

Hubungan Dukungan Sosial Suami Dengan Motivasi Dalam Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan

Rima Melati

Raudatussalamah

Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial suami dengan motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang berada di Pekanbaru yang berjumlah 80 orang. Data dikumpulkan dengan dua buah skala yaitu skala dukungan sosial suami dan skala motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan *korelasi product moment*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,781 dengan $p = 0,000$. Hasil ini menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial suami dengan motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Semakin tinggi dukungan suami maka semakin tinggi motivasi menjaga kesehatan pada ibu hamil.

Kata kunci: dukungan sosial, motivasi, kesehatan, kehamilan.

Abstract

This research was aimed to investigate correlation between husband's social support and health care motivation in pregnant mothers. Hypotheses proposed was there's positive correlation between husband's social support and health care motivation in pregnant mother's. Subjects were 80 pregnant mothers in Pekanbaru. Instrument used in this study were husband's social support scale and health care motivation scale. Data were analyzed statistically by using product moment correlation. Statistical research found that founded coefecient correlation is (r) 0,781 ($p=0,000$). It means there are positive correlation between husband's social support and health care motivation in pregnancy. *The better husband's social support is the higher health care motivation in pregnant mothers.*

Keywords: social support, motivation, health, pregnancy

Pendahuluan

Melahirkan bayi yang normal dan sehat merupakan harapan bagi seorang ibu. Salah satu cara untuk mewujudkan harapan ini adalah dengan menjaga kesehatan selama kehamilan. menjaga kesehatan selama kehamilan dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti mengonsumsi makanan yang bergizi, melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur, istirahat yang cukup dan menjauhi segala hal yang dapat membahayakan ibu dan janin.

Menjaga dan merawat kesehatan bukanlah perkara mudah, karena masih ada ibu hamil yang masih mengabaikan kondisi kesehatannya sehingga melahirkan bayi yang tidak normal (Prasetyono, 2008). Oleh karena itu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan perlu adanya seseorang yang dapat memotivasi ibu, terutama orang-orang

yang dianggap penting oleh ibu.

Suami adalah salah satu orang yang penting dalam kehidupan seorang ibu. Suami adalah orang yang pertama dan utama dalam memberikan dorongan kepada istrinya sebelum pihak lain turut memberikan dorongan. Pada masa kehamilan kaum suami juga cenderung memberikan reaksi yang positif, serta memberikan dorongan atau dukungan terhadap istrinya (Dagun, 2002).

Suami yang memberikan dukungan yang dibutuhkan ibu hamil selama kehamilan, tentunya akan memberikan manfaat yang positif bagi ibu hamil, ibu hamil akan merasa nyaman, aman tentram dan tentunya akan menjadi termotivasi untuk menjaga kesehatan selama kehamilan. Sebagaimana penelitian yang dilakukan Johanna Gladieux terhadap 26 pasangan suami-istri yang tengah menghadapi kehamilan di California, dukungan emosional suami terhadap istri

dapat menyebabkan adanya ketenangan batin dan perasaan senang dalam diri istri. Istri akhirnya menjadi lebih mudah menyesuaikan diri dalam situasi kehamilan itu (Dagun, 2002). Sarason juga berpendapat bahwa orang yang memperoleh dukungan sosial akan mengalami hal-hal positif dalam hidupnya, memiliki harga diri, dan mempunyai pandangan yang lebih optimis (dalam Mujiadi, 2004).

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin mulai sejak konsepsi sampai permulaan persalinan (Dewi & Sunarsih, 2011). Kehamilan akan berlangsung selama 40 minggu yang dihitung dari menstruasi terakhir (Pieter & Lubis, 2010).

Pada masa kehamilan ibu akan mengalami perubahan psikologis. Menurut Octavianti (dalam Pieter & Lubis, 2010) faktor penyebab perubahan psikologis ibu hamil adalah meningkatnya produksi hormon progesteron.

Pada usia kehamilan trimester pertama umumnya ibu hamil akan merasakan suasana yang sensitif, penuh gejolak dan emosi, mudah tersinggung marah dan cemburu. Pada trimester kedua ibu hamil umumnya mulai terbiasa dengan kadar hormon yang lebih tinggi sehingga rasa tidak nyaman yang dirasakan pada saat trimester pertama mulai berkurang, ibu lebih stabil, dapat mengatur diri lebih baik dan mulai mengerti tentang kehamilannya. Memasuki kehamilan trimester ketiga, ibu hamil akan semakin mendekati kelahiran, hal ini menyebabkan ibu merasa tidak sabar menunggu kelahiran serta diliputi perasaan cemas akan kondisi janinnya (Prasetyono, 2008; Dewi & Sunari, 2011; Hulliana, 2001).

