

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Orientasi Kancan**

##### **4.1.1.) Profil kelurahan lorok pakjo yang berada di kecamatan ilir barat I kota Palembang**

###### **Monografi Kelurahan**

a) Sejarah

Kelurahan lorok pakjo salah satu kelurahan yang ada dalam wilayah kecamatan ilir barat I kota Palembang

b) Luas Wilayah

227 Ha

c) Batas – Batas Wilayah

- Sebelah Utara berbatasan dengan Demang Lebar Daun
- Sebelah Selatan berbatasan dengan Bukit Lama
- Sebelah Timur berbatasan dengan 26 Ilir
- Sebelah Barat berbatasan dengan Demang Lebar Daun

d) Orbitasi (Jarak dari Pusat Pemerintahan)

- Dengan kantor Gubernur Sumatera Selatan : 1,00 Km
- Dengan kantor Walikota Palembang : 1,00 Km
- Dengan kantor Camat Ilir Barat I Palembang : 0,25 Km

e) Kependudukan

- Jumlah RT/RW : 62/15
- Jumlah Penduduk : 30.652 Jiwa
- Jumlah Laki-Laki : 15.491 Jiwa
- Jumlah Perempuan : 15.161 Jiwa
- Jumlah KK : 7768 KK
- Kewarganegaraan
  - WNI : 30648 orang
  - WNA : 150 orang

- Jumlah Penduduk Menurut Agama
  - Islam : 26050 orang
  - Kristen : 2145 orang
  - Katholik : 1225 orang
  - Budha& Konghucu: 306+612= 918 orang
  - Hindu : 310 orang
- Jumlah Penduduk Berdasarkan Mata Pencarian

Mata Pencarian	Laki-Laki	Perempuan	Total
PNS	2605 org	2604 org	5209 org
Pensiunan			689 org
Pedagang Barang Kelontongan	1350 org	740 org	2.090 org
TNI	1732 org	91 org	1.823 org
Pelajar/ Mahasiswa	2759 org	3588 org	6.383 org
Wiraswasta	769 org	530 org	1299 org
Karyawan Perusahaan Swasta	3455 org	2422 org	5.877 org
Karyawan Perusahaan Pemerintah	660 org	580 org	1.240 org

- Jumlah Penduduk Menurut Mutasi
  - Meninggal : 101 org
  - Lahir : -
  - Datang : -
  - Pindah : 483 org

## f) Data Umum Kelurahan Lorok Pakjo

NO	Nama Wilayah	Jumlah KK	Jumlah Jiwa	
			L	P
1.	RW. 01 (RT. 01,02,03,04)	472	927	827
2.	RW. 02 (RT. 05,06,07,08)	479	1343	1293
3.	RW. 03 (RT. 09,10,11,12)	384	824	814
4.	RW. 04 (RT. 13,14,15,16)	452	796	786
5.	RW. 05 (RT. 17,18,19)	793	1179	1149
6.	RW. 06 (RT. 20,21,22)	726	610	1224
7.	RW. 07 (RT. 23,24,25)	344	624	535
8.	RW. 08 (RT. 26,27,28,29)	526	1172	1060
9.	RW. 09 (RT. 30,31,32)	520	1015	627
10.	RW. 10 (RT. 33,34,35)	638	1167	1147
11.	RW. 11 (RT. 36,37,38)	261	754	659
12.	RW. 12 (RT. 39,40,41,42)	270	784	748
13.	RW. 13 (RT. 43,44,45,46,57,58,60)	683	1554	1570
14.	RW. 14 (RT. 47,48,49,50,59,61,62)	654	1498	1458
15.	RW. 15 (RT. 51,52,53,54,55,56)	566	1244	1274
	JUMLAH	7768	15491	15161

## g) Jumlah Perangkat Kelurahan

- Kasi/ Seklur : 4 org
- Kaur : - org
- Staff : 5 org

## h) Pajak Bumi Dan Bangunan Tahun

- Jumlah WP : 5.344 org
- Jumlah SPPT : 5.334 org
- Jumlah Ketetapan: 4.255.266.916
- Jumlah Realisasi : 98

## i) Keamanan Kelurahan

- Jumlah Hansip : 10 org
- Alat Damkar : - buah
- Pos Kamling : 30 buah

## j) Bidang Pembangunan

- Agama
  - Sarana Peribadatan : 29 buah
  - Jumlah Masjid : 15 buah
  - Jumlah Musholla : 7 buah

- Jumlah Gereja : - buah
- Jumlah Wihara : 7 buah
- Jumlah Pura : - buah
- Kesehatan
  - Rumah Sakit Pemerintah : - buah
  - Rumah Sakit Swasta : 2 buah
- Jumlah Klinik KB : 21 buah
  - Jumlah Akseptor KB : 3527 buah
  - Jumlah Posyandu : 18 buah
  - Jumlah Puskesmas : 1 buah
  - Jumlah Puskesmas Pembantu : 2 buah
- Sarana Pendidikan
  - TK Negeri : 1 buah
  - SD Negeri : 3 buah
  - SLTP Negeri : 1 buah
  - SLTA Negeri : 2 buah
  - PT Negeri : - buah
  - TK Swasta : 9 buah
  - SD Swasta : 3 buah
  - SLTP Swasta : 3 buah
  - SLTA Swasta : 4 buah
  - PT Swasta : 2 buah
- Sarana Olahraga Kebudayaan
  - Jumlah Sarana Olahraga : 6 buah
  - Jumlah Sarana Kesenian : - buah
  - Jumlah Sarana Sosial : - buah
- Industri
  - Jumlah Jenis Usaha Industri : 3 jenis
  - Jumlah Usaha Industri : - buah
- Pertanian
  - Padi :... ha.....: - ton
  - Sayur:... ha.....: - ton
  - Buah :... ha.....: - ton
- Perikanan
  - Jumlah Jenis Usaha Perikanan : 2 jenis
  - Jumlah Usaha Perikanan : 1 ha
  - Jumlah Hasil Perikanan : - ha

- Peternakan
  - Jumlah Jenis Usaha Peternakan : 2 jenis
  - Jumlah Binatang Ternak : - ekor
  - Perdagangan Dan Jasa
    - Jumlah Jenis Sarana Perdagangan : - jenis
    - Jumlah Sarana Perdagangan : - jenis
- Perekonomian
  - Jumlah Jenis Sarana Koperasi : - jenis
  - Jumlah Sarana Koperasi : - jenis
- Perumahan
  - Rumah Permanen : 3001 buah
  - Rumah Semi Permanen : 505 buah
  - Rumah Non Permanen : 275 buah
- Kelembagaan Kelurahan
  - Jumlah Pengurus LPMK : 8 Orang
  - Jumlah Kader Pembangunan : 13 orang
  - Jumlah Kader Penggerak PKK : 27 Orang
  - Jumlah Kader PKK : 20 orang
- k) Bidang Kemasyarakatan
  - Agama
    - Majelis Taklim : 22 klpk
    - Majelis Gereja : - klpk
    - Majelis Budha : 7 klpk
    - Majelis Hindu : - klpk
  - Organisasi
    - Pramuka Gudep : 15 buah
    - LSM : 14 buah
    - Kelompok PKK : 50 buah
    - Dasawisma : 5 buah

#### **4.1.2.) VISI dan MISI Kelurahan Lorok Pakjo**

##### **VISI Kelurahan Lorok Pkjo**

Mewujudkan pelayanan publik secara prima dan tata pemerintahan yang profesional, partisipatif dan responsif dengan jiwa aparat yang berkualitas, mandiri, beriman dan bertakwa.

### **MISI Kelurahan Lorok Pkjo**

1. Menyelenggarakan pelayanan publik yang prima
2. Mengoptimalkan penyelenggaraan kegiatan di bidang pemerintahan, pembangunan dan kemasyarakatan
3. Meningkatkan partisipasi masyarakat dalam perencanaan dan pelaksanaan pembangunan
4. Mewujudkan aparatur yang berkualitas, mandiri, beriman, dan bertakwa

#### **4.1.3.) MOTTO Pelayanan Kelurahan Lorok Pakjo**

**G**= Gegas/ cepat

**E**= Efisien

**M**= Mudah

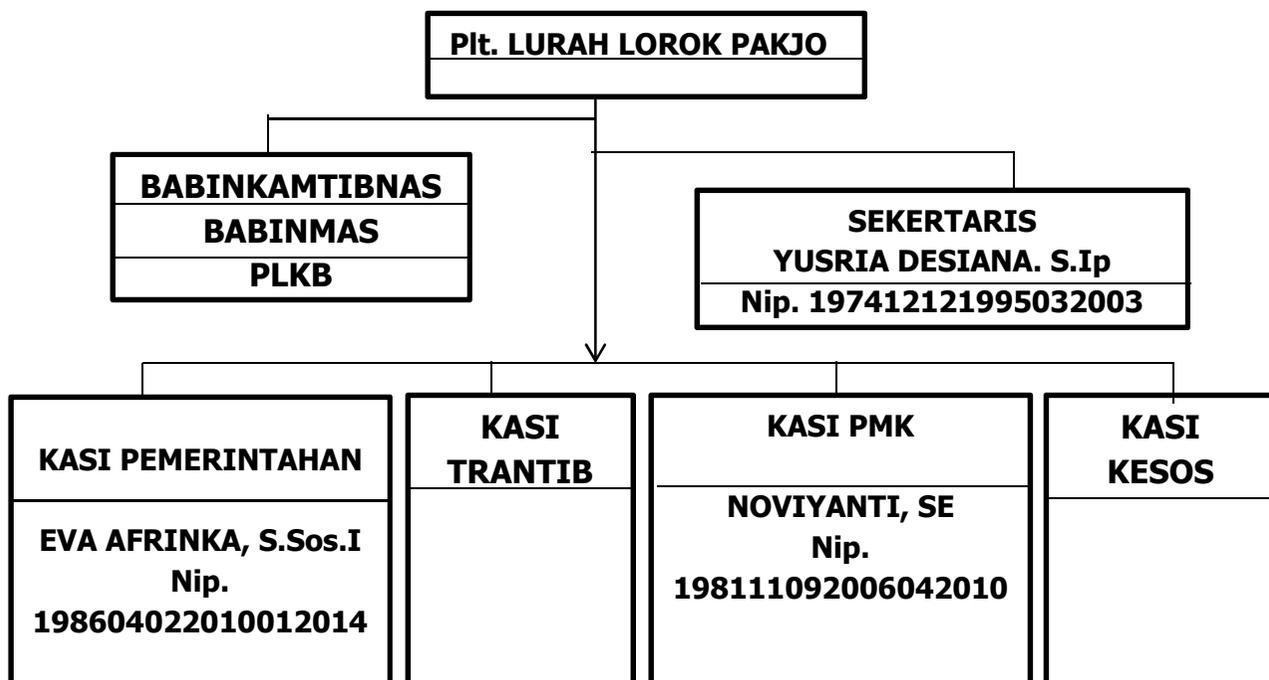
**B**= Berkualitas

**I**= Inovatif

**R**= Ramah

**A**= Akuntabel

#### **4.1.4) Struktur Organisasi Pemerintah Kelurahan Lorok Pakjo Kecamatan Ilir Barat I Palembang**



**4.1.5.) Daftar Kepegawaian Kelurahan Lorok Pakjo**

NO	NAMA/ NIP	PANGKAT/ GOL	JABATAN
1			Plt. Lurah
2	Yusria Desiana, S.IP Nip. 197412121995032003	PENATA III / C	Sekretaris Lurah
3	Noviyanti, SE Nip. 198111092006042010	PENATA III / C	KASI PMK
4	Eva Afrinika, S.Sos.I Nip. 198604022010012014	PENATA III / C	KASI PEM DAN KESRA
5	Ananda Raka Putra	-	NON PNSD
6	Merzie Aprizan, SE	-	NON PNSD
7	M. Subhan Djumli, S.IP	-	NON PNSD
8	Shinta	-	NON PNSD
9	Desi Wulandari, S.Pd	-	NON PNSD

#### **4.1.6.) Standar Pelayanan Di Kantor Lurah Lorok Pakjo**

Melayani Pembuatan

##### **I. Rekomendasi**

1. Surat rekomendasi SITU, SSUP, TDP, NPWP
2. Surat rekomendasi IMB
3. Surat rekomendasi lainnya

Persyaratan :

