# HUBUNGAN PERAN SUAMI DENGAN KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS SANANWETAN KOTA BLITAR

**(**Role Of Relationship With Husband Of Anxiety Pregnant Women Trimester III In Health City Sananwetan Blitar**)**

**Hesti Anggraini Dewi**
STIKes Patria Husada Blitar
email :

***Abstrack :*** Many pregnant women who experienced anxiety, anxiety is often more common in pregnant women who are not supported by the family environment is mainly due to the lack of a father's role. Based on the results of preliminary studies on Sananwetan health center of 6 pregnant women who do prenatal care, 3 of them say fear and anxiety with her pregnancy and of the four pregnant women are all stated that the role of her husband less. The purpose of this study was to clarify the relationship with the father's role anxiety third trimester pregnant women in health centers Sananwetan Blitar.

This type of research is an analytic correlation with cross sectional study design. The study population many as 90 people. Total sample of 20 respondents. Research technique using purposive sampling. Test analysis using Spearman's rho test.

The research results get that almost half of 9 (45.0%) roles quite well in the third trimester of pregnant women in Sananwetan health centers, and half of third trimester pregnant women 10 (50.0%) with mild-moderate anxiety symptoms during third trimester of pregnancy. The test results showed statistical p value = 0.000. Because the p-value (0.000) <α 0.05 then there is a relationship between the role of fathers with anxiety third trimester of pregnant women in Sananwetan health centers Blitar 2015.

It is suggested to pregnant women should be self-motivated, communicative with her husband about pregnancy, so that everything related to pregnancy and childbirth preparation can be well planned.

**Keywords**: Role father, Anxiety, the third trimester of pregnant women

**Abstrak :** Banyak ibu hamil yang mengalami kecemasan, kecemasan sering lebih banyak terjadi pada ibu hamil yang tidak didukung oleh lingkungan keluarga terutama dikarenakan oleh kurangnya peran suami. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Sananwetan dari 6 orang ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan, 3 tersebut semuanya menyatakan bahwa peran suaminya kurang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan hubungan peran suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar.

Jenis Penelitian ini adalah analitik korelasi dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Populasi penelitian sebanyak 90 orang. Jumlah sampel penelitian 20 responden. Penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Uji analisis menggunakan uji *Spearman's rho*.

Hasil penelitian di dapatkan bahwa hampir setengahnya 9 (45,0%) berperan cukup baik pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan, dan setengahnya ibu hamil trimester III 10 (50,0%) dengan gejala kecemasan ringan-sedang saat hamil trimester III. Hasil uji statistic menunjukkan *p value* = 0,000. Karena *p value* (0.000) < α 0.05 maka ada hubungan antara peran suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar Tahun 2015.

Disarankan kepada ibu hamil hendaknya lebih memotivasi diri, komunikatif dengan suami tentang kehamilan, sehingga segala sesuatunya terkait dengan kehamilan dan persiapan kelahiran bisa direncanakan dengan baik.

**Kata kunci**: Peran suami, Kecemasan, Ibu hamil trimester III

Kehamilan merupakan suatu peristiwa yang begitu penting terhadap kehidupan wanita dan keluarganya. Perubahan-perubahan yang terjadi pastinya akan mempengaruhi wanita itu sendiri dan keluarganya. Kehamilan adalah saat-saat krisis terjadinya berbagai gangguan, perubahan identitas, dan peran bagi setiap orang yang akan menjadi : ibu, ayah dan anggota keluarga. Ibu hamil bukan hanya harus mempersiapkan fisiknya, tetapi juga harus mempersiapkan mentalnya. Hal ini kurang menjadi perhatian ibu hamil pada umumnya, dimana ibu hamil lebih siap dalam menghadapi perubahan fisiknya, tetapi sering tidak siap secara psikologisnya, sehingga banyak ibu hamil yang mengalami kecemasan. Kecemasan sering lebih banyak terjadi pada ibu hamil yang tidak didukung oleh lingkungan keluarga terutama dikarenakan oleh kurangnya peran suami (Hamilton, 1995).