Ibu hamil tidak hanya mengalami perubahan psikologis, melainkan juga mengalami perubahan fisik. Pada trimester pertama ibu akan mengalami pembesaran payudara yang disebabkan oleh meningkatnya hormon kehamilan, ibu akan sering buang air kecil yang disebabkan karena adanya pertumbuhan rahim yang menekan kandung kemih, sulit buang air besar, mual, lelah, kram perut karena pembesaran rahim dan meningkatnya berat badan. Pada trimester kedua kondisi fisik ibu lebih sedikit nyaman, frekuensi buang air kecil dan mual mulai berkurang. Pada trimester ketiga berat ibu akan bertambah drastis antara 10,5 kg sampai 15 kg, ibu mulai merasa lelah, susah tidur, kaki tangan bengkak dan nafas pendek

(Maharani, 2010; Pieter & Lubis, 2010; Prasetyono, 2008).

Pada masa kehamilan merawat dan menjaga kesehatan menjadi sebuah keharusan jika ingin melahirkan bayi yang sehat dan normal. Menjaga kesehatan selama kehamilan dapat dilakukan dengan berbagai cara (Dewi & Sunarsih, 2011). *Pertama* melakukan asuhan kehamilan yang bertujuan untuk memfasilitasi hasil yang sehat dan positif bagi ibu dan bayinya serta menjamin agar proses alamiah tetap berjalan normal selama kehamilan.

Kedua, mengonsumsi makanan yang bergizi yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan janin. *Ketiga*, istirahat yang cukup. Ibu hamil dianjurkan untuk istirahat minimal 15 menit tiap 2 jam. *Keempat*, menghindari perilaku yang dapat membahayakan ibu dan janin, seperti perilaku merokok, minum-minuman keras dan obat-obat terlarang karena perilaku ini akan menekan perkembangan susunan syaraf pusat pada janin. *Kelima*, melakukan olah raga sederhana, seperti senam hamil, gerak jalan agar sirkulasi darah menjadi lebih baik, pencernaan baik dan tidur menjadi nyenyak.

Kehamilan merupakan proses yang penting bagi seorang wanita yang mengharapkan kehadiran seorang anak, agar kehamilan dapat berjalan sehat tentunya ibu harus termotivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. menurut Mc. Donal (dalam Sardiman, 2011), motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan atau reaksi untuk mencapai satu tujuan. Menurut Zainal (dalam Wijono, 2010) motivasi diartikan sebagai sesuatu yang bersumber dari dalam ataupun dari luar. Motivasi akan terus mengarahkan individu sampai individu tersebut menghasilkan apa yang individu tersebut hayati.

Menurut Baron (dalam Yuwono, 2005) motivasi merupakan suatu proses yang membangkitkan, mengarahkan dan menjaga atau memelihara perilaku manusia agar terarah pada tujuan. Definisi mengandung tiga komponen. *Pertama*, *arousal* merupakan komponen motivasi yang berkaitan dengan dorongan (*drive*) energi yang berada dibalik perilaku. *Kedua*, *direction* yaitu komponen yang berkaitan dengan arah tindakan yang diambil individu atau tingkah laku yang diarahkan pada pencapaian suatu tujuan. *Ketiga*, *maintanance*, yaitu seberapa lama

seseorang akan bertahan pada pilihan yang dibuatnya untuk mencapai tujuan.

Menjaga kesehatan selama kehamilan merupakan salah satu persiapan ibu hamil untuk melahirkan bayi yang sehat. Sehat adalah suatu kondisi terbebasnya tubuh dari gangguan pemenuhan dasar klien atau komunitas. Sehat merupakan keseimbangan yang dinamis sebagai dampak dari keberhasilan mengatasi stressor (Mubarak & Chayatin, 2009).

Selama masa kehamilan ibu hamil dituntut untuk selalu dalam keadaan sehat dan prima, karena prasyarat utama yang harus dipenuhi agar bayi lahir sehat adalah dengan menjaga dan merawat kesehatan kandungan (Prasetyono, 2008).