1. Fotocopy KK/ KTP Penanggung jawab
2. Surat pengantar dari ketua RT setempat
3. Photocopy bukti lunas PBB tahun berjalan
4. Photocopy akta pendirian perusahaan

##### **II. Surat Keterangan**

1. Surat keterangan tidak mampu
2. Surat keterangan berobat
3. Surat keterangan catatan kepolisian (skck)
4. Surat keterangan bersih diri (skbd)
5. Surat keterangan kematian
6. Surat keterangan usaha
7. Surat keterangan belum memiliki rumah
8. Surat keterangan belum menikah
9. Surat keterangan asal usul
10. Surat keterangan lainnya

Persyaratan :

1. Fotocopy KK/ KTP
2. Surat pengantar dari ketua RT setempat
3. Photocopy bukti lunas PBB tahun berjalan

##### **III. Pernyataan**

1. Surat persyaratan ahli waris
2. Pernyataan beda nama
3. Surat pernyataan lainnya

Persyaratan :

1. Fotocopy KK/ KTP (seluruh ahli waris khusus pola 1)
2. Surat pengantar dari ketua RT setempat
3. Photocopy bukti lunas PBB tahun berjalan
4. Surat keterangan kematian dari RS/ ketua RT (khusus pola 1)
5. Materai 6000 (khusus pola 1)

#### **IV. Pendaftaran**

1. Pendaftaran surat hak atas tanah
2. Pendaftaran surat lainnya

Persyaratan :

1. Fotocopy KK/ KTP pemohon
2. Photocopy bukti lunas PBB tahun berjalan
3. Bukti transaksi jual beli dibawah tangan (khusus pola 1)
4. Asas hak tanpa terpadu (khusus pola 2)

#### **4.2 Persiapan Penelitian**

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melihat dan mengobservasi situasi pada lapangan penelitian, guna mempertimbangkan kembali mengenai kelayakan subjek penelitian. Setelah itu peneliti mempersiapkan instrument pengumpulan data yang memiliki fungsi sebagai alat ukur untuk mengungkapkan kriteria-kriteria yang akan diukur. Adapun instrument yang digunakan peneliti ialah berupa panduan observasi dan panduan wawancara yang berunsurkan semi terstruktur, dimana panduan wawancara yang sudah dibuat bisa dikembangkan lagi sesuai dengan keadaan dilapangan dan juga kelengkapan data yang dibutuhkan peneliti. Instrumen yang dibuat sesuai berdasarkan dengan landasan teori-teori terkait Kecemasan dan Coping pada wanita primigravida (masa kehamilan pertamakali).

Kemudian dilanjutkan dengan persiapan administrasi dalam penelitian ini, mencakup surat izin penelitian yang di keluarkan langsung oleh pihak Fakultas Psikologi yang ditujukan kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Provinsi Sumatera Selatan yang dikeluarkan langsung oleh Wakil Dekan I Fakultas Psikologi dengan nomor: B- 481 /Un.09/IX/PP.09/06/2019 pada tanggal 21 juni 2019. Setelah mendapatkan surat izin penelitian dari Fakultas, peneliti meminta surat tembusan dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Provinsi Sumatera Selatan untuk ke Kecamatan Ilir Barat I Palembang. Selanjutnya peneliti menyerahkan surat tembusan tersebut ke Kecamatan Ilir Barat I Palembang, namun Kecamatan Ilir Barat I Palembang memperkecil jangkauan dari kecamatan menjadi kelurahan, karena jika dilihat RT pada rumah subjek, masih dalam

satu kawasan kelurahan, yaitu kelurahan Lorok Pakjo Palembang. Setelah dari Kecamatan Ilir Barat I Palembang, karena jangkauan di perkecil menjadi kelurahan, Kecamatan Ilir Barat I memberikan lagi surat tembusan kepada kelurahan Lorok Pakjo Palembang. Selanjutnya peneliti memberikan surat tembusan tersebut ke Kelurahan Lorok Pakjo guna memberikan surat tembusan lagi kepada masing-masing ketua RT, tempat dimana masing-masing subjek tinggal. Selanjutnya, setelah peneliti mendapatkan persetujuan dari masing-masing ketua RT tersebut peneliti segera melakukan penelitian berupa wawancara dan observasi.

### **4.3 Pelaksanaan Penelitian**

#### **4.3.1 Tahap Pelaksanaan**

Sebelum peneliti menemukan 3 orang subjek yang sesuai dengan kriteria peneliti, yaitu wanita yang sedang hamil pada kehamilannya yang pertamakali, yang benar-benar bersedia untuk menjadi subjek penelitian ini, peneliti sebelumnya mencari dan menanyakan informasi mengenai data-data tentang subjek melalui lingkungan sekitar, baik teman-teman peneliti, maupun tetangga dan kerabat peneliti untuk mencari ibu yang sedang hamil pertamakali yang bisa di ajak kerjasama untuk dijadikan subjek penelitian. Penentuan subjek penelitian menggunakan teknik purposive sampling yaitu sebagai teknik pemilihan subjek yang dipilih berdasarkan pada ciri- ciri yang dimiliki subjek, karena ciri-ciri tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dilakukan dan menggunakan pertimbangan tertentu misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu apa yang diharapkan dalam penelitian. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan observasi dan wawancara mengenai Kecemasan dan *Coping* pada wanita Primigravida (masa kehamilan pertama kali). Proses pengambilan data disesuaikan dengan hari dan jam yang telah disepakati bersama mengingat subjek juga memiliki aktivitas lain (seperti halnya bekerja, beristirahat dan sebagainya)

Tahapan- tahapan penelitian sebagai berikut :

Pelaksanaan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu dimulai dari tanggal 10 mei 2019 sampai dengan 3 juli 2019, dengan rangkaian penelitian yang dilaksanakan melalui beberapa proses sebagai berikut:

- 1) Meminta izin dari ketua RT setempat dimana tempat subjek tinggal, guna untuk memberi tahu bahwasannya ada dari warganya ada yang sedang diminta untuk dijadikan sebagai subjek penelitian dan wawancara, demi memenuhi kebutuhan data yang akan diambil. Izin yang dilakukan oleh peneliti yaitu untuk meminta kesediaan menjadi subjek penelitian agar bisa melakukan wawancara dan observasi dengan tujuan mendapatkan data dalam pelaksanaan penelitian.
- 2) Membangun hubungan baik atau rapport kepada subjek, dengan cara melakukan pendekatan atau komunikasi secara persuasif, sehingga subjek nyaman, aman, dan percaya kepada peneliti.
- 3) Mempersiapkan pedoman wawancara sebelum melakukan wawancara.
- 4) Mengatur janji kepada subjek untuk melakukan wawancara.
- 5) Melakukan wawancara dan observasi yang bertujuan untuk mendalami dan mengetahui hal hal yang menjadi tujuan dalam penelitian, serta mencari informasi tambahan dengan mewawancarai keluarga subjek ataupun orang terdekat subjek selama masa kehamilan.
- 6) Merahasiakan data yang diperoleh pada saat penelitian, sehingga kerahasiaan subjek tetap terjaga.

Proses pengambilan data penelitian menggunakan waktu yang fleksibel, sesuai dengan situasi dan kondisi. Pada pengambilan data dengan teknik wawancara, peneliti lebih melakukan wawancara dirumah subjek. sedangkan untuk pengambilan data teknik observasi sendiri memilih menggunakan waktu keseharian subjek serta pada saat subjek

dilakukan wawancara. Adapun jadwal pengambilan data penelitian, sebagai berikut :

**Jadwal Pengambilan Data Penelitian Dan Observasi**

No	Hari/Tanggal	Pukul	Lokasi	Keterangan
1.	10 Mei 2019	10.00-11.30	Rumah subjek	Membangun kedekatan sekaligus observasi awal
2.	12 Mei 2019	10.00-15.30	Rumah subjek	Membangun kedekatan sekaligus wawancara awal dengan subjek RP, beserta observasi subjek RP
3.	22 Mei 2019	17.00-20.00	Rumah tante peneliti pada saat acara syukuran	Membangun kedekatan awal pada subjek FTR sekaligus observasi
4.	31 Mei 2019	16.00-17.30	Rumah subjek	Membangun kedekatan kedua pada subjek FTR sekaligus observasi
5.	15 Juni 2019	16.00-17.30	Rumah subjek	Wawancara awal dengan subjek FTR sekaligus observasi
6.	22 juni 2019	19.00-19.30	Rumah keluarga subjek pada	Membangun kedekatan awal pada

			saat acara pembentukan panitia pernikahan	subjek FB sekaligus observasi
7.	23 juni 2019	10.00-10.30	Rumah subjek	Membangun kedekatan kedua pada subjek FB sekaligus observasi
8.	3 juli 2019	16.00-17.35	Rumah subjek	Wawancara awal pada subjek FB sekaligus observasi

#### 4.3.2 Tahap Pengolahan Data

Tahap pengolahan data dalam penelitian ini disesuaikan dengan tahapan analisis data, mulai dari pengumpulan data, penggabungan data, pengolahan data dengan sedemikian rupa seperti menguraikan subkategori tema, menjelaskan hasil temuan penelitian berdasarkan aspek, komponen, faktor, dimensi, dari central phenomonom penelitian, membuat kesimpulan dari temuan tersebut dengan memberikan penjelasan dari jawaban pertanyaan penelitian yang diajukan. Selanjutnya menguji keabsahan data berdasarkan informantau yang berasal dari sumber lain yang merupakan orang terdekat subjek. Deskripsi temuan tema-tema dari hasil penelitian pada Kecemasan dan Coping pada wanita Primigravida (masa kehamilan pertamakali) akan dijabarkan sesuai dengan kerangka fikir yang sudah runtut, dengan tujuan untuk mempermudah memahami bagaimana Kecemasan dan Coping pada wanita Primigravida (masa kehamilan pertamakali).

## **4.4 Hasil Penelitian**

### **4.4.1 Hasil observasi**

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan terhadap ketiga subjek, peneliti mendapatkan beberapa temuan yang peneliti rangkum sebagai berikut :

#### 1.) Subjek RP

Observasi pertama pada subjek RP dilakukan Pada tanggal 10 mei 2019 peneliti akan bertemu dengan partisipan pertama di kediaman subjek tersebut. RP tinggal di daerah Demang lebar daun, tidak jauh dari rumah sakit siti khadijah. Saat peneliti datang kerumah RP, pada saat itu subjek sedang masak di dapur bersama ibunya. Lalu peneliti dipersilahkan masuk ke dalam rumahnya oleh ibunya, karena pada saat itu yang membukakan dan menyambut peneliti adalah ibunya. Lalu ibunya mempersilahkan peneliti masuk ke dalam rumahnya dan disuruh menunggu sebentar sembari ia memanggil si RP tersebut. Tidak lama dari itu RP pun keluar menemui saya yang sedang menunggu di ruang tamunya. Pada saat itu RP sedang menggunakan baju rumahnya, yaitu daster berwarna hijau. Saya pun langsung menyalaminya dan langsung memperkenalkan diri dan apa tujuan saya datang kerumahnya. RP awalnya sedikit bingung atas kedatangan saya kerumahnya, tetapi setelah saya jelaskan sedikit apa tujuan saya, RP pun langsung menerima saya dengan ramah tamah. Belum lanjut saya menyampaikan maksud saya, RP meminta izin terlebih dahulu untuk kebelakang sebentar, lalu ketika balik lagi ternyata RP mengganti bajunya dengan baju dress panjang berwarna coklat dengan menggunakan jilbab berwarna coklat tua. Setelah itu barulah peneliti menjelaskan lagi bagaimana tujuan peneliti lebih lanjut. Setelah berbincang bincang, peneliti juga memberikan informed concent kepada RP sebagai bukti bahwa memang RP bersedia untuk peneliti jadikan sebagai

salah satu partisipan dan siap untuk di wawancarai mengenai kehamilannya. Lalu peneliti dan RP membuat janji kapan RP bersedia untuk meluangkan waktunya. RP pun bersedia kapanpun karena menurutnya dia akan selalu berada dirumah. Lalu peneliti pun meminta waktu sekitar 2 hari lagi setelah dari hari ini, dan RP pun menyetujuinya.

