya dan tidak seperti warna rambut atau mata, tidak ada sebuah gen satu pun yang tampaknya menjadi penyebab kecemasan. Sebaliknya, kontribusi-kontribusi kecil dari banyak gen di wilayah-wilayah kromosom yang berbeda secara kolektif membuat individu rentan mengalami kecemasan, jika ada faktor-faktor dan sosial tertentu yang mendukungnya (Durand & Barlow,2006).

#### 2. Faktor Psikologis

Menurut Durand & Barlow (2006) menganggap kecemasan sebagai reaksi psikis terhadap bahaya di seputar re-aktivasi situasi menakutkan pada masa kanak-kanak. Bandura dalam, selain itu menyebutkan bahwa para pakar perilaku melihat kecemasan sebagai produk pengkondisian klasik awal. Di masa kanak-kanak seseorang mungkin memperoleh kesadaran bahwa tidak semua kejadian dapat di kontrol. Kontinum untuk persepsi ini bisa bervariasi dari keyakinan penuh atas kemampuan untuk persepsi ini bisa bervariasi dari keyakinan penuh atas kemampuan untuk mengontrol

(*sense of control*) semua aspek kehidupan sampai ketidakpastian yang mendalam tentang diri sendiri dan kemampuan untuk mengatasi berbagai kejadian yang akan datang. Persepsi bahwa berbagai kejadian mungkin tidak dapat dikontrol ini paling tampak nyata dalam bentuk keyakinan-keyakinan yang dipenuhi bahaya. Sensitivitas yang meningkat terhadap situasi atau orang-orang yang dipersepsi sebagai ancaman. Perasaan tak abar bahwa geala fisik panik bersifat *katas-tropik* (mengidentifikasi reaksi fisik).

#### 3. Faktor Sosial budaya

Seorang ibu yang didampingi dan dapat dukungan positif dari keluarga, suami dan teman dekat akan merasa lebih tenang dalam menghadapi proses persalinan. Di beberapa daerah tertentu ada kebudayaan yang tidak mengizinkan suami berada didekat istri pada saat melahirkan dengan alasan tidak etis. Kondisi ini dapat menyebabkan istri tidak mendapat dukungan dan akan merasa lebih cemas saat persalinan.

### Konsep Dukungan Suami

Menurut Bobak (2002) dukungan adalah dorongan, motivasi terhadap istri, baik secara moral maupun material. Kehadiran orang lain bagi seseorang yang mengalami kesulitan diharapkan dapat memberikan dukungan sehingga dapat mengurangi beban yang dirasakan.

Macam – macam dukungan suami yaitu:

#### 1. Dukungan Psikologi

Mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian orang yang bersangkutan. Misalnya menemani istri saat pergi pemeriksaan kehamilan. Dengan begini suami sudah mengikuti perkembangan kehamilan istri. Perhatian yang cukup bagi istri

akan membuat ibu hamil merasa tenang sehingga berpengaruh positif terhadap bayi yang dikandungnya (Kosmarian, 2008).

## 2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah dukungan yang bersifat nyata dan dalam bentuk materi. Misalnya kesiapan finansial, karena sejak mengetahui istrinya hamil, suami harus segera menyalurkan dana khusus untuk keperluan ini, sehingga saat melahirkan telah tersedia dana yang dibutuhkan (Kosmarian, 2008).

## 3. Dukungan Informasi

Suami harus memberikan perhatian penuh kepada masalah kehamilan istrinya, misalnya berdiskusi mengenai perkembangan yang terjadi, yaitu mencari informasi mengenai kehamilan dari media cetak maupun dari tenaga kesehatan (Kosmarian, 2008). Disinilah suami akan mengambil peran besar dalam turut menjaga kesehatan kejiwaan istrinya agar tetap stabil, tenang dan bahagia.

## 4. Dukungan Lingkungan

Menurut Bobak (2002) dukungan lingkungan yaitu diberikan ketika kehamilan sudah tua, Misalnya ketika ibu tidak bisa bekerja terlalu berat suami bisa membantu ibu mengurus rumah tangga, perlakuan ini dapat menyebabkan perasaan senang dalam diri istri, dan istri akhirnya lebih mudah menyesuaikan diri dalam menjalani kehamilannya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik, yaitu menganalisis pengaruh peran suami terhadap tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan. Sedangkan berdasarkan waktunya merupakan penelitian *cross sectional* dimana variabel independen dan variabel dependen dilaksanakan dalam waktu bersamaan. Sebagai populasi pada penelitian ini semua ibu hamil yang diperiksa di Polindes Sukolilo Barat Kecamatan Labang Kabupaten Bangkalan sebanyak 25 orang pada bulan Februari 2013. Sedangkan sampel penelitian adalah sebagian dari populasi, yaitu 23 orang, yang ditentukan dengan menggunakan rumus dan dipilih menggunakan tehnik *simple random sampling*. Variabel independennya yaitu peran suami, dan variabel dependennya yaitu kecemasan ibu selama masa kehamilan.

Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Data yang diperoleh dinilai dan dimasukkan dalam tabel distribusi frekuensi, sedangkan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh menggunakan uji statistik regresi logistik sederhana dengan tingkat signficancy  $p=0.05$ .

