

Peran Aktif Suami SIAGA untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan**Dwi Nurjayanti**Keperawatan, STIKES Buana Husada Ponorogo; dwinabila56@gmail.com (koresponden)**ABSTRACT**

Family support, especially the husband during pregnancy, childbirth and the baby care period as well as the recovery of the mother after giving birth can provide enthusiasm and motivation for mothers in facing the process of becoming a mother. This study aims to determine the effect of the active role of the SIAGA husband on the level of anxiety of pregnant women in facing childbirth at RSUD dr. Darsono Kab. Pacitan. The design of this study was cross-sectional. The population of this study were all normal pregnant women in the third trimester at RSUD Dr. Darsono Pacitan. The sampling technique used was accidental sampling, so that the sample size was obtained = 38 people. Data were collected through filling out questionnaires, then analyzed to test hypotheses. Based on the results of data analysis, it can be seen that the active role of SIAGA husbands is 13.9% on the level of anxiety of pregnant women in facing the delivery process. This explains that moral support from the closest person, namely the husband, is inversely proportional to the emergence of mother's anxiety in dealing with the delivery process.

Keywords: husband on standby; anxiety; mother

ABSTRAK

Dukungan keluarga, terutama suami dalam masa kehamilan, persalinan dan masa perawatan bayi serta pemulihan ibu pasca bersalin dapat memberikan semangat dan motivasi bagi ibu dalam menghadapi proses menjadi seorang ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh peran aktif suami SIAGA terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di RSUD dr. Darsono Kab. Pacitan. Rancangan penelitian ini adalah *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil normal trimester III di RSUD Dr. Darsono Pacitan. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *accidental sampling*, sehingga diperoleh ukuran sampel = 38 orang. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner, lalu dianalisis untuk menguji hipotesis. Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa peran aktif suami SIAGA bernilai sebesar 13,9% terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan. Hal tersebut menjelaskan bahwa dukungan moral dari orang terdekat yakni suami berbanding terbalik dengan munculnya rasa cemas ibu dalam menghadapi proses persalinan.

Kata kunci: suami siaga; kecemasan; ibu

PENDAHULUAN

Persalinan menjadi saat yang dinantikan bagi ibu hamil, mesti demikian rasa cemas, khawatir bahkan rasa takut dirasakan oleh ibu hamil menjelang saat persalinan. Rasa cemas dan khawatir muncul dapat karena berbagai hal, cemas merasakan rasa sakit saat persalinan serta keselamatan ibu dan bayi menjadi ketakutan terbesar yang dirasakan oleh ibu hamil.⁽¹⁾ Kecemasan yang dirasakan muncul karena kurangnya informasi yang dibutuhkan ibu hamil sebagai bekal menghadapi persalinan dan kurangnya dukungan psikis dari orang-orang terdekat seperti suami, keluarga dan tenaga kesehatan.⁽²⁾

Wanita hamil akan mengalami perubahan psikologis mulai dari awal trimester pertama hingga menjelang proses persalinan. Perubahan sistem hormonal selama kehamilan menjadikan salah satu penyebab perubahan fisik dan psikis pada ibu hamil yang cenderung kompleks dan ibu hamil membutuhkan adaptasi terhadap perubahan yang terjadi selama masa kehamilan.⁽³⁾ Menurut hasil penelitian, sejak masa kehamilan awal, ibu hamil sudah mulai mengalami kecemasan, kecemasan cenderung mengalami peningkatan seiring dengan semakin dekatnya proses persalinan. Ibu hamil di trimester III umumnya merasakan kecemasan dalam menghadapi persalinan (52.5%) dan sisanya tidak merasakan kecemasan (47.5%).⁽³⁾

Keterlibatan suami dalam kehamilan sangat memegang peran penting, karena suami dianggap sebagai orang terdekat dan keterlibatannya dalam memberikan dukungan akan memberikan rasa tenang terhadap psikologis ibu hamil, karena kondisi psikologis seorang ibu sangat mempengaruhi kesehatan janin.