Observasi kedua pada subjek RP pada Pada tanggal 12 mei peneliti mendatangi lagi kerumah subjek. Tapi peneliti tidak langsung memulai wawancaranya. Subjek menggunakan baju rumahnya dengan dasternya berwarna biru. Peneliti mendatangi rumah subjek pukul 10.00 pagi. Pada saat itu subjek sedang menonton tv diruang tamunya. Lalu saya di persilahkan masuk keuang tv nya untuk ikut menonton bersamanya sambil berbincang bincang sambil peneliti mengobservasi juga keadaan subjek dan keadaan rumah subjek sambil membangun trust kepadanya. Setelah berbincang bincang, subjek izinn untuk membantu ibunya memasak didapur. Peneliti pun ikut dengan subjek memotong motong sayuran didapur. Subjek orangnya sangat humble, dan ramah. Sampai setelah selesai kita masak, masuklah waktu zuhur, peneliti pun solat zuhur dahulu dirumah subjek. Setelah itu subjek izin mandi, dan solat zuhur juga dan peneliti menunggu di ruang tamunya. Setelah subjek mandi, barulah kami memulai wawancara di ruang tamu subjek. Dengan pintu rumah yang terbuka, angin berhembus masuk dan cuaca yang tidak begitu panas. Ketika di waawancara, subjek sangat terbuka dengan cerita kehamilannya, bagaimana dia mengalami gangguan dan bagaimana dia mengatasinya. Subjek juga tidak segan segan memperagai setiap pembicaraanya. Namun memang subjek tipikal orang yang lembut, dari awal cerita sampai akhir cerita subjek tetap excited menceritakannya. Tapi pada saat pertanyaan yang

sedikit menjurus bagaimana hubungan dirinya dengan suaminya, subjek seperti sedikit malu dan hanya menceritakan alakadarnya. Tetapi untuk cerita bagaimana dia mengalami kecemasan dalam kehamilan, subjek sangat terbuka. Sehingga peneliti tidak terlalu sulit untuk menggali datanya karena subjek mau menceritakan semuanya dengan cukup detail. Setelah dari wawancara, peneliti tidak langsung pulang. Peneliti masih bercerita cerita ringan dengan subjek diluar dari pertanyaan penelitian. Hingga akhirnya peneliti pulang dari rumah subjek kurang lebih pada pukul 15.00 WIB.

## 2.) Subjek FTR

Observasi pertama pada subjek FTR Pada tanggal 22 mei 2019, subjek yang kedua ini peneliti bertemu dengan subjek pada saat acara yasinan malam di rumah tante peneliti, rumah subjek ternyata berada di sebelah rumah tante peneliti ini, jadi memang subjek adalah tetangga dekat dengan tante peneliti, di daerah demang lebar daun. Ketika lagi duduk duduk, penliti mendekati diri pada subjek yang kebetulan pada saat itu duduk disebelah peneliti. Untungnya subjek ketika peneliti ajak bicara, tidak menutup diri walaupun peneliti orang yang baru dikenalnya. Cara bicara subjek memang sedikit malu malu, namun tanggapan dia saat peneliti ajak bicara orangnya wellcome. Awalnya peneliti membicarakan hal hal yang ada di sekitar keadaan pada malam yasinan itu. Namun peneliti mulai memasukan pembicaraan bahwasannya peneliti sekarang sedang melakukan penelitian untuk ujan akhir skripsi. Subjek juga sempat bilang pada saat itu bahwa dirinya juga pernah di wawancarai oleh mahasiswa kesehatan dari universitas lain. Dan subjek menyetujui jika peneliti ingin menjadikannya sebagai subjek penelitian. Subjek terlihat masih sangat muda, cantik, kulit putih, hidung mancung, dan perut hamil yang sudah tampak. Pada saat itu subjek bilang bahwa

kehamilannya masih kurang lebih 6 bulan jalan 7 bulan. Jadi memang perutnya sudah tampak sekali. Setelah lama berbincang, dari awal acara sampai akhir acara tersebut, akhirnya peneliti meminta kontak subjek untuk pertemuan selanjutnya. Dan subjek pun memang bilang pada saat itu silahkan main saja kerumah kalau mau wawancara katanya, akhirnya peneliti membuat janji padanya untuk pertemuan selanjutnya.

Observasi kedua pada subjek FTR Pada tanggal 31 mei 2019, peneliti main kerumah tante peneliti yang berada di sebelah rumah subjek karena pada saat itu, peneliti melihat rumah subjek sepi sekali sekitar pukul 14.00 WIB. Jadi peneliti main dahulu kerumah tante peneliti. Saya sudah sempat duduk main dan semacamnya di rumah tante peneliti, sampai akhirnya kurang lebih pukul 16.00, rumah subjek baru terbuka pintunya. Setelah dari solat ashar, peneliti langsung mendatangi rumah subjek. Ternyata subjek baru bangun tidur siang. Pada saat itu subjek sedang menggunakan baju kaos berwarna putih dan celana pendek yang sedang angkat jemuran diluar rumahnya, dengan muka yang masih sembab dan mata merah seperti orang yang memang baru bangun dari tidur. Subjek pun terkejut ketika peneliti datang, tapi subjek tetap mempersilahkan peneliti masuk ke rumahnya dengan menannnyakan peneliti sudah dari jam berapa main dirumah tante. Peneliti menjawab dan subjek pun meminta maaf karena ketiduran. Peneliti menyampaikan maksud peneliti bahwa sebenarnya peneliti tidak melakukan wawancara pada hari itu. Peneliti hanya sekedar main dan berkunjung saja. Namun pada saat itu, setelah subjek mengangkat jemuran, subjek merasa gerah dan izin untuk mandi dahulu. Lalu peneliti menunggu subjek di ruang tamunya. Sembari menunggu subjek yang sedang mandi, pada saat itu ada ibu ibu yang keluar keruang

tamu, ternyata dia adalah ibu mertua subjek. Rumahnya pada saat itu hanya ada 3 orang, yaitu subjek, ibu mertua subjek, dan adik ipar subjek yang masih kecil. Karena kata ibu mertuanya suaminya dan anaknya (suami dari subjek) itu kerja kalau sehari hari, jadi memang kalau dirumah hanya mereka bertiga saja. Tidak lama dari itu subjek keluar dengan menggunakan baju kaos warna cream dan celana pendek, dan rambut yang panjang basah terurai. Setelah dari situ kami pun berbincang bincang sedikit, lalu peneliti memberikan penjelasan sedikit bahwasannya peneliti ini mahasiswa psikologi, kurang lebih sedikit gambaran bahwasannya peneliti itu ingin mengulik bagaimana kecemasan yang di hadapi subjek selama masa kehamilan. lalu subjek juga bercerita bahwasannya waktu itu mahasiswa yang pernah mewawancarainya dulu hanya sekedar dari fisik, seperti tinggi badan dan berat badan, hanya seperti itu saja kurang lebih. Jadi setelah itu, peneliti memberikan inform concern pada subjek, agar subjek bisa lebih nyaman atas data yang akan diberikannya nanti pada saat wawancara dengan peneliti. Dan juga kekonsistenan subjek untuk menjadi partisipan dalam penelitian, peneliti. Subjek pun menyetujui hal tersebut dengan menandatangani inform concern tersebut. Karena pada posisinya sedang puasa, jadi subjek tidak terlalu lama berada dirumah subjek, karena peneliti takut mengganggu subjek dan keluarganya yang sedang ingin mempersiapkan buka puasa.

Observasi ketiga pada subjek FTR, Pada tanggal 15 juni 2019, Karena terhalang dengan lebaran, jadi peneliti baru sempat mendatangi subjek pada tanggal 15 juni 2019. Pada saat itu, untungnya subjek ada dirumahnya dan tidak mudik lebaran. Untungnya subjek itu orangnya wellcome, jadi walaupun ada jarak yang lumayan jauh dari pertemuan sebelumnya, subjek tetap menerima peneliti dengan wellcome.

Peneliti dan subjek berbincang bincang sedikit, setelah itu barulah peneliti memulai wawancara pada subjek. Pada saat wawancara, subjek itu sebenarnya orangnya wellcome, namun memang subjek bukan tipikal orang yang panjang bicaranya. Subjek menjelaskan ceritanya dengan wajah yang serius pada saat menceritakan kecemasan yang dialaminya dan menggunakan bahasa tubuh gerak gerik tangannya, pada saat subjek memberitahu bahwa posisi bayinya yang sumsang. subjek juga sering merubah posisi duduknya karena bayinya cukup besar jadi subjek sering merasakan pegal. Namun subjek tetap menjawab pertanyaan sampai akhir dengan baik. Namun memang pada saat itu, suasana dirumah itu sedikit bising karena ada adiknya iparnya yang lagi bermain bersama temannya, dan ada sedikit terjeda karena pada saat itu ada suaminya yang lagi pulang sebentar dari tempat kerjanya, dan ingin mengambil sesuatu dengan bertanya pada subjek, akhirnya subjek menjawab suaminya dan membantu suaminya tersebut mengambil barangnya. Setelah itu baru kami melanjutkan lagi wawancaranya sampai akhir. Pada akhir wawancara subjek bilang, katanya asik pertanyaan pertanyaan wawancaranya, beda dengan pertanyaan wawancaranya dulu dengan mahasiswa lain yang pernah mewawancarainya juga. Subjek juga bilang tidak menyangka bahwa pertanyaannya akan seperti ini, karena memang melibatkan kesehariannya selama masa kehamilan, bukan hanya sekedar pertanyaan umum. Lalu subjek bilang kepada peneliti untuk jangan segan bertanya lagi kalau masih ada data yang kurang.

### 3.) Subjek FB

Observasi pertama pada subjek FB, Pada tanggal 25 juni 2019, peneliti bertemu dengan subjek pada saat acara pembentukan panitia pernikahan dari salah satu keluarga subjek yang berada dirumah keluarganya tersebut. Peneliti

sempat berbincang bincang pada subjek pada acara pembentukan tersebut. Peneliti dengan subjek masih bertetangga walaupun beda lorong dari rumah peneliti. Setelah dari berbincang bincang tersebut, namun tidak terlalu fokus karena subjek sering mondar mandir juga karena itu masih acara keluarganya. Tetapi peneliti sudah menjelaskan sedikit bahwa peneliti ingin mewawancarai subjek.

Observasi kedua pada subjek FB Pada tanggal 23 juni 2019 peneliti mendatangi lagi rumah subjek tersebut. Pada saat itu subjek sudah rapi seperti ingin pergi, tetapi subjek sedang menyapui ruang tamunya. Selanjutnya subjek dan peneliti berbincang bincang sedikit, penelitipun menyampaikan maksudnya lagi dengan menyambung pembicaraan yang semalam. Subjek sangat ramah orangnya, pribadinya yang ceriwis, dan supel. Subjek pun langsung menerima peneliti dengan menanggapi maksud dari peneliti, walaupun tidak bisa berlama lama karena subjek mau pergi. Peneliti lagsung memberikan informed concent pada subjek, sebagai bukti bahwa subjek memang bersedia untuk dijadikan responden dalam penelitian, peneliti. Dan juga untuk memberi tahukan bahwasannya pada saat wawancara, data subjek akan terjaga kerahasiaannya dengan adanya inform concent tersebut. Subjek pun langsung menandatangani dengan senang hati. Karena subjek mau pergi, peneliti tidak bisa berlama lama berada dirumah subjek. Dan peneliti membuat janji kapan subjek akan punya waktu dan siap untuk peneliti wawancarai.