## HASIL PENELITIAN

### 1. Dukungan suami.

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi dukungan suami di BPS Siti Azizah, SST Sukolilo Barat Labang Bangkalan Bulan Juli Tahun 2013.

Dukungan suami	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	11	55,0
Cukup	4	20,0
Kurang	5	25,0
Total	20	100,0

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan suami adalah baik yaitu sebanyak 11 orang (55,0%).

### 2. Tingkat kecemasan.

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan di BPS Siti Azizah, SST Sukolilo Barat Labang Bangkalan Bulan Juli Tahun 2013.

Tingkat kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak cemas	7	35,0
Cemas ringan	8	40,0
Cemas sedang	3	15,0
Cemas berat	2	10,0
Total	20	100,0

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar ibu mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 8 orang (40,0%).

### 3. Tabulasi silang dukungan suami dengan tingkat kecemasan.

Tabel 5.7 Hasil tabulasi silang dukungan suami dengan tingkat kecemasan di BPS Siti Azizah, SST Sukolilo Barat Labang Bangkalan Bulan Juli Tahun 2013.

Dukungan suami	Tingkat kecemasan								Total	
	Tidak cemas		Cemas ringan		Cemas sedang		Cemas berat			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Baik	5	45,5	5	45,5	1	9,1	0	0,0	11	100,0
Cukup	1	25,0	2	50,0	1	25,0	0	0,0	4	100,0
Kurang	1	20,0	1	20,0	1	20,0	2	40,0	5	100,0
Total	7	35,0	8	40,0	3	15,0	2	10,0	20	100,0

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa dari 11 orang ibu yang mendapat dukungan suami dalam kategori baik lebih banyak pada ibu yang tidak cemas dan cemas ringan (masing-masing sebesar 45,5%) meskipun ada yang mengalami cemas sedang (9,1%) dan tidak ada yang mengalami cemas berat. Ibu yang mendapat dukungan dari suami dalam kategori cukup lebih banyak pada ibu yang mengalami cemas ringan (50,0%), meskipun ada yang tidak cemas dan cemas sedang (masing-masing sebesar 25,0%). Ibu yang kurang mendapat dukungan dari suaminya lebih banyak pada ibu yang mengalami cemas berat (40,0%), meskipun ada yang mengalami cemas sedang, cemas ringan maupun tidak cemas (masing-masing sebesar 20,0%). Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai probability (p) lebih kecil dari nilai taraf signifikan ( $0,030 < 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan di BPS Siti Azizah Wijaya, SST Sukolilo Barat Labang Bangkalan.

## **PEMBAHASAN**

### **Dukungan suami.**

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan suami adalah baik yaitu sebanyak 11 orang (55,0%).

Hal ini bisa dikarenakan adanya motivasi untuk memberikan yang terbaik kepada istri dan calon bayinya, sehingga suami memberikan dukungan kepada ibu selama masa kehamilan. Jika suami memberi dukungan kepada ibu terutama dalam hal yang berkaitan dengan kehamilan, maka ibu akan dapat termotivasi untuk menjalani proses kehamilan dan persalinan dengan baik dikarenakan adanya semangat, sehingga nantinya akan didapatkan seorang anak yang berkualitas sesuai dengan yang diharapkan.

Motivasi adalah dorongan yang menyebabkan seseorang melakukan suatu tindakan. seseorang melakukan suatu tindakan apabila tindakan itu menarik perhatian dan minatnya didasarkan sebagai suatu kebutuhan. Itulah sebabnya motivasi tidak lepas dengan masalah kebutuhan fisik dan psikologis manusia. Orang yang termotivasi, membuat reaksi-reaksi yang mengarahkan dirinya kepada usaha mencapai tujuan, untuk

mengurangi ketegangan yang ditimbulkan oleh perubahan tenaga di dalam dirinya. Dengan kata lain, motivasi memimpin ke arah reaksi-reaksi mencapai tujuan (Soekamto, 2007).

### **Tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan.**

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar ibu mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 8 orang (40,0%).

Hal ini bisa disebabkan karena kehamilan ini merupakan kehamilan yang pertama sehingga tidak mempunyai pengalaman dalam menghadapi persalinan, akibatnya ibu hamil mengalami cemas ringan.

Menurut Rahayu (2004), kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan persepsi atas keadaan menjadi dialaminya. Manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah kelelahan, *irritable*, lapang persepsi meningkat, keadaran tinggi, mampu untuk belajar, motivasi dan tingkah laku sesuai situasi.

### **Pengaruh dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan.**

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa dari 11 orang ibu yang mendapat dukungan suami dalam kategori baik lebih banyak pada ibu yang tidak cemas dan cemas ringan (masing-masing sebesar 45,5%). Ibu yang mendapat dukungan dari suami dalam kategori cukup lebih banyak pada ibu yang mengalami cemas ringan (50,0%). Ibu yang kurang mendapat dukungan dari suaminya lebih banyak pada ibu yang mengalami cemas berat (40,0%). Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai probability ( $p$ ) lebih kecil dari nilai taraf signifikan ( $0,030 < 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan di BPS Siti Azizah Wijaya, SST Sukolilo Barat Labang Bangkalan.