Berdasarkan berbagai teori yang telah dijelaskan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan adalah suatu proses yang membangkitkan, mengarahkan dan memelihara kesehatan selama kehamilan yang bertujuan untuk melahirkan bayi yang sehat, normal dan ibu selamat.

Menurut Taylor (dalam King, 2010) dukungan sosial adalah informasi, dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi. Dukungan sosial juga merupakan cara yang paling efektif yang dapat digunakan seseorang untuk menyesuaikan diri dari peristiwa yang sulit dan penuh tekanan (Kim, Sherman & Taylor, 2008).

Menurut Sarason (dalam Kuntjoro, 2002) dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Menurut Brownell dan Shumaker (dalam Sulistyawati, 2010) terdapat efek tidak langsung dari dukungan sosial berarti dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan individu dengan mengurangi tingkat keparahan stres dari suatu peristiwa.

Dukungan sosial dapat diperoleh dari sejumlah orang yang dianggap penting (*significant others*) seperti suami, anak, orang tua, saudara atau kerabat dan teman akrab (Kumolohadi, 2001).

House dan Kahn (dalam Kumolohadi, 2001) mengungkap bentuk-bentuk dukungan sosial yaitu, *dukungan emosional*, dukungan ini ditunjukkan melalui ekspresi empati, perhatian dan kepedulian terhadap

seseorang. *dukungan Penghargaan*, ditunjukkan melalui ekspresi orang lain tentang pandangan yang positif terhadap seseorang, dorongan atau persetujuan terhadap gagasan dan perasaan seseorang. *Dukungan instrumental*, melibatkan bantuan langsung seperti memberikan atau meminjamkan uang atau membantu mengerjakan tugas. *Dukungan Informasi*, yaitu pemberian nasehat, pengarahan, saran atau umpan balik mengenai apa yang dapat dilakukan.

Metode Penelitian

Variabel Penelitian

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah dukungan sosial suami sebagai variabel bebas dan motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan sebagai variabel terikat.

Subjek

Sampel dalam penelitian adalah ibu hamil yang berada di Pekanbaru yang berjumlah 80 orang dan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, adapun karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah sudah menikah atau memiliki suami (bukan janda) dan tinggal bersama suami.

Alat Ukur

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial suami yang disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial dari House dan Kahn (dalam Kumolohadi, 2001) yang terdiri dari 34 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,929 dan skala motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan yang peneliti susun berdasarkan komponen motivasi dari Baron (dalam Yuwono, 2005) yang terdiri dari 29 item dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,913. Kedua skala terdiri dari pernyataan *favorabel* (mendukung) dan pernyataan *unfavorabel* (tidak mendukung).

Analisis Data

Teknik analisa data yang digunakan adalah *Correlation Product Moment Pearson*, yaitu untuk melihat apakah ada hubungan antara dukungan sosial suami dengan motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan, dengan menggunakan bantuan SPSS ver. 16 for windows.

Hasil

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan *Correlation Product Moment Pearson* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,781 dengan $p=0,000$ ($p<0,01$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial suami dengan motivasi menjaga kesehatan selama kehamilan pada ibu hamil. Semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan suami maka semakin tinggi pula motivasi ibu untuk menjaga kesehatan selama kehamilan. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diberikan suami maka semakin rendah pula motivasi ibu untuk menjaga kesehatan selama kehamilan.

Hasil uji linearitas diperoleh koefisien determinasi (*R square*) sebesar 0,610, artinya dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 61% terhadap motivasi ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Analisa tambahan dalam penelitian ini dilakukan untuk mengkategorisasikan data dari variabel dukungan sosial suami dan variabel motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan ke dalam norma tertentu sehingga dapat kategorisasi secara kualitatif.

Analisa tambahan dalam penelitian ini juga dimaksudkan untuk melihat pengaruh aspek-aspek dukungan sosial suami terhadap motivasi menjaga kesehatan selama kehamilan. Kategorisasi menggunakan skor hipotetik (lihat Tabel 1).

Tabel 1 : Gambaran hipotetik Variabel Dukungan Sosial Suami dan Motivasi Dalam Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan

Variabel	Item	Nilai minimal	Nilai Maksimal	Range	Mean	Standar deviasi
Dukungan Sosial Suami	34	0	136	136	68	23
Motivasi Dalam Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan	29	0	116	116	58	19

Berdasarkan tabel 1 di atas, kategorisasi subjek pada variabel dukungan sosial suami dapat dilihat pada tabel 2 yang menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki tingkat

dukungan sosial suami yang tergolong tinggi yaitu 73 orang (91,2%) dan sedang 7 orang (8,8%).