Observasi ketiga pada subjek FB, Pada tanggal 3 juli 2019, peneliti mendatangi rumah subjek. Pada saat itu subjek baru sudah solat ashar dirumahnya terus peneliti berada di depan rumahnya sambil melihat keponakan keponakannya yang lagi main di depan rumahnya. Karena subjek orangnya wellcome, dan supel, jadi peneliti merasa tidak harus terlalu

banyak membangun kedekatan dengan subjek. Peneliti langsung memberitahukan kurang lebih maksud peneliti bawa peneliti ingin mewawancarai subjek mengenai masa kehamilannya, bagaimana gejala gejala selama kehamilannya dan juga hal apa yang sering membuat subjek cemas selama masa kehamilannya ini. Pada saat wawancara, subjek memang seperti tersengal sengal nafasnya, karena subjek memang memiliki riwayat asma. Namun sepanjang pertanyaan, subjek mampu menjawab semuanya dengan baik. namun memang subjek ini mudah tidak tahan panas, pada saat wawancara berlangsung, kipas angin yang ada dirumah subjek itu mati, jadi subjek menjadi sedikit berkeringat. Sampai saya menawarkan diri untuk menghidupkan kembali kipas tersebut. Setelah dari itu kami pun melanjutkan wawancara. Karena subjek memiliki riwayat asma, jadi subjek mudah sekali seperti terasa lelah. Jadi saya menjeda wawancara tersebut sebentar dengan bertanya kepada subjek apakah subjek masih nyaman dengan pertanyaan tersebut dan keadaannya, kalau subjek sudah merasa tidak sanggup, peneliti akan membuat jadwal lagi untuk wawancara selanjutnya. Tetapi subjek mengatakan bahwa subjek baik baik saja. Hanya perawakannya saja seperti tersengal, padahal tidak. Subjek masih baik baik saja, dan subjek meminta tidak apa apa jika dilanjutkan pertanyaannya. Pada saat wawancara sedang berlangsung juga sempat terjeda sedikit karena pada saat itu subjek membukakan trali pintu rumahnya karena adiknya baru pulang, setelah dari situ kami melanjutkan lagi wawancaranya. Subjek menjelaskan semuanya dengan rinci dan terbuka, sampai pada kejadian kejadian yang lucu yang dialami subjek ketika mengidam pun dia ceritakan, sampai kejadian mistis yang pernah di alaminya juga ia ceritakan. Dengan sedikit tertawa tawa kecil, sehingga pada saat wawancara tidak terlalu monoton, dan subjek pun

sangat ekspresif ketika menjelaskan dan sesekali juga memperagakan dengan gerak gerak tangannya pada saat dia menceritakan kejadiannya selama masa kehamilannya ini.

#### **4.4.2 Hasil Wawancara**

Pada bagian ini peneliti mendeskripsikan pengalaman subjek yang merupakan hasil analisis data wawancara pada setiap subjek. Hasil analisis tersebut peneliti sajikan dalam bentuk tema-tema sesuai dengan pengalaman subjek, yang kemudian peneliti bandingkan dengan data wawancara, hasil observasi, dan dokumentasi yang peneliti dapatkan dari informan, yang merupakan orang-orang terdekat subjek, yang mengetahui bagaimana subjek secara pasti (triangulasi data).

Pada setiap ibu hamil pasti akan merasakan Kecemasan yang memang sering kali terjadi, bahkan sudah hampir identik dengan kehamilan. apalagi pada ibu hamil yang mengandung anak pertamanya, tentulah mereka masih sangat meininim pengetahuan dan belum ada pengalaman kehamilan sebelumnya. Pada penelitian ini, subjek yang peneliti gunakan ada 2 orang, masing-masing berinisial RP, FTR, dan FB. Semua subjek masih dalam kategori dewasa awal dengan umur yang berbeda-beda. Pada subjek FTR,dan FB merupakan ibu rumah tangga, sedangkan subjek RP adalah pegawai BUMN.

Ketiga subjek mengungkapkan bahwa mereka mengalami gejala-gejala selama masa kehamilan yang sangat beragam. Mulai dari gejala-gejala yang ringan, seperti mual muntah seperti paqda umumnya, sampai dengan gejala-gejala yang khusus yang mereka alami seperti riwayat penyakit asma, asam lambung meningkat, posisi bayi sungsang dan masih banyak lagi yang mereka ungkapkan dalam hasil wawancara.

Faktor penyebab kecemasan mereka timbul pun sangat beragam. Sehingga mereka harus memiliki cara untuk

mengatasi kecemasan tersebut agar tidak teralut terbawa suasana. Karena jika kecemasan yang dialami berlarut-larut, akan memberikan dampak yang negatif pada bayi yang ada didalam kandungannya, dan bisa saja sampai membahayakan bayi tersebut serta membahayakan calon ibu tersebut. Gejala-gejala yang dialami ketiga subjek akan diungkapkan subjek, seperti yang sudah penenliti rangkum dalam tabel dibawah ini :

**Kecemasan Dan Coping Pada Wanita Primigravida Yang Memiliki Riwayat Penyakit Fisik**

Kategori tema	Kecemasan dan coping wanita primigravida yang memiliki riwayat penyakit fisik umum	Kecemasan dan coping pada wanita primigravida yang memiliki riwayat penyakit khusus			
	RP, FTR, FB	RP	FTR	FB	
Latar belakang subjek	Ketiga subjek merupakan wanita dengan kehamilan pertama. Masing-masing subjek masih dalam kategori dewasa awal dengan rentan umur 24-30	Subjek RP berusia 24 tahun	Subjek FTR berusia 25 tahun	Subjek FB berusia 27 tahun	
Bentuk gejala-gejala selama masa kehamilan subjek	Semua subjek mengalami gangguan-gangguan yang terjadi selama masa	Pada subjek RP mengalami kecemasan yang berupa asam lambung meningkat,dikar	Subjek FTR menuturkan bahwa dirinya mengalami gangguan kehamilan	Subjek FB mengatakan bahwa dirinya mengalami gangguan pada masa	

	kehamilan, seperti mual, muntah, sakit pinggang, sulit tidur, sesak nafas, asam lambung meningkat, posisi bayi sumsang, darah tinggi, dan kekurangan kalsium.	enakan desakan dari bayi yang sudah kian membesar, dan juga subjek sering mengalami sakit pinggang yang membuatnya terkadang jadi sulit tidur.	seperti mual, muntah, sulit BAB, sakit pinggang, sesak nafas, serta subjek mengalami posisi bayi yang sungsang pada usia kandungan memasuki trimester III.	kehamilannya berupa, sulit tidur, sakit pinggang, kaki bengkak, riwayat penyakit asma, darah tinggi pada masa kehamilan, serta bayinya mengalami kurang kalsium.
Faktor yang mempengaruhi kecemasan	Faktor yang mempengaruhi kecemasan ketiga subjek yaitu pengaruh lingkungan, asupan gizi, persalinan.	Subjek RP menuturkan bahwa dirinya harus lebih menjaga asupan gizinya mengingat dirinya lebih sering mengalami asam lambung yang meningkat	Subjek FTR merasa bahwa pengalaman dari orang-orang sekitarnya yang sering menjadikan dirinya timbul rasa cemas, karena ia menjadi tidak bebas untuk melakukan sesuatu, dan selalu timbul rasa takut	Subjek FB merasa bahwa dirinya selama kehamilan mengalami gangguan-gangguan yang cukup beragam, jadi subjek khawatir akan persalinannya nanti, mengingat dirinya juga memiliki riwayat penyakit asma.
Sumber kecemasan	Ketiga subjek merasakan bahwa sumber kecemasannya masing-masing	Subjek RP merasa karena diriny sering mengalami asam lambung	Subjek FTR mengungkapkan bahwa dirinya pernah mengalami	Subjek FB menuturkan bahwa yang menjadi sumber

	<p>berasal dari gangguan-gangguan yang terjadi selama masa kehamilannya. namun yang menjadi sumber ketakutan terbesarnya adalah asam lambung yang meningkat, posisi bayi sumsang, darah tinggi, asma, dan kurang kalsium.</p>	<p>yang meningkat, sehingga dirinya sering mendapatkan perawatan, karena sering keluar masuk rumah sakit. Subjek khawatir bahwa obat-obatan yang masuk pada dirinya akan berdampak pada janinnya, apalagi subjek harus sampai dilakukan endoskopi dengan cara bius total.</p>	<p>sesak nafas, sehingga membuat janinnya sempat tidak bergerak selama dirinya merasakan sesak nafas tersebut, selain itu, ia juga sangat cemas dengan persalinannya, karena saat ini usia kandungannya sudah masuk pada trimester III, namun posisi bayinya sungsang.</p>	<p>kecemasannya adalah dirinya memiliki riwayat penyakit asma, selain itu subjek pernah mengalami darah tinggi, dan bayi yang ada didalam kandungannya kekurangan kalsium.</p>
<p>Upaya subjek mengatasi kecemasan yang dialami</p>	<p>Ketiga subjek melakukan hal yang beragam, seperti mencari informasi baik dari artikel, maupun dokter, bidan dan sebagainya, bercerita kepada suami maupun keluarga, mencari aktivitas lain dengan</p>	<p>Setiap kali subjek RP mengalami kecemasan pada masa kehamilannya, subjek langsung beristighfar, solat, dan menceritakan keluhannya kepada suaminya</p>	<p>Subjek FTR mengatasinya dengan menyibukkan diri dengan menonton tv, bermain handphone, menepis pikiran negatif yang berasal dari lingkungannya dengan cara bercerita kepada orang tuanya</p>	<p>Subjek FB menuturkan bahwa dirinya berzikir setiap kali dirinya merasakan kecemasan, selain itu juga dia selalu bercerita dengan suaminya dan orang tuanya terhadap keluhannya.</p>

	menonton tv dan dan semacamnya, serta melakukan aktivitas keagamaan seperti solat, mengaji, istighrar, zikir.			
Dampak yang dirasakan subek	Semua subjek merasa lebih nyaman dan tenang	Subjek RP merasakan bahwa dirinya menjadi lebih tenang dengan menyerahkan semuanya kembali kepada Allah. Karena menurutnya kehamilan merupakan titipan dari Allah, jadi dirinya berserah diri semuanya kepada Allah	Subjek FTR merasakan nyaman ketika dirinya bercerita kepada kedua orang tuanya	Subjek FB merasakan lebih bisa berfikir jernih kembali, ketika dirinya sudah menceritakan hal hal yang mmbuatnya cemas kepada suami dan ibunya. Karena menurutnya hanya itu yang bisa menjadikannya merasa nyaman.

Selanjutnya untuk deskripsi lebih lanjut tentang kecemasan dan coping pada wanita primigravida yang memiliki riwayat penyakit fisik, peneliti akan membagi tema-tema yang muncul setiap subjek kedalam 6 tema, yakni "Latar Belakang Subjek", pada tema ini peneliti akan menjelaskan tentang biodata subjek. tema kedua yaitu "Bentuk gejala-gejala selama masa kehamilan subjek", pada tema ini peneliti akan mengungkap gejala-gejala apasaja yang subjek alami selama

masa kehamilannya. Tema ketiga "faktor yang mempengaruhi kecemasan", pada tema ini, peneliti akan melihat faktor apa saja yang menjadi sumber kecemasan pada diri subjek. Tema keempat yaitu "sumber kecemasan", pada tema ini peneliti akan melihat bagaimana dinamika kecemasan pada subjek dari berbagai gejala yang dialaminya selama masa kehamilan tersebut sehingga ada hal yang menjadi kecemasan paing tinggi menurut subjek. Tema kelima yaitu "upaya subjek menghadapi kecemasan", pada tema ini peneliti akan melihat, bagaimana upaya yang dilakukan subjek uantuk mngatasi kecemasan yang di milikinya selama masa kehamilannya. tema keenam yaitu "dampak yang dirasakan subjek", pada tema ini peneliti akan melihat bagaimana dampak yang subjek rasakan dari strategi coping yang dilakukannya untuk mengatasi kecemasan selama masa kehamilannya.

### **Tema 1 : Latar Belakang Subjek**

Tema ini menjelaskan segala yang berhubungan dengan subjek, mulai dari usia subjek hingga riwayat pendidikan subjek. Pada umumnya, ketiga subjek adalah ibu rumah tangga, namun salah satu subjek yang berinisial RP, yaitu pegawai BUMN di salah satu Bank. Hal ini dapat terlihat dari pernyataan ketiga subjek yang mengatakan bagaimana kegiatan sehari-hari yang mereka jalani.