Peran aktif suami merupakan keterlibatan secara verbal dan non verbal, saran, dukungan yang nyata yang diberikan berupa kehadiran, perhatian, keterlibatan dan hal-hal lain yang mampu memberikan dukungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku. Salah satu bentuk peran suami dalam masa kehamilan dapat di

lihat dari antusias suami untuk mengetahui perubahan atau perkembangan janin dalam kandungan, memberikan sentuhan fisik ke istri yang sedang hamil ataupun berusaha berinteraksi dengan janin dalam kandungan dapat berupa sentuhan ke perut istri yang sedang hamil atau mengajak berbicara janin dalam kandungan. Informasi tentang perkembangan masa kehamilan dapat membantu suami memantau perubahan fisik dan psikologis ibu selama hamil. Dukungan yang diberikan oleh suami diharapkan mampu menjadikan ibu lebih tenang dan nyaman dalam menjalani masa kehamilan hingga proses persalinan.⁽⁴⁾

Sejumlah ketakutan mulai muncul selama trimester ketiga. Ibu hamil mulai khawatir terhadap keselamatan diri dan bayinya saat proses persalinan nantinya, ibu hamil tidak mengetahui kapan dia akan melahirkan. Ibu hamil juga mulai merasakan takut dengan rasa sakit yang akan dirasakan saat proses persalinan dan dampak fisik yang akan dialami pasca melahirkan. Rasa cemas dan khawatir yang sering muncul di trimester III ini memerlukan dukungan dari suami, keluarga dan tenaga kesehatan agar ibu hamil merasa tidak sendiri dan memiliki keyakinan mampu melewati persalinan dengan aman dan sehat. Selama masa kehamilan kondisi hormonal ibu hamil cenderung tidak stabil, hal ini menjadikan penyebab ibu hamil menjadi mudah cemas, khawatir, panik, merasakan kebingungan, mudah tersinggung, sensitif, cepat marah, dan sebagainya.⁽²⁾

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasional. Penelitian ini mengambil populasi ibu hamil trimester III dengan kriteria inklusi ibu hamil normal (tanpa penyulit atau penyakit penyerta) yang melakukan pemeriksaan di Poliklinik RSUD dr Darsono Pacitan tahun 2021. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* sehingga diperoleh sampel sejumlah 38 responden. Variabel dalam penelitian ini ada dua yaitu peran aktif suami SIAGA sebagai variabel bebas dan kecemasan ibu hamil sebagai variabel terikat. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan kedua data variabel yang akan diukur, kuesioner peran aktif suami SIAGA dan kuesioner skala HAR'S untuk mengukur kecemasan ibu hamil. Selanjutnya peneliti melakukan validasi data yang sudah terkumpul dan di uji statistik menggunakan uji regresi linier untuk menganalisis pengaruh peran aktif suami SIAGA terhadap tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan.

HASIL

Berdasarkan tabel dapat kita ketahui bahwa usia responden didominasi usia produktif (usia 21-25 tahun) sebanyak 17 orang dari total 38 responden orang (44,7%). Kecemasan menghadapi persalinan cenderung lebih sering muncul di usia 20-25 tahun. Pada usia ini khususnya di wilayah Kabupaten Pacitan seorang wanita mulai memutuskan menikah dan menjalani proses kehamilan untuk yang pertama kali.

Tabel. 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden

No	Karakteristik Responden		
1	Usia responden	Frekuensi	Persentase
	< 20 tahun	3	7,9
	21 – 25 tahun	17	44,7
	26 – 30 tahun	10	26,2
	31 – 35 tahun	6	15,7
>35 Tahun	2	5,3	
2	Paritas	Frekuensi	%
	Primigravida	13	34,2
	Multigravida	25	65,8
3	Usia suami responden	Frekuensi	%
	< 20 tahun	0	0
	21 – 25 tahun	10	26,3
	26 – 30 tahun	6	15,8
	31 – 35 tahun	14	36,8
>35 Tahun	8	21,1	
4	Pendidikan	Frekuensi	%
	SD	2	5,3
	SMP	4	10,5
	SMA	16	42,1
D3/S1/S2	16	42,1	

Tabel 2. Distribusi peran aktif suami SIAGA

No	Peran suami SIAGA	Frekuensi	Persentase
1	Baik	7	18,4
2	Cukup	18	47,4
3	Kurang	13	34,2
	Jumlah	38	100

Tabel 3. Distribusi tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan

No	Tingkat kecemasan	Frekuensi	Persentase
1	Berat	9	23,7
2	Sedang	22	57,9
3	Ringan	7	18,4
	Jumlah	38	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui peran aktif suami SIAGA 47,7% adalah cukup, sedangkan dari tabel 3 diketahui tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan 23,7% mengalami kecemasan berat; 57,9% mengalami kecemasan sedang dan 18,4% mengalami kecemasan ringan.