Kecemasan merupakan suatu hal yang normal yang bisa dialami semua orang dan bisa dikatakan wajar ketika menghadapi suatu tekanan masalah ataupun persoalan. Kecemasan juga dikatakan sebagai rasa khawatir, gelisah, perasaan tidak tentram yang disertai gejala fisik. Namun rasa cemas juga bisa menjadi tidak wajar apabila cemas terhadap sesuatu yang sebenarnya bukan menjadi objek perhatian khusus, ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah dan selalu beranggapan jika masalahnya tidak realistis.

ada fase tiga bulan terakhir (bulan ke-7 sampai bulan ke-9) ibu hamil mulai merasa cemas karena berbagai perubahan fisiknya. Namun cemas yang berlebihan bisa mengganggu konsetrasi dan hilangnya kepercayaan diri. Gejala- gejala cemas pada ibu hamil dapat terlihat seperti mulai mudah merasa tersinggung, sulit bergaul, sulit di ajak komunikasi yang baik, stress, sulit tidur, denyut jantung cepat, sering buang air kecil, sakit perut atau diare, tangan berkeringat dan mudah gemeteran, kaki dan tangan sering kesemutan, kejang otot, pusing dan sampai pingsan (Herri, 2010).

Menurut Ayu (2009), peran suami sangat penting untuk diterapkan karena dapat membantu menenangkan jiwa sang istri. Kasih sayang dan belaian dari suami tetap harus diberikan kepada istrinya sehingga rumah tangganya tampak lebih harmonis dan lebih bersemi apalagi menjelang hadirnya buah cinta yang akan hadir. Ayah mempunyai peran penting dalam masa kehamilan, persalinan dan perubahan persepsi menjadi ayah baru dengan hadirnya bayi dalam hidup mereka.

Peran suami yang diberikan pada ibu hamil dapat menumbuhkan perasaan aman, nyaman, tenang, sehingga bisa mempengurangi kecemasan ibu hamil. Peran suami pada saat istri hamil meliputi membantu tugas istrinya sehingga istrinya bisa istirahat dengan cukup terutama menjelang persalinan, suami bisa membelikan ataupun membacakan buku sesuai pandangannya yang bisa berdampak baik terhadap perkembangan jiwa istri dan janinnya, kasih sayang yang harus terus dipupuk untuk istrinya, bila ada kemungkinan bisa mengajak istri untuk rekreasi ataupun keluar rumah meskipun hanya sekedar melihat keindahan alam, tidak merokok didalam rumah yang bisa berpengaruh terhadap kehamilan istrinya, membantu istri untuk menentukan gizi dan diet makanan yang baik dan juga mengantar istri untuk melakukan pemeriksaan kehamilan di bidan atau puskesmas (Ayu, 2009)

Penelitian Tursilowati (2007), mengenai peran suami terhadap ibu hamil di Desa Jepat Lor Kecamatan Tayu, Kabupaten Pati dimana dari 26 responden yang diteliti diperoleh 30,7% mempunyai peran suami kurang dan 46,2% mempunyai peran suami yang sedang, sedangkan suami yang berperan baik sebanyak 23,1%. Penelitian Hidayat (2004), di Polindes Anggrek Desa Pabean Kabupaten Sumenep mengenai kecemasan terhadap ibu hamil menunjukkan bahwa dari sejumlah 23 responden, didapati presentase tingkat kecemasan yaitu 8,7% responden mengalami kecemasan ringan, 69,6% responden mengalami kecemasan sedang, 13% responden mengalami kecemasan berat dan 8,7% responden tidak cemas, dari penelitian diatas dijelaskan bahwa peran suami dapat mengurangi kecemasan ibu hamil.

**BAHAN DAN METODE**

Peneliti menggunakan metode *Cross-Sectional* merupakan metode penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali, pada suatu saat.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang ada di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar yang berjumlah 90 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil dalam trimester III yaitu sebanyak 20 orang.

Pengambilan data dilakukan di Poli KIA Puskesmas Sananwetan Kota Blitar pada bulan 27 Juli – 7 Agustus 2015 dengan metode Pengumpulan data menggunakan lembar kuisioner secara terpimpin mengenai data umum responden, peran suami dan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.