Subjek pertama berinisial RP yang merupakan wanita berusia 24 tahun, beragama islam, subjek anak kedua dari empat bersaudara. Pendidikan terakhirnya adalah strata 1 di ITS Surabaya. Subjek merupakan seseorang yang suka merantau, hingga pada masa kehamilannya dia berada jauh baik dari suami maupun keluarganya, karena pekerjaannya. Kesehariannya selain bekerja, pada malam harinya dia mulai melakukan aktifitas layaknya ibu rumah tangga pada umumnya.

Subjek yang kedua berinisial FTR yang merupakan wanita berusia 25 tahun, beragama islam, subjek anak pertama dari lima bersaudara, subjek berasal dari Palembang. Keseharian subjek yaitu

memasak, berberes rumah dan sebagainya layaknya ibu rumah tangga.

Subjek ketiga berinisial FB yang merupakan wanita berusia 27 tahun, beragama islam, anak pertama dari dua bersaudara. Pendidikan terakhir subjek strata satu di PGRI dengan jurusan kesenian. Subjek merupakan keturunan jawa baik dari ayah maupun ibunya, namun subjek sendiri adalah orang palembang. keseharian subjek hanya membantu kegiatan ibunya dirumah, menyapu, berberes rumah dan sebagainya. Berikut kutipan wawancara dengan subjek :

*"Nama saya RP tapi biasa panggil mbak W, umur 24 tahun, agama saya islam, saya anak ke dua dari empat bersaudara, pendidikan terakhir saya S1 teknik di di surabaya, dan sekarang saya bekerja di BUMN di Bank BRI Semarang."*  
**(S1/W1/16-20)**

*"Oh, nama saya FTR, umur 25 thn, anak yang pertama dari 5 bersaudara."***(S2/W1/15-16)**

*"Asal dari Palembang"***(S2/W1/18)**

*"Nama mbak FB. Umur tahun ini masuk 27 tahun, mbak anak pertama dari 2 bersaudara. Pekerjaan mbak.. ibu rumah tangga tulah."***(S3/WI/16-18)**

*"Pendidikan terakhir itu S1, di PGRI jurusan kesenian."*  
**(S3/WI/21-22 )**

## **Tema 2 : Bentuk gejala-gejala selama masa kehamilan subjek**

Pada tema ini menjelaskan apa saja bentuk-bentuk dari kecemasan yang dialami subjek selama masa kehamilannya. apakah kecemasan yang diraskan subjek selama masa kehamilannya ini berat atau biasa saja. Dengan melihat apa saja bentuk kecemasannya,

peneliti dapat melihat bagaimana dinamika kecemasan yang dialami subjek selama masa kehamilannya tersebut.

Pada subjek RP menuturkan bahwa dirinya tidak mengalami gejala awal pada masa kehamilannya seperti muntah, morning sickness dan semacamnya seperti yang terjadi pada subjek FTR dan FB. Namun subjek RP sering mengalami asam lambung yang meningkat yang terjadi karena desakan pada rahim yang semakin membesar. Sehingga subjek sering bolak balik rumah sakit untuk mendapatkan perawatan, dan subjek sering mengalami susah tidur karena sulit untuk mendapatkan posisi yang pas.

Pada subjek FTR, ia juga merasakan hal yang sama dengan yang dialami subjek RP, yaitu sulit tidur pada malam hari yang dikarenakan sulit mendapatkan posisi tidur yang pas. Subjek FTR mengalami gejala mual muntah pada bulan awal masa kehamilannya. Subjek FTR menuturkan bahwa dirinya pernah mengamail sesak nafas sehingga membuat janin yang berada di dalam kandungannya sempat tidak bergerak. Selain itu bayi yang ada di dalam kandungannya sekarang berada pada posisi yang tidak seharusnya (sungsang).

Subjek FB mengatakan bahwa dirinya juga merasakan sulit tidur pada malam hari, namun selain dari dirinya yang sulit mendapatkan posisi tidur yang pas, subjek juga sering mengalami beberapa kali mimpi mistis selama masa kehamilannya, yang membuat dirinya merasa cemas, berkeringat, dan sering terbangun pada malam hari. Subjek juga memiliki riwayat penyakit asma, dan juga subjek pernah mengalami darah tinggi pada masa kehamilannya, padahal sebelumnya subjek tidak pernah memiliki riwayat penyakit darah tinggi tersebut. Geala lainnya juga pada bayi subjek, sempat mengalami kekurangan kalsium selama masa kehamilannya. berikut kutipan wawancara dengan subjek :

*"..gejala morning sickness atau apalah itu, Alhamdulillah saya tidak mengalami itu. Namun ketika masuk di bulan kelima dan*

*ke enam karena semakin besar rahim, jadi aa.. lambung itu semakin tertekan, sehingga saya sering bolak balik rumah sakit karena asam lambung yang meningkat..” (S1/W1/214-220)*

*”Mual palingan, meriang, muntah itu dibulan kedua. Setelah masuk trimester kedua itu dak lagi.” (S2/W1/170-171)*

*”..kemaren pas bulan ke 6 apo 7 itu pernah ngeraso sesek nafas bae sih. Soalnya waktu itu tu salah posisi tedoknyo. Kan kalo la makin besak ni makin susah posisi tedoknyo. Nah dio ni dak pacak tedok telentang cakitu. Jadi kemaren tu ayuk ni dak sadar dari miring ayuk tu bebalik jadi telentang cakitu. Disitu ayuk ngeraso sesekkk nian dak biso nafas nian, terus langsung pucett bekeringettan galo..” (S2/W1/192-201)*

*”..Nah terustu jugo pas bulan ke beapo ee.. 5 apo mendak salah kemaren, mbak ni pernah pas perikso tu apo yee kato dokternyo tu, bebbby mbak ni agak cak kurang kalsium cakituna, yang untuk tulangnyolah, caknyo mbak ni kurang makan yang mengandung kalsium cakitu..” (S3/WI/310-313)*

### **Tema 3 : Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan**

Pada tema ini peneliti akan mendeskripsikan dan mengungkapkan faktor apa saja yang bisa mempengaruhi kecemasan pada diri subjek selama masa kehamilannya. Dari faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan subjek inilah peneliti dapat melihat hal apa

*”Susah tedok. Kalo tedok nak nyari posisi yang enakk nian baru biso tedok. Terus giliran la biso tedok, la lemak posisinya, nak pipis tulah gawenyo..” (S3/WI/235-237)*

*”..Nah mbak ni kan memang ado riwayat asma, dari mbak telat mens itu memang sesak terus, asma terus..” (S3/WI/67-69)*

*”kemaren tu sempet kato dokter keno darah tinggi..” (S3/WI/278-28 )*

saja yang menjadi kecemasan terbesar dalam diri subjek selama masa kehamilannya tersebut yang akan di bahas pada tema selanjutnya.

Pada subjek RP sempat menjadikan jarak antara dirinya dan suami serta keluarganya menjadi faktor penyebab kecemasannya. Karena dirinya yang berada jauh dari suami dan keluarganya selama masa kehamilannya. Selain itu subjek juga harus menjaga pola makan dan asupan gizi untuk bayi yang ada didalam kandungannya, mengingat subjek memiliki asam lambung yang sering meningkat, baik karena salah makan dan karena desakan rahim yang kian membesar.

Subjek FTR menuturkan bahwa dirinya sering memikirkan apapun yang sering dikatakan oleh orang-orang yang ada di sekitar mengenai kehamilannya. subjek menyampaikan bahwa, dirinya menjadi lebih berhati-hati disetiap langkah yang dijalaninya selama masa kehamilannya ini karena pengalaman-pengalaman yang subjek dengar dari orang-orang sekitarnya. Selain itu subjek juga sering memikirkan bagaimana proses persalinannya kelak dan juga bagaimana bentuk tubuhnya nanti ketika setelah melahirkan. Karena subjek masih menginginkan bentuk tubuhnya yang sama seperti sebelum dirinya hamil.

Subjek FB menuturkan bahwa dirinya pernah mengalami darah tinggi pada masa kehamilannya, yang menurutnya itu akan beresiko besar pada janin yang ada di dalam kandungannya. ditambah dengan posisi subjek yang sering mengalami sulit tidur pada malam hari, subjek berfikir bahwa penyebabnya menjadi darah tinggi yaitu karena dirinya sering sulit tidur pada malam hari. Selain itu subjek juga sering mengalami mimpi mistis yang menjadi penyebab dirinya sering terbangun pada malam hari. Berikut kutipan wawancara subjek :

*"Kalau dibilang cemas, ya terkadang ada sih rasa cemas, karena belum ada pengalaman kehamilan kan, biasanya kalo tinggal dekat sama keluarga kan enak, kalau ada apa-apa bisa sudah ada yang bisa tahu duluan tentang kehamilan itu*

*bagaimana. Kalau apa apa juga bisa manja kan sama suami dan keluarga ..”(S1/W1/161-166)*

*“..mbak ni kan tipikal orang yang suka ngemil ya baik dari sebelum hamil sampai skrng hamil, jadi memang kadang ada rasa ingin makan ini itu yang terkadang tanpa disadari bisa memicu asam lambung mbak naik, seperti coklat itu ternyata bisa menjadi salah satu pemicu asam lambung naik. Belum lagi pedas, asam, kafein lainnya. Jadi dari pada mbak dapet resiko yang tidak enak nya, sakitnya, apa lagi hamil kan..”(S1/W1/648-656)*

*"Nah itulah yang buat mbak tu jadii.. tambahh.. apo yee.. tambah kepikiran kan.. nahh... sedangkan darah tinggi tu dak boleh stres jugo kan, tedok harus cukup, makoke mbak selamo "Biasonyo kalo kato uong tu dak boleh capek, dak boleh cakini dak boleh cakitu, na cak itu yang bikin ayuk takut tu.”(S2/W1/96-98)*

*"Degdegann hahaha, takut, cakmano kagek ehh, terus terkadang galak tebawak dimimpi hahaha takut kagek cakmano bakal cakmano cakitu nah.”(S2/W1/230-232)*

*"Iyoo.. sebenernyo sih iyoo yee pengennyo sih langsing yee..”(S2/W1/50-51)*  
*hamil ini malah susah tedok.”(S3/WI/301-306)*

*“..mbak jugo apo yeh.. pernah mimpi, ado ibuk ibuk kayak itunah. Ibuk ibuk kayakk..kayakk.. perasaan mbak di dalem mimpi tu dokter. Itu di usia kehamilan mbak 3 bulan. Jadi kato ibuk ibuk itu dalem mimpi mbak ngomong, sinii.. dio tu bwak tas, bejilbab. Terus katonyo sinii.. aku bantu ngeluarke anak kauu katonyo ee.. jadi uji mbak, ai idaklahh, masih kecil dio*

*nii. Idak papo katonyo kagek pas sudah di keluarke biso idup anak kau tu katonyo cakitu..” (S3/WI/531-540)*

#### **Tema 4 : Sumber Kecemasan**

Pada tema ini peneliti akan mengungkap apa saja yang menjadi sumber kecemasan utama pada diri subjek selama masa kehamilannya, sehingga menyebabkan hal tersebutlah yang menjadi fokus utama yang di khawatirkan subjek pada masa kehamilannya tersebut.

Subjek RP menuturkan bahwa dirinya sangat khawatir terhadap asam lambung yang sering meningkat pada dirinya selama masa kehamilannya tersebut, karena ketika asam lambungnya sudah kambuh, dirinya menjadi sulit untuk bernafas. Subjek menjadi sering keluar masuk rumah sakit untuk mendapatkan perawatan. Baik dari perawatan yang ringan seperti halnya membutuhkan oksigen bantuan, sampai pada dirinya yang harus dilakukan endoskopi dan dibius secara total untuk melihat bagaimana keadaan lambungnya.

Lain halnya dengan subjek FTR yang mengatakan bahwa dirinya juga sempat merasakan kecemasan karena dirinya pernah mengalami sesak nafas yang menyebabkan janin yang ada di dalam kandungannya sempat tidak bergerak. Hal tersebut dikarenakan dirinya kebanyakan makan makanan yang pedas dan salah posisi tidur. Selain itu juga subjek menuturkan bahwa pada usia kandungannya yang sudah semakin membesar ini, bayi yang ada didalam kandungannya berada pada posisi sungsang.