Dari hasil analisa diperoleh R Square sebesar 0,139 dengan kata lain bahwa peran aktif suami SIAGA berkontribusi terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

PEMBAHASAN

Perkembangan psikologis di usia ini seorang wanita melewati adaptasi perubahan peran menjadi seorang istri dan menjadi calon ibu. Pada tahap ini seseorang wanita mengalami perubahan peran yang baru sehingga tidak jarang akan merasa kebingungan atau bahkan merasakan kekhawatiran yang lebih terhadap perubahan perannya. Kecemasan menghadapi persalinan mayoritas di rasakan oleh responden primigravida, belum adanya pengalaman hamil dan menghadapi proses persalinan normal secara tidak langsung akan menambah kesiapan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan sehingga kecemasanpun muncul pada primigravida. Kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan cenderung mengalami peningkatan, mengingat situasi pandemi benar-benar menjadi suatu kewaspadaan sendiri bagi seluruh lapisan masyarakat terlebih lagi ibu hamil. Peningkatan kecemasan yang dialami ibu hamil di masa pandemi akan mempengaruhi kesiapan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan, sehingga perlu adanya penanganan dan dukungan psikis yang tepat, agar tidak mengganggu kesiapan menghadapi persalinan dan persalinan dapat berjalan dengan aman dan selamat. ⁽⁵⁾

Data penelitian menunjukkan gejala kecemasan yang sering di rasakan dari responden diantaranya sering merasa tegang, terbangun malam hari, dan buang air kecil, gejala kecemasan ini lebih sering di jumpai pada responden primigravida di dibandingkan dengan multigravida. Salah satu penelitian yang dilakukan UPT Puskesmas Kecamatan Cimanggis dan Sukmajaya Depok Jawa Barat 93,6% ibu hamil trimester ketiga memiliki kualitas tidur yang buruk. ⁽⁶⁾ Gejala kecemasan yang muncul pada responden dapat diperburuk dengan keluhan yang muncul pada masa kehamilan di trimester III karena adanya perubahan fisik yang drastis sehingga menambah ketidaknyamanan ibu hamil. Kecemasan yang dirasakan oleh ibu hamil harus mendapatkan perhatian dari orang-orang terdekat khususnya suami, karena kecemasan yang dirasakan ibu hamil akan berdampak pada kesejahteraan ibu dan janin. ⁽⁷⁾

Usia suami responden dalam penelitian ini mayoritas didominasi oleh suami yang memiliki rentang usia 30-35 tahun. Pada usia ini seorang pria sedang dalam tahap meluasnya peran dan tanggung jawab. Pada tahap ini seseorang pria menjadi lebih sadar mengenai polaritas usia muda. Seiring dengan meluasnya tanggungjawab, pada perkembangan psikologis seseorang pria mencoba mengeksplorasi kemampuannya dalam menjalankan peran, misalnya peran sebagai suami atau seorang ayah. Upaya eksplorasi ini tidak menutup kemungkinan juga akan menimbulkan kendala bagi seorang suami dalam menjalankan peran dan tanggungjawabnya. Peran suami SIAGA yang dapat dilakukan oleh suami selama mendampingi istri diantaranya mendampingi istri selama melakukan pemeriksaan, membantu mengurangi keluhan istri selama hamil, menyediakan tabungan persalinan dan membantu aktivitas ibu selama hamil. ⁽⁸⁾ Peran penting suami SIAGA dalam mendampingi kehamilan dan persalinan perlu mendapatkan perhatian masyarakat, karena selain sebagai pemegang keputusan dalam keluarga, peranan dan dukungan suami sangat penting dalam menunjang upaya menurunkan angka morbiditas dan mortalitas ibu bersalin. ⁽⁹⁾

Tahap perkembangan dewasa awal merupakan masa seseorang mencari kemandirian, pada masa reproduktif yaitu masa dimana orang pada tahapan ini sering mengalami ketidaksatabilan emosional dalam menghadapi masalah, periode isolasi sosial, periode komitmen, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada suatu hidup yang baru. Seorang pria yang menjalankan peran sebagai seorang suami dan ayah di tahap ini memerlukan informasi tentang kehamilan dan persalinan agar mampu menjalankan peran sekaligus memberikan dukungan moral kepada istri selama masa kehamilan. Dari data penelitian, lebih dari 33% suami responden belum memahami tentang perubahan fisik yang terjadi pada masa kehamilan yang sering kali menimbulkan keluhan pada ibu hamil, sehingga suami belum melakukan support mental terhadap apa yang sering menjadi keluhan ibu hamil.⁽⁴⁾