Menurut Kosmarian (2008) bahwa respon suami terhadap kehamilan istri yang dapat menyebabkan adanya ketenangan batin dan perasaan senang dalam diri istri. Suami adalah orang pertama dan utama dalam memberi dorongan kepada istri sebelum pihak lain turut memberi dorongan, dukungan dan perhatian seorang suami terhadap istri yang

sedang hamil yang akan membawa dampak bagi sikap bayi.

Suami harus selalu mendampingi istri ketika istri sedang hamil. Suami jangan pernah meremehkan tugas istri dalam masa kehamilan. Banyak tekanan yang akan timbul dan terkadang ini akan membuat sang istri stress dan tentunya akan berdampak pada janin yang sedang dikandungnya. Suami harus menggunakan masa emas ketika istri hamil. Suami merupakan partner untuk mencapai kesehatan yang lebih baik. Dukungan dan peran serta suami dalam masa kehamilan terbukti meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan, bahkan juga memicu produksi ASI (Air Susu Ibu), secara tidak langsung akan memberi manfaat emosional yang dapat menambah kekuatan istri dalam melawan rasa takut dan cemas (Trismiati, 2004).

Dengan demikian adanya dukungan dari suami dapat mengurangi rasa cemas akibat dari kehamilan dan proses persalinan yang akan dihadapi ibu, sebaliknya kurangnya dukungan dari suami menambah rasa kecemasan ibu dalam menghadapi kehamilan dan persalinan.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasar hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan: (1) Dukungan suami selama masa kehamilan di BPS Siti azizah Wijaya SST Sukolilo Barat Bangkalan sebagian besar adalah baik (55,0%). (2) Tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan di BPS Siti azizah Wijaya SST Sukolilo Barat Bangkalan sebagian besar adalah cemas ringan (40,0%). (3) Ada pengaruh dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu selama masa kehamilan di BPS Siti azizah Wijaya SST Sukolilo Barat Bangkalan dengan nilai kemaknaan  $p=0,030$ .

Dengan adanya kesimpulan diatas, maka untuk lebih mengoptimalkan dukungan suami dalam masa kehamilan dan persalinan, dirumuskan saran sebagai berikut : (1) Bagi ibu hamil; Pemahaman ibu hamil dan masyarakat tentang pentingnya menjaga kehamilan agar ibu dan bayinya sehat harus ditingkatkan, misalnya melalui pendidikan informal, media cetak, media elektronika juga melalui fasilitas-fasilitas umum yang terkait seperti rumah sakit, rumah bersalin dan tempat praktek bidan swasta. (2) Bagi tenaga kesehatan; Tenaga kesehatan sebagai motivator dan pemberi pelayanan kesehatan kepada masyarakat harus meningkatkan perannya dalam membantu ibu melewati masa kehamilan dan persalinan dengan aman. (3) Bagi tokoh masyarakat; Perlu adanya kerja sama lintas sektoral antara tenaga kesehatan, tokoh masyarakat termasuk tim penggerak PKK dan organisasi kemasyarakatan wanita dan dinas terkait dengan fokus tentang asuhan sayang ibu dan asuhan sayang bayi.

## DAFTAR ACUAN

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. PT. Rineka Cipta. Jakarta.
- Bobak. 2008. *Bagaimana Cara Mencegah dan Mengatasi Stres & Depresi*. Semarang: Dahara Prize.
- Durand & Barlow (2006). *Terapan Ilmu Psikologi*. Jakarta: Kencana.
- Farrer, H. (2008). *Perawatan Maternitas*, EGC. Jakarta.
- Hidayat, A. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika. Jakarta.
- Johanes. (2006). *Kehamilan Diatas Usia 30*. Arcan. Jakarta.
- Kosmarian. 2008. *Mengatasi Cemas Persalinan*. Jakarta: Erlangga.
- Mahli. (2007). *Penelitian Kesehatan*. Remaja Rosdakarya. Bandung.
- Manuaba, I.B.G. (1998). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Bhratara Niaga Media. Jakarta.
- Moeshi, S. (2007). *Kehamilan Berisiko Bagi Wanita*. Jakarta : Arcan.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nursalam. (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Pendidikan Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Prawirohardjo, S. (2002). *Ilmu Kebidanan*. Bina Pustaka. Jakarta.
- Prawirohardjo. Jakarta.
- Purwodarminto. (2003). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Rahayu, dkk. 2004. *Hubungan Antara Pola Fikir Negatif dengan Kecemasan Individu*. *Jurnal Psikologi*. Vol 1.No.2, 199-251.
- Roechjati, P. (2008). *Skrining Antenatal Pada Ibu Hamil*. Airlangga University Press. Surabaya.
- Saifudin, A. (2002). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Bina Pustaka. Jakarta.
- Soekamto, W. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Trismiati. 2004. *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pria dan Wanita*. On-line. [Hhttp://www.google.com](http://www.google.com) Diakses tanggal 10/04/2012.