Tabel 2 : Kategorisasi Data Variabel Dukungan Sosial Suami (X)

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 45$	0	0
Sedang	$45 \leq X < 91$	7	8.8
Tinggi	$91 \leq X$	73	91.2
Jumlah		80	100

Kategorisasi data variabel motivasi dalam menjaga kesehatan selama Kehamilan menunjukkan bahwa, 76 orang (95%) ibu hamil dalam penelitian memiliki motivasi yang

tinggi dan kategori sedang sebanyak 4 orang (5%) untuk menjaga kesehatan selama kehamilan (lihat Tabel 3).

Tabel 3 : Kategorisasi Data Variabel Motivasi Dalam Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 39$	0	0
Sedang	$39 \leq X < 77$	4	5
Tinggi	$77 \leq X$	76	95
Jumlah		80	100

Pengaruh aspek dukungan sosial suami terhadap motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Peneliti menggunakan analisa regresi berganda dengan menggunakan metode *enter*, yaitu memasukkan semua prediktor (variabel bebas) yang hendak dianalisis secara bersamaan. Prediktor-prediktor yang dianalisis tersebut adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan, instrumental dan dukungan informasi. Berdasarkan hasil analisis tersebut aspek dukungan emosional memiliki signifikansi sebesar 0,006 ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan dukungan emosional yang paling berpengaruh terhadap motivasi untuk menjaga kesehatan selama kehamilan.

Pembahasan

Hasil utama penelitian yang diperoleh dengan menggunakan *teknik korelasi product moment* dari program *SPSS 16 For windows*, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,781 dengan $P = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial suami dengan motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial suami dengan motivasi menjaga kesehatan selama kehamilan artinya semakin tinggi dukungan sosial suami yang dirasakan oleh ibu hamil maka semakin tinggi pula motivasi ibu untuk menjaga kesehatan selama kehamilan. Berdasarkan hasil analisa penelitian tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan di India tentang pemberian pendidikan antenatal kepada calon ayah yang menunjukkan peningkatan frekuensi kunjungan ibu ke klinik antenatal (Ishak, Wiledjeng & Maimunah, 2005). Antenatal atau pemeriksaan kehamilan merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan ibu hamil untuk menjaga kesehatan selama kehamilan, dengan memberikan pendidikan antenatal kepada calon ayah, diharapkan suami dapat memberikan dukungan kepada ibu hamil sehingga ibu hamil dapat memeriksakan kehamilannya secara teratur. Penelitian ini memberikan gambaran bahwa keterlibatan pria atau suami dalam memberikan bantuan atau dukungan baik berupa informasi, saran atau

nasehat selama kehamilan akan memberikan pengaruh yang positif terhadap kesehatan ibu hamil.

Dukungan sosial melibatkan hubungan sosial yang berarti, sehingga dapat menimbulkan pengaruh positif bagi si penerimanya. Ganster dan Victor (dalam Rustiana, 2006) mencatat bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan psikologis. Sejumlah penelitian juga menemukan bahwa dukungan sosial turut mempengaruhi kesehatan fisik (Rustiana, 2006). Menurut House dan Khan (dalam Mujiadi, 2004) dukungan sosial mampu menolong individu mengurangi pengaruh yang merugikan dan dapat mempertahankan diri dari pengaruh negatif. Pada masa kehamilan dukungan sosial dari suami sangat diperlukan oleh ibu hamil, agar ibu hamil menjadi bahagia dan menghayati masa kehamilannya dengan tenang sehingga ibu dapat termotivasi menjaga kesehatan selama kehamilan.

Menurut Grenberg dan Baron (dalam Yuwono, 2005) motivasi merupakan suatu proses yang membangkitkan, mengarahkan dan menjaga atau memelihara perilaku agar terarah pada tujuan. Menurut Hunt (dalam Atmaja, 2012) salah satu faktor yang dapat membuat seseorang termotivasi adalah faktor eksternal atau faktor yang ada di luar dirinya. Dalam hal ini salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi ibu menjaga kesehatan selama kehamilan adalah dukungan sosial. Dukungan yang diberikan suami secara terus-menerus tentunya akan memotivasi ibu untuk menjaga atau memelihara kesehatannya selama kehamilan.