Pada subjek FB menuturkan bahwa dirinya juga mengalami sesak nafas, namun subjek memang memiliki riwayat penyakit asma yang sudah dimilikinya sejak kecil. Namun ketika subjek hamil, rasa sakit pada sesak yang dideritanya lebih meningkat dibandingkan dengan dirinya sebelum hamil. Karena menurutnya jika subjek saja sangat sulit untuk bernafas, bagaimana oksigen yang akan masuk pada bayi yang ada didalam kandungannya. selain itu subjek juga

mengalami darah tinggi dan juga bayinya mengalami kurang kalsium. Berikut kutipan wawancara subjek :

*"Kecemasan itu pada saat di trimester kedua itu sih pada saat bulan kelima dan keenam kalau bagi mbak yang saya rasakan cemas. Karena sering bolak balik masuk rumah sakit itu. Karna saya takut itu berimbas pada janin yang ada di kandungan saya.."* **(S1/W1/258-262)**

*"..Cuma kemaren pas bulan ke 6 apo 7 itu pernah ngerasoi sesek nafas bae sih.."* **(S2/W1/192-194)**

*"Dokternyo ngomong kalo bayi ayuk ni sumsang sekarang."* **(S2/W1/294-295)**

*"Selain memang dari pada asma mbak yang la dari dulu sampe sekarang galak kumat kumatan, dan yoo.. cukup berat jugolah resiko uong asma ni selamo hamil kan, yo rentan dari nafas mbak, rentan jugo untuk pernafasan dedeknyo.."* **(S3/W1/274-278)**

*"..kemaren tu jugo sempet kato dokter keno darah tinggi. Nahh itu yang buat mbak takut, cemass nian mbak di buatnyo. Dari yang gadis dak pernah darah tinggi ini malah nak darah tinggi.."* **(S3/W1/279-282)**

### **Tema 5 : Upaya Subjek Mengatasi Kecemasan Yang Dialami**

Pada tema ini akan mengungkapkan bagaimana upaya yang dilakukan subjek untuk mengalihkan atau bahkan menghilangkan kecemasan yang dilaminya selama masa kehamilan. Karena sadar atau tidak subjek, jika mereka terus mengalami kecemasan tanpa di tanggulangi, akan berdampak kepada janin yang ada di dalam kandungannya. Untuk itu upaya mengatasi kecemasan sangat diperlukan bagi ibu hamil, agar mereka bisa menghadapi gangguan

selama masa kehamilannya tanpa adanya perasaan cemas yang berlarut dan berlebih.

Pada subjek RP menuturkan bahwa ketika ada hal-hal yang yang mengganjal dirinya, atau ada hal yang dia rasakan dan belum dia ketahui penyebab dan solusinya, subjek sering melakukan searching di google untuk mengetahui bagaimana yang akan dia lakukan. Seperti halnya dirinya mengalami perubahan pada fisiknya, dimana perutnya menjadi bergaris dan sering kali gatal, subjek baru mengetahui bahwa itu adalah stretchmark dan dia rutin mengoleskan minyak zaitun untuk mengurangi garis dan mengurangi rasa gatalnya. Selain itu subjek juga sering menceritakan apapun kendalanya kepada suaminya pada malam hari melalui via telepon dan sebagainya. Dan juga subjek sering kali mengatasi kecemasan pada dirinya dengan melakukan aktifitas keadamaan, seperti solat, istighfar dan pasrah kepada Allah SWT.

Sama halnya dengan subjek RP, subjek FTR juga sering melakukan searching melalui internet untuk mengetahui apa saja yang menjadi ganjalan pada dirinya selama masa kehamilannya. selain itu juga subjek FTR selalu bercerita kepada ibunya setiap kali dirinya mengalami kecemasan. Dan juga dirinya tidak mau terlalu menggubris apapun yang dikatakan oleh orang-orang disekitarnya mengenai kehamilannya.

Pada subjek FB menuturkan bahwa karena dirinya sudah memiliki riwayat penyakit sebelumnya, jadi tiap kali ada hal yang mengganggu kehamilannya, subjek langsung memeriksakan kandungannya kedokter. Selain itu juga baik subjek maupun informannya menuturkan bahwa ibunya adalah kekuatan terbesar bagi dirinya. Karena subjek sehari-hari dirumah bersama ibunya, sehingga subjek selalu bercerita kepada ibunya terhap apapun yang membuatnya cemas. Selain itu juga sama halnya dengan subjek RP, subjek FB juga selalu mengalihkannya dengan kegiatan keagamaan

dengan berdzikir, solat dan sebagainya ketika dirinya mengalami kecemasan. Berikut kutipan wawancara subjek :

*"..perut saya semakin kesini semakin banyak streetmark gitu yang kaya kulitnya pecah-pecah itu. jadi saya sempat searching juga sih di internet bagaimana cara mengurangnya, setelah itu dapatkan ada yang bilang di oleskan pake minyak zaitun, terus saya coba untuk mengoleskannya pake minyak zaitun gitu kan, ya walaupun steetmark nya masih tetap ada ni tp emang ngerasa lebih enakan aja kalo di oles pake minyak zaitun, gak terlalu gatal jadinya.."* **(S1/W1/139-151)**

*"..Paling malemnya kalo ngeluh susah tidur, miring susah atau gimana, saya Cuma nelfon suami gitu aja sih.."* **(S1/W1/172-174)**

*"..Pokoknya kalau masalah persalinan mbak bener bener nyerahin aja semuanya sama Allah, dan berusaha melakukan yang terbaik, udah gitu aja hehe."* **(S1/W1/403-405)**

*"Ayuk sekarang idak galak terlalu nak dengeri omongan omongan uong lah. Yang ngomong cakmano agek cakmano, biala hahha bialah agek be pas la terjadinya agek bakal cakmano. Nambah bikin takut amen banyak denger omongan-omongan uong tu hahaha."* **(S2/W1/235-240)**

*"..Jadi sudah cek samo dokter, konsul samo dokter, tes urin, terus ambek darah, dicek takutnyo ado penyakit lain di dalem kan. Jadi dipastikee.."* **(S3/W1/287-293)**

*"lebih rajin beribadahnya. Kalo dulukan ibaratnyo masih dewekan dek, kalo sekarang ni la ado yang di dalem perut ni apo yang dilakuke uong tuonyo kan dio biso ngeraso. Ado tanggung jawab yang besarlah sekarang ni karno la bebadan duo. Kalo sekarang ni yo bener, ngedidik anak tu dari semenjak*

*dio maish di dalam kandungan kito kan. Nah itu tadi ibadahnya mbak lebih di rajini, ngaji, zikirnya di lebihke, kalo dulu masih galak lupu lupuan skerang tambah ado laki pulo galak diingeti laki, banyak banyak zikir kyakitu.”(S3/WI/671-683)*

### **Tema 6 : Dampak Yang Dirasakan Subjek**

Pada tema ini akan mengungkapkan bagaimana perasaan yang dirasakan subek, ketika dirinya sudah mengatasi perasaan cemasnya dengan berbagai upaya yang dilakukannya. Mulai dari mencari dukungan emosional dari orang-orang sekitar, mencari informasi melalui internet, dokter, dan sebagainya, serta mengalihkannya dengan melakukan aktifitas keagamaan, seperti istighfar, zikir, solat,dll.

Ketiga subjek baik subjek RP, FTR, dan FB, mereka merasakan lebih tenang ketika dirinya melakukan upaya untuk mengatasi perasaan cemas yang terjadi pada masa kehamilannya. Dan mereka menjadi lebih tau, langkah apa yang akan dilakukan selanjutnya berdasarkan informasi yang sudah mereka terima baik dari orang sekitar yang sudah memiliki pengalaman sebelumnya, dari dokter dan dari sumber lainnya. Berikut kutipan wawancara subjek :

*“..misalnya kayak saya cemas karena asam lambung, sakit, atau juga ketika saya sedang merasakan emosi, ya sebagai gantinya saya lebih perbanyak istigfar gitu, wudhu dan langsung solat biar perasaan cemas itu hilang dengan sendirinya, dan yang pasti akan ngerasain efeknya lebih tenang.”(S1/W1/673-681)*

*“Yo kalo misal ado video video yang cak itu dak usah di tonton dak usah di jingok biar plong kan biar dak katek kepikiran kesano. Terus kalo misalno ado yang cerito cerito hamil tu hini hini hitu lahh.. dak galak denger hahaha yosudah biarlah biar aku tau dewek bae agek cakmano rasonyo pas ngelahirke itu..”(S2/W1/548-554)*

*"Yo itu tadi, kalo sudah cemas, kayak sudah fikiran ni sudah kemano mano pikiran nak negatif tula, suami mbak yang negur, cepetlah ambek wudhu, terus berzikir cakitu, baco qur'an, biar lebih tenang hatinyo, terus dedeknyo jugo lebih nyaman men denger ayat ayat tukan.."(S3/WI/688-693)*

Untuk mempermudah analisa, setelah menterjemahkan kedalam suatu matrik yang telah diberikan kode, berisi tema dan juga dikategorikan masing-masing setiap subjek. Selanjutnya peneliti mendeskripsikan kembali pernyataan-pernyataan setiap subjek penelitian guna menjawab seluruh pertanyaan penelitian. Berikut pernyataan dari ketiga subjek

### **1) Pengalaman subjek RP**

Subjek berinisial RP merupakan seorang perempuan, berumur 24 tahun. Subjek adalah anak ke 2 dari 4 saudara. Subjek adalah seorang pekerja keras yang pintar dan mandiri. Sedari subjek kuliah, subjek sudah merantau dari tempat asalnya, dan hidup sendirian dikota surabaya. Sampai setelah selesai kuliah, subjek langsung bekerja di salah satu perusahaan BUMN di Bank BRI Semarang. Semasa kehamilannya subjek tidak terlalu merasakan banyak gejala-gejala kehamilan. ia hanya sering merasakan sesak karena asam lambung yang naik, dan sering merasakan sakit pinggang. Dengan begitu subjek RP selalu mencari informasi apapun dari sumber yang pasti, dan juga subjek mencurahkan keluh kesahnya kepada sang suami. Dengan begitu subjek merasa lebih tenang dalam menghadapi kecemasannya, ditambah dengan selalu berserah diri kepada Allah SWT.

### **Tema 1 : Deskripsi Latar Belakang**

Subjek berinisial RP merupakan seorang wanita karir. Pada saat ini, subjek berusia kurang lebih 24 tahun. Ia adalah anak ke 2 dari 4 saudara. Subjek beragama islam. Ia adalah seorang pekerja keras yang pintar dan mandiri. Dari dulu, pada saat subjek kuliah, ia sudah merantau dari tempat asalnya (Palembang), dan hidup sendirian di kota surabaya. Subjek dulu berkuliah di surabaya. Ketika subjek selesai kuliah, subjek langsung diterima bekerja di salah satu perusahaan BUMN yaitu di Bank BRI Semarang. Berikut ungkapan RP dalam petikan wawancaranya :

*"Nama saya RP tapi biasa panggil mbak W, umur 24 tahun, agama saya islam, saya anak ke dua dari empat bersaudara, pendidikan terakhir saya S1 teknik di di surabaya, dan sekarang saya bekerja di BUMN di Bank BRI Semarang."(S1/W1/16-20)*

*"..Asal, bisa dibilang Palembang, walaupun memang mulai dari kuliah saya suka merantau."(S1/W1/23-24)*

Menurut suaminya yaitu RGWCP, subjek RP merupakan orang yang pintar dan sangat mandiri. Karena subjek RP sudah berani merantau sendirian dari kota asalnya ke kota orang demi menuntut ilmu. Setelah dari kuliah pun subjek langsung di terima bekerja di salah satu perusahaan BUMN di semarang. Hal ini sesuai dengan ungkapan suaminya dalam petikan wawancara sebagai berikut:

*"..Mbak W ini pintar orangnya. Sampai setelah kuliah pun, dia langsung diterima kerja di Bank BRI.."(IT1/W1/39-41)*

*"..dari mbak W jaman kuliah, itu dia adalah pribadi yang mandiri, tegar. Karena dia itu merantau kan dari tempat asalnya kan disini di Palembang, dia merantau*

*ke surabaya, kuliah, bener bener seorang diri hehe..”*  
(IT1/W1/34-36)