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas suami yang sudah memiliki pengalaman mendampingi istri melewati masa kehamilan, dari data penelitian suami yang memiliki pengalaman mendampingi istri selama hamil sebelumnya cenderung lebih berperan aktif dibandingkan yang lain. Pengalaman yang dimiliki oleh suami responden menunjukkan bahwa sikap dan peran aktif sebagai suami SIAGA di pengaruhi oleh pengalaman yang lalu. Pengalaman suami dalam mendampingi ibu hamil dan persalinan memberikan pengetahuan yang akan berdampak terhadap sikap suami di masa mendatang. Hampir separuh dari responden menunjukkan peran aktif SUAMI siaga dalam kategori sedang, hal ini menunjukkan bahwa dukungan dan pendampingan suami terhadap istri yang sedang hamil baik. Peran aktif suami SIAGA di tunjukkan salah satunya dengan kesiapan suami membantu merencanakan proses persalinan istri diantaranya : menyiapkan jenis transportasi yang digunakan untuk mengantar istri saat bersalin, suami mencari solusi untuk membantu mengurangi rasa tidak nyaman ibu hamil dalam menghadapi keluhan kehamilan dan suami membesarkan hati ibu atas perubahan fisik dan psikologis ataupun keluhan yang ibu rasakan selama masa kehamilan. Jika dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tadesse, dari hasil penelitian diperoleh hampir separuh dari responden tidak berperan aktif sama sekali dalam mendukung proses kehamilan istri, bahkan 1 dari 4 suami tidak memiliki tabungan untuk persalinan dan kondisi nifas, dalam penelitannya juga ditemukan hanya 1 dari 5 suami yang mengidentifikasi kebutuhan donor darah dalam menghadapi proses persalinan istri.⁽¹⁰⁾

Kecemasan menghadapi persalinan seringkali dirasakan oleh ibu hamil karena rasa takut, tidak jarang ibu hamil dalam menjalani masa kehamilannya menerima informasi salah, yang secara tidak langsung akan berdampak buruk pada psikologis ibu hamil. 1 dari 4 responden menunjukkan gejala kecemasan berupa gangguan tidur seperti sukar tidur, terbangun di malam hari, tidak nyenyak tidur sehingga sering merasakan lesu begitu bangun di pagi hari. Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil trimester III sebagai responden menunjukkan hasil bahwa dibutuhkannya peran aktif suami SIAGA dalam mendampingi masa kehamilan hingga mampu menurunkan rasa cemas yang ibu hamil rasakan terlebih menjelang proses persalinan. Dukungan psikologis suami terhadap ibu hamil akan menimbulkan rasa tenang dan menimbulkan perasaan senang dalam dirinya.⁽¹¹⁾ Dukungan orang-orang terdekat ibu hamil, khususnya seorang suami akan menumbuhkan motivasi diri ibu dalam menjalankan perubahan peran.⁽¹²⁾

Perasaan cemas dalam menghadapi proses persalinan pada primigravida disebabkan karena, belum adanya gambaran menghadapi proses persalinan. Informasi yang cukup terutama informasi mengenai kehamilan, perubahan fisik yang di alami selama masa hamil, proses persalinan dan nifas serta informasi tentang perawatan bayi baru lahir di perlukan bagi ibu dalam mendukung perubahan peran yang terjadi. Kebutuhan informasi yang terpenuhi, akan menambah kesiapan ibu dalam menghadapi perubahan peran dan dengan kesiapan yang baik cenderung akan mengurangi rasa cemas atau kekhawatiran.⁽¹³⁾

Dukungan psikologis selama masa kehamilan ternyata memiliki pengaruh positif terhadap kesiapan ibu hamil menghadapi proses persalinan. Persalinan sering menjadi hal yang dicemaskan oleh ibu hamil karena rasa sakit yang timbul selama fase pembukaan, luka yang ditimbulkan dari persalinan hingga waktu yang cukup panjang yang harus dilewati ibu jika ibu menjalani proses persalinan normal.⁽¹⁴⁾ Dukungan psikologis selama masa kehamilan senantiasa perlu di bangun untuk membentuk psikologis ibu hamil yang positif. Kondisi psikis yang positif dan stabil akan menjadikan ibu hamil lebih mudah menerima perubahan fisik selama masa kehamilan dan persalinan, dengan demikian ibu hamil dapat senantiasa bersikap tenang dan mampu menangani keluhan-keluhan selama masa kehamilan dan persalinan, baik secara mandiri ataupun bantuan dari keluarga dan tenaga kesehatan.⁽³⁾