Analisa data untuk pengujian statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan Uji Spearman's rho dengan taraf signifikansi $\alpha = 0{,}05$.

**HASIL PENELITIAN**

Penelitian di lakukan di Puskesmas Sananwetan pada tanggal 27 Juli-7 Agustus 2015. Puskesmas Sananwetan merupakan Puskesmas yang berada di kota Blitar, yang terletak dilingkup kerja Kecamatan Sananwetan Kota Blitar.

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi umur Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| Usia | Usia ibu | | Usia suami | |
|---|---|---|---|---|
| | Frekuensi | % | Frekuensi | % |
| < 20 tahun | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 20-35 tahun | 19 | 95.0 | 19 | 95.0 |
| > 35 tahun | 1 | 5.0 | 1 | 5.0 |
| Total | 20 | 100 | 20 | 100 |

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi pendidikan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| Pendidikan | Ibu | | Suami | |
|---|---|---|---|---|
| | Frekuensi | % | Frekuensi | % |
| Pendidikan SD | 0 | 0.0 | 2 | 10.0 |
| Pendidikan SMP | 2 | 10.0 | 4 | 20.0 |
| Pendidikan SMA | 15 | 75.0 | 10 | 50.0 |
| Pendidikan Tinggi | 3 | 15.0 | 4 | 20.0 |
| Total | 20 | 100 | 20 | 100 |

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi pekerjaan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| Pekerjaan | Ibu | | Suami | |
|---|---|---|---|---|
| | Frekuensi | % | Frekuensi | % |
| IRT | 12 | 60.0 | 0 | 0 |
| Swasta | 6 | 30.0 | 15 | 75.0 |
| Wiraswasta | 0 | 0 | 2 | 10.0 |
| Buruh | 0 | 0 | 1 | 5.0 |
| Guru | 2 | 10.0 | 0 | 0 |
| PNS | 0 | 0 | 2 | 10.0 |
| Total | 20 | 100 | 20 | 100 |

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi pendapatan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| No | Pendapatan | Frekuensi | % |
|---|---|---|---|
| 1 | 1.6 jt-2 jt | 7 | 35.0 |
| 2 | 2.1 jt-2.5 jt | 11 | 55.0 |
| 3 | 2.6 jt-3 jt | 2 | 10.0 |
| | Jumlah | 20 | 100 |

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi usia kehamilan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| No | Usia kehamilan | Frekuensi | % |
|---|---|---|---|
| 1 | 28 minggu | 7 | 35.0 |
| 2 | 32 minggu | 11 | 55.0 |
| 3 | 36 minggu | 2 | 10.0 |
| | Jumlah | 20 | 100 |

**Tabel 6 Distribusi Frekuensi peran suami pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| No | Peran ayah | Frekuensi | % |
|---|---|---|---|
| 1 | Baik | 8 | 40.0 |
| 2 | Cukup | 9 | 45.0 |
| 3 | Kurang | 3 | 15.0 |
| | Jumlah | 20 | 100 |

**Tabel 7 Distribusi Frekuensi kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| No | Kecemasan | Frekuensi | % |
|---|---|---|---|
| 1 | Tidak ada gejala kecemasan | 5 | 25.0 |
| 2 | Ringan-sedang | 10 | 50.0 |
| 3 | Berat | 5 | 25.0 |
| | Jumlah | 20 | 100 % |

**Tabel 8 Tabulasi silang hubungan antara peran suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar, 27 Juli-7 Agustus 2015, 27 Juli-7 Agustus 2015**

| No | Peran suami | Kecemasan | | | Total |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Tidak | Ringan-sedang | Berat | |
| 1 | Baik | 5(25%) | 3(15%) | 0(0%) | 8 (40%) |
| 2 | Cukup | 0(0%) | 7(35%) | 2(10%) | 9(45%) |
| 3 | Kurang | 0(0%) | 0(0%) | 3 (15%) | 3(15%) |
| | | Pvalue= 0.000 | rho= -0.808 | α=0.05 | |

**PEMBAHASAN**

**Peran Suami Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya 9 (45,0%) berperan cukup baik pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan. Peran diri merupakan pola sikap, perilaku, nilai yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat (Amsyah, 2005). Suami mempunyai suatu tanggung jawab yang penuh dalam suatu keluarga dan suami mempunyai peranan yang penting, dimana suami sangat diharuskan bukan hanya sebagai pencari nafkah akan tetapi suami sebagai motivator dalam berbagai kebijakan yang akan di putuskan termasuk merencanakan keluarga (Budi , 2011).