## **Tema 2 : Keseharian Subjek**

Keseharian subjek adalah bekerja di salah satu perusahaan BUMN (Bank BRI Semarang). Tidak ada aktifitas khusus yang dilakukan setiap harinya. Sepulangnya subjek dari bekerja, subjek juga melakukan hal yang sama dengan aktivitas orang pada umumnya ketika berada dirumah yaitu, beres beres rumah, mencari makan, lalu hal yang paling di manfaatkannya adalah beristirahat setelah dari seharian bekerja. Lain lagi pada saat waktu weekend, ketika suaminya sedang berkunjung ke semarang, subjek dan suami menghabiskan waktu weekend bersama seperti kulineran, jalan-jalan, kontrol kandungan dan sebagainya. Sebagaimana *ungkapan* subjek RP pada petikan wawancara sebagai berikut:

*“Karna saya bekerja, ya setiap hari kerja, pulang kerja paling cari makan dulu, abis tu langsung pulang ke kostan. Atau memang sudah makan di kantor jadi pulang kantor langsung ke kostan, beres beres, tidur. Nah kalau udah masuk weekend baru, kan suami suka datang, jadi paling kalo weekend baru jalan, kulineran, kontrol bareng sama suami, gitu aja sih.”* (S1/W1/32-38)

Ungkapan RP diatas senada dengan yang di katakan oleh suaminya RGWCP dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*“Em.. apa yaa.. ya paling dia seharian kerja, pulang kerja ya cari makan dulu, terus mandi, paling kita telfon telfonan sebentar sambil makan itu, terus istirahat. Gitu sihh.. karna udah cape juga kan seharian kerja jadi kalo*

*pulang tu udah cepet cepetan aja beres-beres makan terus lebih ke istirahat sih.”(IT1/W1/31-37)*

### **Tema 3 : Perasaan Subjek Dan Orang Sekitar Terhadap Kehamilan Subjek**

Saat pertamakali subjek mendapatkan kehamilan, Perasaan subjek, suami, maupun orangtua subjek, semuanya sangat senang atas kehamilan pertama subjek ini. Menurut penuturan subjek bahwa, ketika subjek sudah mengalami menstruasi yang telat di setiap bulannya, subjek langsung memeriksakan dirinya menggunakan tespeck, sampai pada akhirnya subjek benar benar dinyatakan hamil oleh dokter kandungannya. walaupun pada awalnya subjek sempat merasakan degdegan karena subjek bingung kedepannya nanti akan bagaimana, tetapi subjek juga mengatakan bahwa sebagai pasangan suami istri yang baru menikah, keduanya sama sama sangat menantikan kehamilan tersebut. Sebagaimana ungkapan subjek RP dalam petikan wawancara yaitu:

*"Eee.. Yang pasti waktu itu kan karena kita yang namanya pengantin baru ingin segera mendapatkan momongan, jadi setiap kali cek di tiap bulan tu, kalau sudah telat mens bukan pasti langsung cek pake tespack, jadi perasaan itu selalu degdegan itu..”*  
(S1/W1/90-94)

Ungkapan RP diatas juga di perkuat dengan yang di katakan oleh suaminya RGWCP dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Alhamdulillah senang sekali rasanya tu.. Allah bisa langsung cepet mempercayai kami sebagai pasangan yang baru menikah, bisa diberikan kehamilan dengan*

*jarak waktu yang tidak terlalu lama,walaupun kita LDRan juga kan.. jadii rasanya tu sama-sama bener-bener bersyukur sih.”(IT1/W1/73-78).*

#### **Tema 4 : Persiapan Awal Kehamilan**

Pada persiapan awal kehamilan subjek, ia menuturkan bahwa dirinya sangat mempersiapkannya baik secara fisik maupun mentalnya. Bahkan dari sebelum pernikahan, subjek juga sudah memeriksakan dirinya ke dokter mengenai kesuburan reproduksi dan sebagainya, agar bisa lebih matang ketika sesudah menghadapi pernikahannya. Selanjutnya setelah dari pernikahan, ia sangat rutin mengkonsumsi susu kehamilan. Namun selain dari pada hal-hal fisik yang dia siapkan, menurutnya hal yang paling utama yang harus ia persiapkan adalah mentalnya. Karena masa kehamilan bukanlah masa yang singkat, melainkan kurang lebih 9 bulan bayi akan berada didalam rahimnya. Ditambah lagi dengan keadaan bahwa dirinya berada jauh baik dari suami maupun keluarga dikehamilan pertamanya ini. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan subjek RP pada kutipan wawancara sebagai berikut :

*"Upaya yang pasti itu mempersiapkan fisik dan mental. Persiapan fisik dengan minum susu..”(S1/W1/46-47)*

*"..dan juga memang saya sebelum nikah kemarin juga sudah periksa kedokter, melihat kesuburan dan kesehatan reproduksi dan sebagainya..”(S1/W1/48-51)*

*"Tapi yang lebih lagi memang harus di persiapkan itu mental sih, gimana nanti kehamilan, karena saya dan suami itu juga berjauhan kan, jadi memang betul-betul harus di persiapkan mental yang baik sih.”(S1/W1/51-55)*

Hal tersebut juga diperkuat oleh ungkapan suaminya yaitu RGWCP dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*"..sempat berbulan madu dahulu ke bali kurang lebih 2 minggulah ya kalo gak salah hehe.."*(IT1/W1/49-51)

*"..jadi memang selama liburan si mbak suka minum susu buat hamil gitulah pokoknya."*(IT1/W1/53-54)

### **Tema 5 : Perbedaan Subjek Sebelum Hamil Maupun Pada Saat Masa Kehamilan**

Menurut subjek RP, dirinya merasakan perbedaan baik secara fisik maupun secara emosi pada saat sebelum kehamilan hingga pada saat masa kehamilan ini. Kalau dilihat dari fisiknya subjek mengatakan bahwa dahulu sebelum masa kehamilan, subjek memiliki badan yang kurus, tetapi semenjak subjek hamil, badannya berubah menjadi lebih gendut, terutama pada bagian perutnya karena semakin hari perutnya semakin membesar, dan juga pada payudaranya, serta adanya streetmark pada bagian perutnya. Sedangkan pada emosinya ia merasakan bahwa selama masa kehamilan subjek menjadi lebih sensitif dan menjadi lebih gampang marah. Hal ini sesuai dengan pernyataan subjek RP dalam kutipan wawancaranya sebagai berikut :

*"..kalau dari tubuh itukan saya dulu orangnya kurus, tp semenjak hamil perut sedikit demi sedikit mulai membuncit, sampai akhirnya skrng sudah mulai membesar, payudara juga menunjukkan adanya perkembangan hormon, berat badan juga bertambah, sama yang pasti itu perut saya semakin kesini semakin banyak streetmark gitu yang kaya kulitnya pecah-pecah itu.."*(S1/W1/134-141)

*"..Secara emosi sih ya iya saya agak sedikit lebih sensitif orangnya, gampang marah sih.."* (S1/W1/54-55)

Hal ini selaras dengan apa yang di katakan oleh suami subjek yaitu RGWCP, dalam kutipan wawancaranya sebagai berikut :

*"..mbak selama gadis gak pernah gendut, ini berat badannya meningkat, perutnya juga semakin besar, tapi mbak tu gak terlalu keliatan sihh kalo gendut, paling yang paling signifikan keliatannya itu Cuma perutnya aja. Kalo yang lainnya gak terlalu keliatan sih."* (IT1/W1/33-38)

*"..mbak tu selama hamil ini mudah marah, lebih mudah tersinggung yang pasti hehe.."* (IT1/W1/127-129)

### **Tema 6 : Hubungan interpersonal**

Subjek Rp menuturkan bahwa selama masa kehamilannya ini, ia merasa sangat cukup mendapatkan dukungan sosial maupun emosi dari suami dan juga keluarganya. Karena menurutnya, sebagai pasangan suami istri itu harus saling terbuka satu sama lain, dengan begitu setiap kali ada hal hal yang ia rasakan, ia pasti langsung bercerita kepada suaminya, dan suaminya juga sangat sigap menanggapi dengan selalu memberikan sugesti yang positif. Tidak hanya sampai disitu saja, subjek juga menuturkan bahwa, jika memang sedang ada keadaan yang sangat genting, ketika subjek benar benar sedang membutuhkan suaminya, suaminya juga tidak akan berfikir panjang lagi dan langsung sesegera mungkin mendampingi subjek. Begitu juga dengan keluarganya. Walaupun subjek berjauhan dengan keluarganya, namun komunikasi dan perhatian selalu tercurahkan dari orang tuanya walaupun hanya melalui via WA atau Videocall. Tetapi secara intens selalu berkomunikasi. Hal ini sesuai dengan

pernyataan subjek RP dalam kutipan wawancaranya sebagai berikut :

*"sebagai suami istri pasti harus saling terbuka, komunikasi itu penting gitu, jadi apapun hal yang terjadi saya langsung cerita sama suami."* (S1/W1/709-712)

*"..Kebetulan saya kan posisinya di semarang dan suami di surabaya tu jadi kan gak terlalu jauh, masih bisa dijangkau dengan transportasi darat, seperti kreta atau buss gitu, jadi ya alhamdulillahnya diusahakan seminggu sekali itu ee.. ketemu gitu."* (S1/W1/600-604)

*"..suami selalu mengingatkan jangan lupa istighfar, solat, makan teratur, itu si menurut saya sudah bentuk suatu dukungan yang tidak langsung yaa.. kalau bentuk yang langsung itu, kalau mbak harus opname gitu pasti langsung datang ke semarang, langsung nemenin.."* (S1/W1/611-616)

*"Wah kalau kabar sih ya yang namanya orang tua pasti sering ibu saya nelfon, nannyain ada kendala atau tidak, kita juga memang sering WA an juga, walaupun kita jauh dan saya kerja juga tapi kita hampir setiap hari sih.."* (S1/W1/182-186)

*"..Cuma nasehat gitu, jangan telat makan, terus disuruh minum kacang hijau biar rambut janinnya lebat katanya hahah terus si ibu tu paling cerewet masalah asupan gizi sih."* (S1/W1/188-191)

Hal ini juga dibenarkan oleh suami subjek dalam wawancaranya, RGWCP mengatakan bahwa memang dia selalu berusaha menjadi suami yang siaga ketika dibutuhkan oleh istrinya. Dan dia juga membenarkan bahwa keluarga subjek seperti orang tuanya selalu menanyakan kabar subjek RP

hampir setiap hari melalui WA. Sebagaimana dalam kutipan wawancara berikut :

"..selalu berusaha menjadi suami siaga hehehe. Yang pasti komunikasi harus terus. Mbak juga apa apa selalu cerita sama mas kan, kalau dia lagi kenapa atau lagi gimana baik dari kerjanya atau apa.." (IT1/W1/329-333)

"..Dan yang pasti saya gak pernah tinggal selalu memberikan pikiran yang positif sama mbak.." (IT1/W1/341-343)

"..si ibunya mbak ni paling sering nelfon, wa, nyuruh makan, jangan telat, terus kalau bisa makanan tu yang bergizi, terus juga banyak nyaranin makan makan yang kayak kacang kedelai, dan semacamnyalahh gitu. Memang sering sii ibunya mbak ni nannya, gimana ada kendala atau gimana gak selama hamil gitu.." (IT1/W1/188-196)

### **Tema 7 : Berbagai gejala yang dialami subjek selama masa kehamilan**

Subjek RP menuturkan bahwa selama masa kehamilannya, ia tidak terlalu banyak merasakan gejala-gejala kehamilan pada umumnya, seperti muntah, mual, atau yang namanya morning sickness yaitu mual dan muntah pada pagi hari. Namun ia hanya sering mengalami peningkatan asam lambung atau sakit magh, hal itu diakibatkan oleh bayinya yang semakin hari semakin membesar sehingga mendesak lambung yang ada pada tubuhnya. Akibatnya ia sering merasakan sesak akibat asam lambung yang naik tersebut. Selain dari pada itu subjek juga merasakan susah mendapatkan posisi tidur yang nyaman karena sakit pinggang, sehingga subjek jadi sering

sulit untuk tidur pada malam hari. Sebagaimana ungkapan subjek RP dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"..gejala morning sickness atau apalah itu, Alhamdulillah saya tidak mengalami itu. Namun ketika masuk di bulan kelima dan ke enam karena semakin besar rahim, jadi aa.. lambung itu semakin tertekan, sehingga saya sering bolak balik rumah sakit karena asam lambung yang meningkat.."(S1/W1/214-220)*