Dukungan suami selama masa kehamilan menjadikan hal yang sangat dibutuhkan oleh seorang istri. Selama masa hamil, suami memberikan perhatian berupa senantiasa ada di samping istri untuk memberikan pertolongan jika diperlukan. Dukungan suami akan berpengaruh positif kepada psikologis ibu hamil di trimester III yang sering mengalami kecemasan. Sehingga dukungan suami memiliki peran penting terhadap kecemasan ibu hamil trimester III.⁽¹⁵⁾ Kecemasan menghadapi persalinan dapat dikelola dengan memberikan dukungan moral terhadap ibu hamil, disamping tenaga kesehatan dengan melibatkan suami harus tetap memberikan informasi-informasi yang benar mengenai proses persalinan. Suami sebagai sosok terdekat dari ibu hamil diharapkan mampu memberikan dampak

positif bagi psikologis ibu hamil, sehingga dengan kondisi psikologis yang baik ibu hamil diharapkan lebih siap menghadapi proses perubahan fisik selama masa kehamilan dan siap menghadapi proses persalinan.

Suami di dalam memberikan support mental terhadap istri pada masa kehamilan harus dibekali dengan informasi-informasi yang benar mengenai kehamilan dan persalinan, hal ini sejalan mendukung langkah keterlibatan keluarga khususnya suami di dalam memberikan perawatan selama masa kehamilan.⁽¹⁶⁾ Peran aktif suami SIAGA yang memiliki pengaruh positif terhadap kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan, diharapkan mampu ditingkatkan karena dengan peran aktif yang intensitasnya sering dan waktu yang cukup lama selama masa kehamilan, dapat memberikan rasa nyaman dan menimbulkan dampak positif terhadap kesiapan ibu hamil menghadapi proses persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh peran aktif suami SIAGA terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan dengan nilai R Square sebesar 0,139. Saran bagi tenaga kesehatan agar melibatkan peran suami dalam mendampingi istri selama hamil sehingga dapat mempersiapkan kondisi psikologis ibu hamil dalam menghadapi persalinan dan kecemasan menghadapi persalinan dapat berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Suharnah H. Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Window of Nursing Journal*. 2021.
2. Rahimah K. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Pratama Umum Pelita Hati Bangun Tapan Bantul. *Unisayogya*; 2016.
3. Kurniati A, Min Chen. Suami SIAGA: Male engagement in maternal health in Indonesia. *Health Policy and Planning*. 2017.
4. Isantika I. Pengaruh Peran Suami terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil dalam menghadapi Persalinan di Rancaengkek. 2018.
5. Angesti EPW. Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester 3 Dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi COVID-19 Di Puskesmas Benowo Dan Tenggilis'. *Surabaya: Universitas Airlangga*; 2020.
6. Rahmawati D, Ungsianik T. Anxiety, depression, and sleep quality of third trimester pregnant women. *UI Proc. HealthMed*. 2016;1.
7. Yuliani DR, Aini FN. Kecemasan Ibu Hamil dan Ibu Nifas pada Masa Pandemi Covid-19 di Kecamatan Baturraden. 2020.
8. Kusumawardai DA, Wahyuningtyas F. Faktor Predisposisi Implementasi Suami Siaga Selama Pandemi Covid-19 di Kabupaten Jember. *Jurnal Unej*. 2021.
9. Shanti EF. Peran Suami Menurunkan Kecemasan saat Proses Persalinan. *Media Ilmu Kesehatan*. 2012.
10. Tadesse M, Andualem T, Boltena. Husbands' participation in birth preparedness and complication readiness and associated factors in Wolaita Sodo town, Southern Ethiopia. *African Journal of Primary Health Care & Family Medicine*. 2018.
11. Jahya Y. Psikologi Perkembangan. Jakarta: PT. Kharisma Putra Utama; 2017.
12. Dagnun SM. Psikologi Keluarga. Jakarta: PT Raja Grafindo Penanda; 2002.
13. Heriani. Kecemasan dalam menjelang persalinan ditinjau dari paritas, usia dan tingkat pendidikan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Aisyiyah*. 2016.
14. Isnanniar, Norlita W, Gusrita S. Pengaruh Peran Suami terhadap Tingkat Kecemasan dalam menghadapi persalinan. *Photon Jurnal Sains dan Kesehatan*. 2020.
15. Corrine L, Rogers SCL, Sood SJ. Involving husbands in safe motherhood: Effects of the SUAMI SIAGA Campaign in Indonesia. *Journal of Health Communication*. 2004.
16. Suryondari CG. Hubungan antara pengetahuan tentang suami siaga dengan minat suami dalam mendampingi istri saat persalinan. *Surakarta: UNS*; 2010.