Menurut Sudirman (dalam Ishak, Wiledjeng & Maimunah, 2005) bahwa salah satu peran laki-laki terhadap perempuan adalah mendorong perempuan untuk mendapat gizi yang seimbang selama kehamilan, karena bila istri mengonsumsi makanan yang bergizi akan mendatangkan kehamilan yang sehat sehingga dapat melahirkan dengan aman dan bayi yang sehat. Pernyataan ini semakin memperkuat hasil penelitian bahwa dorongan atau dukungan dari suami sangat berperan dalam memotivasi ibu untuk menjaga kesehatan selama kehamilan.

Berdasarkan hasil analisa tabel frekuensi, subjek penelitian memiliki dukungan sosial yang tinggi, yaitu sebanyak

73 orang (91,2%). Hasil ini menunjukkan bahwa ibu hamil dalam penelitian ini merasakan suaminya memberikan bantuan atau dukungan baik secara emosional, materi ataupun informasi. Pada variabel motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan subjek penelitian juga berada dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 76 orang (95%), artinya ibu hamil dalam penelitian memiliki keinginan dan kesadaran untuk menjaga kesehatan selama kehamilan yang diaplikasikannya dalam bentuk perilaku menjaga kesehatan seperti mengonsumsi makanan yang bergizi, istirahat yang cukup, menghindari segala hal yang dapat membahayakan ibu dan janin serta rutin melakukan pemeriksaan kehamilan setiap bulannya.

Seseorang pada dasarnya hidup berdampingan dengan orang lain, keberadaan orang lain dalam kehidupan seseorang dapat memberikan pengaruh besar dan membuat seseorang menjadi lebih berarti. Seseorang membutuhkan oranglain untuk bisa berbagi kebahagiaan dan saling membantu apabila mengalami suatu masalah (Sulistiyawati, 2010). Dukungan sosial merupakan sumber kemampuan atau bantuan yang diberikan kepada kita melalui interaksi kita dengan orang lain (Rustiana, 2006).

Menurut Rook (dalam Smet, 1994) dukungan sosial merupakan satu di antara fungsi pertalian atau ikatan sosial, yang mencakup dukungan emosional, mendorong adanya ungkapan perasaan, pemberian nasehat atau informasi, dan pemberian bantuan secara material, serta dukungan sosial menunjuk pada hubungan interpersonal yang melindungi orang-orang dari stress. Pernyataan ini memberikan penjelasan terhadap hasil penelitian yang menunjukkan bahwa 91,2 % ibu hamil merasakan dukungan sosial suami dalam kategori tinggi, hal ini disebabkan karena ibu hamil dalam penelitian ini merasakan bahwa ia benar-benar dicintai, disayangi, diperhatikan, dihargai dan benar-benar dilindungi oleh suaminya. Kondisi ini juga disebabkan karena pada masa kehamilan, suami cenderung memberikan reaksi positif serta memberikan dukungan kepada istrinya (dalam Dagun, 2002).

Hasil analisa tabel frekuensi yang menunjukkan 91,2% ibu hamil memiliki dukungan sosial suami yang tinggi. Hasil ini juga diikuti oleh motivasi ibu hamil dalam

menjaga kesehatan selama kehamilan yang juga tinggi yaitu sebanyak 95% ibu hamil. Hasil ini diperjelas dengan teori *the direct effect hypothesis* yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi memiliki perasaan kuat bahwa individu tersebut dicintai dan dihargai, ia merasa orang lain peduli terhadapnya sehingga hal inilah yang mengarahkan individu (dalam hal ini ibu hamil) kepada gaya hidup sehat yaitu menjaga kesehatan selama kehamilan (Smet, 1994).

Analisa tambahan dengan menggunakan analisis regresi dengan metode *enter*, untuk melihat pengaruh aspek-aspek dukungan sosial terhadap motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan, ternyata aspek dukungan emosional merupakan aspek yang paling berpengaruh terhadap motivasi ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan dengan signifikansi 0,006 ($p < 0,01$) dibanding dengan aspek-aspek lain seperti, dukungan penghargaan, instrumental dan informasi.