Orang terdekat ketika seorang wanita sedang hamil adalah suami. Banyak hal yang harus dilakukan oleh ayah untuk istrinya saat hamil dan calon bayinya dan sudah selayaknya sebagai suami harus memberikan perannya terhadap sang istri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya suami berperan cukup baik pada ibu hamil trimester III di kelas ibu hamil, hal ini karena suami merasa bertanggung jawab atas urusan kesehatan keluarga sehingga dengan sekecil apaupun terkait dengan kesehatan apalagi menyangkut kesehatan ibu dan anak merupakan tanggung jawab yang harus di embannya, saling meringankan beban tugas keluarga, saling membantu sudah merupakan kewajiban bagi suami/istri. Hal ini juga didukung oleh karakteristik usia responden (suami) dimana hampir seluruhnya 19 (95,5%) berada pada usia 20-35 tahun, dengan usia yang relatife sudah dewasa maka setiap pengambilan keputusan untuk melakukan sesuatu yang mengacu pada setiap pengalamannya, rasa tanggung jawab terhadap keluarga sudah tumbuh dan berkembang sehingga hal ini secara langsung akan mempengaruhi poila fikir untuk bertindak sesuai peran dan kapasitasnya sebagai seorang suami dalam hal ini adalah peran dalam kehamilan.

Selain usia, pendidikan suami juga turut mendukung terhadap perannya dimana setengahnya 10 (50.0%) berpendidikan SMA. Tingkat pendidikan turut menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami suatu pengetahuan tentang kehamilan dan kelas ibu hamil dengan baik sesuai dengan yang mereka peroleh. Dengan pendidikan menengah maka seseorang sudah mampu dan mempunyai kapasitas untuk menyerap informasi dengan baik dalam hal ini adalah informasi yang terkait dengan kehamilan dan kelas ibu hamil, dengan peyerapan informasi yang baik, maka kesadaran seorang ayah/suami untuk menjalankan perannya sebagai kepala keluarga menjadi baik sehingga akan mengurasi tingkat stress pada ibu dalam menghadapi perjalanan kehamilannya. Bagaimanapun juga seorang ibu/istri akan merasa aman jika rasa tanggungjawab, perhatian dan kasih sayang dari seorang suami setiap saat, setiap waktu selalu dicurahkan oleh suami demi keselamatan kehamilan ibu dan selalu mendukung setiap kegiatan untuk menghadapi persiapan proses kelahiran dengan mengikuti kelas ibu hamil.

Selain faktor usia dan pendidikan, pekerjaan juga turut mendukung peran suami dalam kehamilan dimana pekerjaan ayah sebagian besar 15 (75.0%) bekerja swasta sedangkan pekerjaan ibu sebagian besar 12 (60.0%) sebagai IRT. Dengan ayah sebagai yang notabenenya sebagai pekerja swasta, maka tidak terlalu terikat dengan waktu sehingga masih punya banyak waktu untuk menemani ibu dalam kelas ibu hamil, membantu ibu dalam kegiatan/aktifitas di rumah, sehingga peran ayah betul-betul dirasakan oleh ibu, apalagi dalam hal ini pekerjaan ibu sebagai seorang IRT. Dengan IRT konsentrasi untuk mengurus kehamilan akan lebih baik, meluangkan waktu untuk mengikuti kelas ibu hamil semakin baik apalagi didukung oleh peran ayah yang baik dalam suatu keluarga, dan didukung oleh suatu

penghasilan yang cukup dalam keluarga dimana sebagian besar 11 (55.5%) responden berpendapatan 2,1 jt-2,5 jt per bulan.

**Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setengahnya ibu hamil trimester III 10 (50,0%) dengan gejala kecemasan ringan-sedang saat hamil trimester III. Kecemasan (Ansietas) merupakan suatu keadaan khawatir atau waswas yang menjadi suatu perasaan yang tidak nyaman bahwa sesuatu yang tidak diinginkan akan terjadi. Kecemasan adalah suatu keadaan emosional dalam tubuh terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal jika tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman atau bila datang tiba-tiba dan tanpa ada penyebabnya yaitu bila bukan merupakan respons terhadap perubahan lingkungan dan kecemasan bisa mengganggu dalam melakukan aktivitas kita sehari-hari (Jeffrey, 2005).

Kecemasan bukan suatu hal yang aneh dan bisa dikatakan jika setiap orang bisa mengalaminya dengan berbagai variannya. Kecemasan berhubungan dengan perasaan yang tidak pasti dan ketidakberdayaan dalam penilaian suatu objek atau keadaan. Keadaan ini bisa saja terjadi secara personal namun objeknya tidak jelas. Artinya seseorang bisa menjadi cemas tetapi sumber atau segala sesuatu yang dicemaskan tidak nyata. Kecemasan terjadi ketika seseorang merasa terancam akan fisik maupun psikologisnya (Asmadi, 2008). Menurut Jeffrey, (2005) faktor - faktor kognitif yang mempengaruhi kecemasan yaitu: prediksi berlebihan akan rasa takut, keyakinan yang *Self – Defeating* atau irasional, sensivitas berlebihan terhadap ancaman, dan *Self – Efficacy* yang rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setengahnya ibu hamil trimester III dengan gejala kecemasan ringan-sedang saat hamil trimester III, dengan kecemasan ringan hal ini menjadi suatu kewajaran bagi seorang ibu hamil dalam menghadapi kehamilannya, kecemasan ibu hamil juga bisa didukung oleh faktor usia ibu hamil dimana hampir seluruhnya 19 (95,5%) berada pada usia 20-35 tahun, artinya dengan rentang usia tersebut merupakan usia yang sehat untuk reproduksi, kematangan dan kedewasaan sudah cukup matang sehingga kesiapan dalam menjalani kehamilannya sudah cukup baik, dengan usia yang sudah siap dan dewasa maka akan mempengaruhi keadaan psikologis dalam menghadapi kehamilannya sehingga ibu hamil dalam hal ini masih berasa dalam keadaan cemas ringan-sedang dan tidak memerlukan penanganan yang khusus. Tetapi perlu perhatian agar tidak jatuh pada kecemasan yang berat yang nantinya akan membahayakan keselamatan ibu dan bayi yang dikandungnya.

Disamping faktor usia, pendidikan juga turut berkonstribusi terhadap kecemasan ibu hamil, dimana pendidikan ibu sebagian besar 15 (75%) berpendidikan SMA. Dengan pendidikan menengah maka penyerapan informasi tentang kehamilan sudah cukup baik sehingga akan mempengaruhi tingkat pengetahuannya. Dengan pengetahuan yang baik prediksi berlebihan akan rasa takut bisa diminimalisir, karena seseorang yang mengalami gangguan kecemasan sering berpikiran dengan berlebihan tentang seberapa besar ketakutan atau kecemasan yang dialami dalam situasi – situasi yang tidak nyaman dalam hal ini adalah tentang kondisi kehamilannya. Seseorang dengan gangguan kecemasan dapat mengantisipasi respons mereka terhadap stimuli penyebab takut dengan akurat agar mengurangi rasa takutnya. Orang yang *Self-Efficacy* rendah (kurang yakin pada kemampuan yang ada dalam tubuh untuk melaksanakan tugas-tugas dengan baik) cenderung fokus pada ketidakadekuatan yang dipikirkan, sehingga pendidikan dan pengetahuan merupakan hal yang penting dalam membentengi seorang ibu hamil untuk meminimalisir rasa kecemasannya.

**Hubungan Antara Peran Suami Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari dari 8 ibu hamil trimester III dengan peran suami baik dalam kehamilan didapatkan sebagian kecil ibu hamil trimester III 3 (37.5%) dengan gejala kecemasan berat, dan dari 9 ibu hamil trimester III dengan peran suami cukup baik dalam kehamilan didapatkan sebagian kecil ibu hamil trimester III 32 (22.2%) dengan gejala kecemasan berat.

Berdasarkan hasil Uji statistic dengan menggunakan Uji *Spearman's rho* didapatkan pvalue = 0,000, rho= -0.808. Karena pvalue (0.000)< α 0.05 maka ada hubungan antara peran suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar Tahun 2015 dan suami pada ibu hamil trimester III maka akan semakin menurungkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar.

Emosi seorang wanita hamil akan berbeda dengan masa sebelum hamil. Wanita cenderung sensitif, ketika masa kehamilannya meningkat. Keadaan ini akan mencapai puncaknya pada

minggu post partum dan berangsur-angsur akan turun kedalam tingkat normal antara 6-8 minggu post partum. Beberapa wanita hamil dapat mengalami stress dimana hal tersebut terjadi karena adanya penyesuaian terhadap kehamilan, kecemasan, stress yang ditimbulkan keluarga, penolakan terhadap kehamilan, tekanan sosial budaya dan lain sebagainya (Suryati, 2011).

Suami merupakan salah satu anggota keluarga yang angat berpengaruh sehingga perubahan apapun yang terjadi pada ibu akan mempengaruhi keluarga. Kehamilan merupakan krisis bagi kehidupan keluarga dan diikuti oleh stress dan kecemasan. Kehamilan melibatkan seluruh anggota keluarga. Tugas keluarga yang saling melengkapi dan dapat menghindari konflik adalah dengan cara pasangan merencanakan untuk kedatangan anaknya, mencari informasi bagaimana menjadi ibu, suami mempersiapkan peran sebagai kepala rumah tangga (Suryati, 2011).

Agar kehamilan berjalan lancar dan ibu dapat mengadakan hubungan yang sehat dengan bayinya maka reaksi ibu terhadap kehamilannya seharusnya menerima kehamilan, menghilangkan rasa takut terhadap persalinan, menerima peran ibu, menciptakan ikatan antara ibu dan bayinya. Selain itu suami juga harus mendukung kehamilan istrinya dan mengetahui perannya selama proses kehamilan sampai persalinan nantinya (Suryati, 2011).

Adanya peran suami baik dalam kehamilan tetapi masih didapatkan sebagian kecil ibu hamil dengan gejala kecemasan berat, dan adanya peran suami cukup baik dalam kehamilan tetapi masih didapatkan sebagian kecil ibu hamil trimester III dengan gejala kecemasan berat, hal ini karena ibu hamil emosi cenderung meningkat dan lebih sensitive, disamping itu bagi seorang ibu hamil, kehamilan merupakan suatu amanah yang harus dijaga dan dipelihara dengan penuh tanggung jawab apalagi kehamilannya merupakan kehamilan yang pertama sehingga ibu tidak mempunyai pengalaman sebelumnya tentang kehamilannya, sehingga hal ini merupakan stressor tersendiri bagi seorang ibu dalam menjalani hari demi hari tentang kehamilannya sehingga bisa saja walaupun peran suaminya baik tetapi ibu belum mempunyai pengalaman tentang kehamilannya maka bisa saja ibu bisa mengalami kecemasan berat. Hal ini juga di dukung oleh pendidikan ibu diaman sebagian kecil (10%) berpendidikan dasar, dengan pendidikan dasar maka penyerapan informasi tentang kehamilan kurang baik sehingga akan mempengaruhi tingkat pengetahuannya. Dengan pengetahuan yang kurang maka prediksi berlebihan akan rasa takut kurang bisa diminimalisir, karena seseorang yang mengalami gangguan kecemasan sering berpikiran dengan berlebihan tentang seberapa besar ketakutan atau kecemasan yang dialami dalam situasi yang tidak nyaman dalam hal ini adalah tentang kondisi kehamilannya. Orang yang *Self-Efficacy* rendah (kurang yakin pada kemampuan yang ada dalam tubuh untuk melaksanakan tugas-tugas dengan baik) cenderung fokus pada ketidakadekuatan yang dipikirkan, sehingga pendidikan dan pengetahuan merupakan hal yang penting dalam membentengi seorang ibu hamil untuk meminimalisir rasa kecemasannya.

Sedangkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara peran suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar. Hal ini sesuai dengan teori di atas bahwa kehamilan merupakan krisis bagi kehidupan keluarga dan diikuti oleh stress dan kecemasan sehingga peran suami sangat dibutuhkan. Kehamilan melibatkan seluruh anggota keluarga. Tugas keluarga yang saling melengkapi dan dapat menghindari konflik adalah dengan cara pasangan merencanakan untuk kedatangan anaknya, mencari informasi bagaimana menjadi ibu dan ayah, suami mempersiapkan peran sebagai kepala rumah tangga (Suryati, 2011). Dengan peran suami yang baik maka hal ini akan dapat meminimalisir kecemasan pada ibu karena ayah merupakan salah satu anggota keluarga yang sangat berpengaruh sehingga perubahan apapun yang terjadi pada ibu akan mempengaruhi keluarga.

Peran suami yang baik jika dilandasi dengan pengetahuan yang baik tentang kehamilan maka secara langsung akan mempengaruhi rasa kecemasan ibu, karena dengan pengetahuan yang baik prediksi berlebihan akan rasa takut bisa diminimalisir, karena seseorang yang mengalami gangguan kecemasan sering berpikiran dengan berlebihan tentang seberapa besar ketakutan atau kecemasan yang dialami dalam situasi – situasi yang tidak nyaman dalam hal ini adalah tentang kondisi kehamilannya. Seseorang dengan gangguan kecemasan dapat mengantisipasi respons mereka terhadap stimuli penyebab takut dengan akurat agar mengurangi rasa takutnya. Bila seseorang tidak mempunyai kemampuan untuk mengantisipasi tantangan-tantangan penuh stress dalam hidup maka akan bisa merasa cemas bila berhadapan dengan tantangan–tantangan itu dan

sebaliknya, sehingga pendidikan dan pengetahuan merupakan hal yang penting dalam membentengi seorang ibu hamil untuk meminimalisir rasa kecemasannya.

Informasi yang baik tentang kehamilan dari seorang suami, maka akan mengurasi rasa ketakutan, rasa kekhwatiran dari seorang ibu dalam menghadapi kehamilannya karena peran suami dalam mencari informasi kehamilan dirasa cukup baik oleh ibu. Perannya sebagai kepala keluarga menjadi baik sehingga akan mengurasi tingkat stress pada ibu dalam menghadapi perjalanan kehamilannya. Bagaimanapun juga seorang ibu/istri akan merasa aman jika rasa tanggungjawab, perhatian dan kasih sayang dari seorang suami setiap saat, setiap waktu selalu dicurahkan oleh ayah demi keselamatan kehamilan ibu dan selalu mendukung setiap kegiatan untuk menghadapi persiapan proses kelahiran dengan mengikuti kelas ibu hamil.

Adanya hubungan tersebut juga di pengaruhi oleh tingkat kematangan usia responden (suami) dimana hampir seluruhnya 19 (95,5%) berada pada usia 20-35 tahun, dengan usia yang relatife sudah dewasa maka setiap pengambilan keputusan untuk melakukan sesuatu yang mengacu pada setiap pengalamannya, rasa tanggung jawab terhadap keluarga sudah tumbuh dan berkembang sehingga hal ini secara langsung akan mempengaruhi poila fikir untuk bertindak sesuai peran dan kapasitasnya sebagai seorang suami dalam hal ini adalah peran dalam kehamilan. Suami merasa bertanggung jawab atas urusan kesehatan keluarga sehingga dengan sekecil apaupun terkait dengan kesehatan apalagi menyangkut kesehatan ibu dan anak merupakan tanggung jawab yang harus di embannya, saling meringankan beban tugas keluarga, saling membantu sudah merupakan kewajiban bagi suami/istri.