Menurut House dan Kahn (dalam Kumolohadi, 2001) dukungan emosional adalah dukungan yang ditunjukkan melalui ekspresi empati, perhatian dan kepedulian seseorang, yang membuat seseorang merasa nyaman, memiliki keyakinan dan merasa menjadi bagian dari orang lain dan dicintai. Menurut Taylor (dalam King, 2010) dukungan emosional merupakan dukungan yang bermanfaat pada situasi yang penuh stress atau tekanan, yang membuat individu seringkali merasa cemas, depresi dan khawatir.

Masa kehamilan merupakan masa kritis maternitas yang dapat menimbulkan stress (Dewi & Sunarsih, 2011). Banyak perubahan yang terjadi pada masa ini baik perubahan fisik maupun psikologis, umumnya ketika hamil ibu akan merasakan mual, lelah, pusing, cemas dan khawatir (Pra setyono, 2008). Kondisi inilah yang tampaknya membuat dukungan emosional sangat diperlukan dan bermanfaat selama kehamilan. Hal ini juga diperkuat dengan hasil penelitian di California, yang menunjukkan bahwa dukungan emosional yang diberikan suami menimbulkan ketenangan batin dan perasaan senang dalam diri ibu hamil sehingga ibu menjadi lebih mudah menyesuaikan diri dalam situasinya (Dagun, 2002). Kenyamanan psikologis inilah yang secara tidak langsung menimbu-

kan pergerakan yang positif dalam diri ibu hamil sehingga ibu menjadi termotivasi untuk menjaga kesehatan selama kehamilan.

Hasil analisa uji linearitas diperoleh koefisien determinasi (R square) sebesar 0,610 yang artinya dukungan sosial suami memberikan kontribusi sebesar 61% terhadap motivasi ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Hasil ini juga menunjukkan bahwa masih ada faktor-faktor lain sebesar 39% yang turut mempengaruhi motivasi ibu menjaga kesehatan selama kehamilan. Faktor ekonomi merupakan salah satu dari berbagai faktor yang mempengaruhi motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Faktor ekonomi dapat menjadi masalah ketika penghasilan keluarga tidak dapat memenuhi kebutuhan ibu selama kehamilan, sehingga ibu sulit untuk mengonsumsi makanan yang bergizi, makanan yang kaya akan protein, kalsium dan mineral (Dewi & Sunarsih, 2011).

Faktor kebudayaan juga turut mempengaruhi ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan, keyakinan atau kepercayaan dalam suatu kebudayaan ternyata mempengaruhi ibu dalam menjaga asupan makanannya selama kehamilan. Dengan cara menghindari makanan-makanan yang dianggap tabu oleh kebudayaan tersebut yang bertujuan untuk menghindari bayi lahir cacat (Prasetyono, 2008).

Faktor lain yang juga turut mempengaruhi adalah Fasilitas kesehatan. Fasilitas kesehatan yang memadai tentunya akan mempermudah ibu hamil untuk mencapai kondisi yang sehat (Dewi & Sunarsih, 2011). Faktor selanjutnya adalah pengetahuan, pengetahuan ibu akan pentingnya nutrisi selama kehamilan akan diaplikasikan dalam bentuk perilaku menjaga kesehatan, yaitu dengan memenuhi nutrisi yang dibutuhkan selama kehamilan (Sumaningsih, Saadah & Rahayu, 2010).

Penutup

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan mengenai hasil penelitian, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial suami dan motivasi menjaga kesehatan selama kehamilan. Dukungan sosial suami memberikan pengaruh terhadap motivasi ibu untuk menjaga kesehatan selama kehamilan. Secara umum dukungan

sosial suami yang diterima subjek penelitian tergolong tinggi, yaitu sebanyak 73 orang (91,2%) dan motivasi ibu menjaga kesehatan selama kehamilan juga tergolong tinggi yaitu sebanyak 76 orang (95%). Berdasarkan hasil analisa regresi berganda dengan metode *enter*, menunjukkan bahwa aspek-aspek yang paling berpengaruh terhadap motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan adalah aspek dukungan emosional.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang ingin disampaikan oleh peneliti, antara lain: Pertama, peneliti berikutnya yang tertarik untuk meneliti variabel motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi motivasi menjaga kesehatan selama kehamilan, seperti status sosial ekonomi, pengetahuan maupun kebudayaan. Kedua mengacu pada hasil kategorisasi yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil dalam penelitian ini memiliki dukungan sosial suami yang tinggi dan motivasi dalam menjaga kesehatan selama kehamilan yang juga tinggi. Sehubungan dengan hal itu, maka disarankan untuk peneliti selanjutnya agar menggunakan sampel yang lebih besar agar data yang diperoleh lebih bervariasi dan representatif. Ketiga, ibu hamil dan suami. Karena hasil penelitian yang menunjukkan sebagian besar ibu hamil dalam penelitian ini memperoleh dukungan sosial yang tinggi dan motivasi yang tinggi pula untuk menjaga kesehatan selama kehamilan, oleh karena itu peneliti berharap agar dipertahankan sehingga tujuan untuk melahirkan bayi sehat, normal dan ibu selamat dapat tercapai.

Daftar Pustaka

- Atmaja, Dwi. (2012). *Motivasi berprestasi*. [on-line] <http://kajianpsikologi.blogspot.com/2012/02/motivasiberprestasi.html>. diakses pada tanggal 12 Maret 2012.
- Dagun, Save. M. (2002). *Psikologi Keluarga*. Jakarta : Rineka Cipta
- Dewi, Vivian N.L & Tri Sunarsih. (2011). *Asuhan Kehamilan Untuk Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Huliana, Mellyna. (2001). *Panduan Menjalani Kehamilan Sehat*. Jakarta : Puspa swara Ishak, Syafie. Wiledjeng

- &Maimunah. (2005). Keterlibatan Suami Dalam Menjaga Kehamilan Istri Di Puskesmas Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh, Provinsi Nangroe Aceh Darrusalam. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*. Vol. 8, No. 2, h. 10. [on-line]. <http://pisjd.pdii.lipi.go.id/adminjurnal8205100106.pdf>. diakses pada tanggal 13 april 2012
- Kim. Sherman & Taylor. (2008). Culture and Social Support. *American Psychological Association*. Vol.63, No.6, h. 518. [on-line] http://www.psych.ucsb.edu/~d_sherm/akimshermantaylor.ap.2008.pdf. diakses pada tanggal 2 februari 2012
- King,A.Laura. (2010). *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Kumolohadi, Retno. (2001). Tingkat Stres Dosen Perempuan Ull ditinjau dari Dukungan Suami. *Psikologika*. Nomor 12, Tahun VI, h. 33-35
- Kuntjoro. (2002). *Dukungan Sosial Pada Lansia*. [on-line] http://www.epsiologi.com/epsi/lanjutusia_detail.asp?id=183/. diakses pada tanggal 5 desember 2011
- Maharani, Sabrina. (2010). *Hamil Sehat Ala Ibu Cerdas*. Yogyakarta : Garasi
- Mubarak, Wahid Iqbal & Nurul Chayatin. (2009). *Ilmu Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasinya*. Jakarta : Salemba Medika
- Mujiadi. (2004). Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Penolakan Terhadap Perubahan. *Jurnal Penelitian Agama*. Vol.13, No.3, h. 530. [on-line] <http://pisjd.pdii.lipi.go.id/adminjurnal13304526539.pdf>. diakses pada tanggal 16 desember 2011.
- Pieter, Herri Zan & Namora Lumongga Lubis. (2010). *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta : Kencana
- Prasetyono, Dwi Sunar. (2008). *Bimbingan Persiapan dan Perawatan Kehamilan*. Jogjakarta : Diva press
- Rustiana, Eunike R. (2006). Dukungan Sosial Dan Pengaruh Bagi Kesehatan. *Kesehatan masyarakat*. Vol.1, No.2, h. 129-130. [on-line] http://journal.unnes.ac.id/index.php/ke_masarticledownload623573 diakses pada tanggal 22 oktober 2011.
- Sardiman. (2011). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : Rajawali.
- Siswanto. 2007. *Kesehatan Mental*. Yogyakarta : Andi
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT. Grasindo
- Sulistiyawati, Ika. (2010). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Self Efficacy* dalam Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Psikologi Sosial*. Vol.1, No.1, h. 4-5. [on-line] <http://www.gunadarma.ac.id>. Diakses pada tanggal 4 november 2011
- Sumaningsih, Rahayu. Saadah & Rahayu. (2010). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Masa Hamil Dengan Sikap Dalam Memenuhi Nutrisi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. Vol. 1, No. 1, ISSN. 2086-3098, h.68-72.[on-line] http://static.schoolrack.com/files/100398295411/volume1_nomor1.pdf. diakses pada tanggal 13 april 2012.
- Wijono, sutarto. (2010). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta : Kencana
- Yuwono, Ino, dkk. (2005). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Erlangga.