**Keterbatasan penelitian**

a. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional* sehingga peneliti hanya melakukan pengukuran 1 kali saja
b. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* sehingga hasil penelitian tidak bisa digeneralisasikan ke populasi
c. Waktu penelitian terbatas sehingga sampel kurang representatif

## KESIMPULAN DAN SARAN

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari 20 responden dapat disimpulkan sebagai berikut:

a. Peran suami pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan hampir setengahnya 9 (45,0%) berperan cukup baik pada ibu hamil trimester III.
b. Kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan setengahnya 10 (50,0%) dengan gejala kecemasan ringan-sedang saat hamil trimester III.
c. Ada hubungan antara peran suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar Tahun 2015.

**Saran**

a. Bagi instansi pendidikan
   Hendaknya hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai tambahan keilmuan dan bahan diskusi untuk membantu memberikan solusi menurunkan angka kematian ibu maupun bayi sebagai dampak dari stress yang berkepanjangan.
b. Bagi instansi kesehatan (PKM Sananwetan)
   Hendaknya hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi yang diharapkan dapat berguna sebagai sarana untuk merencanakan kebijakan dalam pengembangan kegiatan pelayanan kesehatan KIA untuk membantu memberikan solusi menurunkan angka kematian ibu maupun bayi sebagai dampak dari stress yang berkepanjangan bagi ibu hamil.
c. Bagi responden
   Hendaknya sebagai seorang ibu hamil lebih memotivasi diri, komunikatif dengan suami tentang kehamilan, sehingga segala sesuatunya terkait dengan kehamilan dan persiapan kelahiran bisa direncanakan dengan baik, menghindari stres baik psikis maupun fisik dan mengikuti kelas ibu hamil dan melakukan ANC secara teratur.
d. Bagi peneliti
   Peneliti selanjutnya hendaknya lebih mengembangkan penelitian kearah bagaimana pelaksaanaan kelas ibu hamil yang dikaitkan dengan varibel-variabel perancu/penghambat serta memperluas area penelitian sehingga sampel yang diambil lebih representatif.

**DAFTAR RUJUKAN**


Asmadi, 2008. *Teori Prosedural Keperawatan : Konsep dan Aplikasi Klien*. Jakarta : Salemba

Amsyah, Z. 2005. *Manajemen Sistem Informasi.* Jakarta : Gramedia Pustaka Umum

Ayu, Ida. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : EGC.

Budi, S. 2011. *Mewujudkan Hidup Beriman Dalam Bermasyarakat dan Lingkungan Hidup.* Yogyakarta : Kanisius

Hamilton, P, M. 1995. *Dasar – Dasar Keperawatan Maternitas.* Jakarta : EGC.

Hidayat, S.S, Sumarni, S. 2004. *Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan.* Jurnal Kesehatan Wiraraja Medika.

Herri,Z,P.Lubis, N,M.2010. *PengantarPsikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta : Kencana

Jefrrey, N,S. Rathus, S,A. Green, B. 2005. *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Erlangga

Nursalam. 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan,* Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika

Saminem. 2009. *Asuhan Kebidanan Kehamilan Normal*. Jakarta : EGC

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta

Suryati, R. 2011. *Asuhan Kebidanan 1: Konsep Dasar Asuhan Kehamilan.* Yogyakarta : Nuha Medika

Suririnah. 2008. *Buku Pintar dan Persalinan.* Jakarta : Gramedia Pustaka Umum.

Suwignyo, 2010. *Panduan Super Lengkap Hamil Sehat*. Semarang : Penebar Plus.

Somerville, S. Dedman, K..,Hagan, R,. Oxnam, E., Wettinger, M., Byrne, S, Dohert. 2014. *The Perinatal Anxiety Screening Scale (PASS). Journal :Archives of Woman's Mental Health, D0I: 10.1007/s00737-014-0425-8*

Tursilowati, S,R. Sulistyorini, E. 2007. *Pengaruh Peran Serta Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Proses Persalinan di Desa Jepat Lor Kecamatan Tayu Kabupaten Pati 2007*. Jurnal Kesehatan Surya Medika Yogyakarta