*"..kalau malam itu agak susah tidur, miring kanan kiri gitu, lebih ke posisi tidur sih. Kadang kalau lama menghadap kanan suka sesak, terus pindah posisi.."(S1/W1/243-246)*

Hal ini selaras dengan yang dikatakan oleh suaminya yaitu RGWCP dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"..mbak tu cuma sering bermasalah sama magh aja. Semakin besar kehami lannya, semakin sering sakit maghnya, karna kan bayi nya tu ngedesak lambungnya yang nyebabin asam lambung nya jadi naik. Karna itu juga mbak jadi sering bulak balik rumah sakit, masuk UGD karna sampe butuh oksigen dan suntikan penghilang rasa sakitnya.."(IT1/W1/210-216)*

*"..dia cerita, kalau dia suka sakit pinggang kalo malem, jadinya susah tidur karna belum dapet posisi yang pas.."(IT1/W1/145-147)*

### **Tema 8 : Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan**

Subjek RP mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasannya itu berasal dari beberapa hal, mulai dari subjek yang berada jauh dari keluarganya selama masa kehamilannya, dimana sebenarnya subjek ada perasaan ingin untuk dekat dengan keluarganya, berkumpul,

berkeluhkesah, dan bisa mendapatkan pengalaman tentang kehamilan. Selanjutnya subjek juga merasa bahwa dia harus menjaga asupan gizinya selama kehamilan, dikarenakan subjek sering merasakan asam lambung yang meningkat, seperti halnya sakit magh, yang dikarenakan bayi yang semakin membesar sehingga kalau dia tidak menjaga asupan makannya, akan terjadi hal hal yang dapat memicu naiknya asam lambung tersebut yang berasal dari makanan yang tanpa dia sadari seperti coklat dan sebagainya. Hal lain yang juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasannya yaitu, pada saat awal pemeriksaan kehamilannya, dokter mengatakan baru adanya kantung rahim dan belum tampak janin. Sehingga subjek merasakan perasaan yang shock dan cemas. Karena seubjek merasa bahwa itu adalah awal kehamilannya dan merupakan kehamilan yang pertama, sehingga subjek harus bisa membiasakan diri bahwa kedepannya pasti bakalan ada hal hal lain yang bisa memicu dirinya untuk menjadi cemas dalam menghadapi masa kehamilannya. Sebagaimana ungkapan RP dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"Kalau dibilang cemas, ya terkadang ada sih rasa cemas, karena belum ada pengalaman kehamilan kan, biasanya kalo tinggal dket sama keluarga kan enak, kalau ada apa-apa bisa sudah ada yang bisa tahu duluan tentang kehamilan itu bagaimana. Kalau apa apa juga bisa manja kan sama suami dan keluarga .."*  
(S1/W1/161-166)

*"..mbak ni kan tipikal orang yang suka ngemil ya baik dari sebelum hamil sampai skrng hamil, jadi memang kadang ada rasa ingin makan ini itu yang terkadang tanpa disadari bisa memicu asam lambung mbak naik, seperti coklat itu ternyata bisa menjadi salah satu*

*pemicu asam lambung naik. Belum lagi pedas, asam, kafein lainnya. Jadi dari pada mbak dapet resiko yang tidak enak, sakitnya, apa lagi hamil kan..* (S1/W1/648-656)

*"..jadi begitu mengetahui telat menstruasi, terus tespeck lalu kedokter itukan tidak langsung dinyatakan ohh ini anda hamil atau enggak. Tp kan sama dokternya langsung di periksa, ohh ada kantung rahimnya sudah terbentuk, tapi belum ada janinnya.."* (S1/W1/513-517)

*"..secara emosi pasti juga akan shock kan, maksudnya aduhh ini kira-kira ada janinnya atau enggak ya? Kenapa Cuma ada kantung rahimnya aja yang terbentuk.."* (S1/W1/518-521)

Hal ini selaras dengan yang dikatakan oleh suaminya yaitu RGWCP dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"..sese kali pernah lah mbak tu bilang, "mas kalo ini di rumah ibuk, enak ya.. bisa makan masakan ibuk, bisa kumpul.."* (IT1/W1/163-165)

*"..jadi mbak tu harus lebih hati hati gitu dengan makanannya. Karna kalo mbak sudah makan coklat dikit, asam lambungnya langsung naik, jadi lebih harus ngekontrol makanannya juga. Padahal dulu pas sebelum hamil gak gitu, makan coklat ya biasa aja, bisa."* (IT1/W1/228-234)

*"..Tapi memang kemarin, pada saat di periksa di dokter pas awal ya, itu dokternya tu bilang bahwa baru ada kantung rahimnya, bayi nya belum tampak.."* (IT1/W1/78-81)

*"..lebih ke perasaan degdegan aja si dia, adalah pasti rasa cemas, namanya berharap tapi belum sesuai sama yang diharpkan kan.."* (IT1/W1/90-93)

### **Tema 9 : Sumber Kecemasan**

Pada sumber kecemasan, subjek RP menuturkan bahwa ia merasa ada hal-hal yang membuat dirinya merasa cemas terhadap kehamilannya. Dari berbagai gejala-gejala yang sudah ia sebutkan sebelumnya (asam lambung meningkat dan sakit pada pinggang yang mengakibatkan sulit tidur), asam lambung yang sering meningkat selama masa kehamilannya lah yang menjadi kecemasan terbesar dalam dirinya. Karena hal tersebut menjadikan subjek harus sering keluar masuk rumah sakit untuk mendapatkan perawatan, seperti suntikan penenang rasa sakit dan bahkan sampai mengharuskan dirinya untuk dilakukan endoskopi demi melihat apa yang terjadi dalam lambungnya. Ketika dilakukan endoskopi, subjek harus dalam keadaan bius total, sehingga itu menyebabkan kecemasan yang paling besar menurutnya. Dia sangat mengkhawatirkan bagaimana nanti keadaan bayinya ketika dia akan di bius total selama dilakukannya endoskopi tersebut. Ia juga sangat khawatir kalau nanti akan ada efek samping yang berimbas kepada bayi yang ada di dalam kandungannya. Belum lagi ditambah dengan kekhawatiran dirinya terhadap emosi emosi yang sering tidak stabil pada dirinya selama masa kehamilan tersebut. Dia juga menganggap bahwa jika dirinya tidak bisa mengontrol emosinya yang tidak stabil itu akan berimbas juga pada bayinya. Karena semua hal yang di alami oleh ibu selama masa kehamilan akan berdampak pada bayi yang ada di dalam kandungannya. sehingga hal tersebut juga menjadi salah satu hal yang di khawatirkannya selama masa kehamilan ini. . Sebagaimana ungkapan RP dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"..ketika masuk di bulan kelima dan ke enam karena semakin besar rahim, jadi aa.. lambung itu semakin*

*tertekan, sehingga saya sering bolak balik rumah sakit karena asam lambung yang meningkat, gitu.. jadi kalau makan terganggu kayak telat makan, makan banyak, makanan yang mengandung kafein, asam, pedas, itu pasti saya langsung dirawat di rumah sakit gitu.” (S1/W1/217-224)*

*“kurang lebih 5 kalian dek. Itu 3 kali nya emg bneran di rawat sampe berapa hari di rumah sakit, terus yang 2 kalinya itu Cuma ke UGD aja sebentar, terus di suntik kan sudah itu karena agak mendingan jadi bisa langsung pulang.” (S1/W1/226-230)*

*“Kecemasan itu pada saat di trimester kedua itu sih pada saat bulan kelima dan keenam kalau bagi mbak yang saya rasakan cemas. Karena sering bolak balik masuk rumah sakit itu. Karna saya takut itu berimbas pada janin yang ada di kandungan saya..” (S1/W1/258-262)*

*“..waktu itu ya, mbak pernah bener-bener sampe harus di bius total karna mau endoskopi. Nah itu mbak pernah smpe ragu tu, apa tetep di terusin untuk endoskopi atau tidak karena mengingat itu harus bius total. Mbak cemas sekali pada saat itu, bingung juga. Disatu sisi kalau gak di endoskopi gak tau gimana lambungnya, tp disisi lain kalau di endoskopi bakalan bius total. Yang ada difikiran mbak nanti takutnya janinnya malah ikut gak bergerak atau malah gimana, terus gimana asupannya, dan banyak macemnyalah yang ada difikiran mbak, dan itu bener-bener takuttt sekali mbak cemas bingung.” (S1/W1/271-282)*

*“..sempet ada rasa takut saya kira-kira bakal ngefek apa ni sama bayi saya kalau saya sering marah-marah..” (S1/W1/431-433)*

Hal ini selaras dengan yang dikatakan oleh suaminya yaitu RGWCP dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"..Si mbak tu Cuma sering bermasalah sama magh aja. Semakin besar kehamilannya, semakin sering sakit maghnya, karna kan bayi nya tu ngedesak lambungnya yang nyebabin asam lambungnya jadi naik.."* (IT1/W1/210-214)

*Seberapa sering yaa.. lupaa si mas berpa sering.. tapi seinget mas sekitar 2 kalian yang bener bener di opname gitu. Karna waktu itu pernah mesti di endoskopi gitu, jadi harus di bius total kan. Nah kalo untuk ke UGD nya lupa berapa kali 2/3 kalian lah gitu.."* (IT1/W1/237-242)

*"..kemarin yang memang bner-bener bikin mbak tu uring uringan, sampe agak susah tidur pas malemnya, itu pas pada saat besoknya mau jadwal di endoskopi di rumah sakit.."* (IT1/W1/257-260)

*"..Jadi pas malemnya tu mbak tu kayak bilang, "gimana ya mas, kalo misalkan di bius total pas endoskopi gitu, nanti dedeknya kenapa napa, nanti pernafasan dedeknya pula yang keganggu, hini hitulalh pokoknya" gitu sihh.."* (IT1/W1/261-266)

### **Tema 10 : Strategi *Coping***

Subjek RP menuturkan bahwa, dari berbagai macam gejala-gejala kehamilan yang dia alami selama masa kehamilannya, dia memiliki cara untuk mengalihkannya agar tidak terlalu berlarut dalam kecemasan tersebut. Hal yang dilakukan subjek seperti mencari informasi-informasi berupa pengetahuan tentang hal hal yang sedang dialaminya, baik dari buku, dari dokter, maupun dari orang orang sekitar yang sudah

memiliki pengalaman sebelumnya. Selain dari pada itu, subjek juga sering melakukannya dengan cara bercerita kepada suaminya terhadap apa yang sedang dia rasakan. Dengan berbagi cerita keluh kesah seperti itu, menurutnya cukup untuk membantunya meringankan pikiran negatif. Namun memang sebenarnya subjek adalah seorang pribadi yang mandiri, dan tegas berdasarkan informasi dari informan yaitu suaminya, sehingga sebenarnya ketika subjek sedang mengalami gejala yang membuatnya menjadi cemas atau stres, dia bisa menjadikan itu semua tidak sebagai beban dalam dirinya, karena dia percaya bahwa Allahlah segalanya. Subjek menuturkan bahwa kehamilan itu merupakan sebuah anugrah yang di titipkan oleh Allah Swt kepadanya dan juga kepada suaminya. Sehingga apapun yang dia alami semasa kehamilannya ini bukanlah menjadi suatu halangan, dan tidak ada satu halpun yang menjadi sesalannya. Sehingga ketika dia merasa cemas, dia selalu teringat kepada Allah dengan cara berdzikir, beristighfar, berwudhu, dan solat. Cara itu yang selalu paling ampuh baginya untuk membuat dirinya menjadi tenang. Hal tersebut diungkapkan subjek RP dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"..perut saya semakin kesini semakin banyak streetmark gitu yang kaya kulitnya pecah-pecah itu. jadi saya sempat searching juga sih di internet bagaimana cara mengurangnya, setelah itu dapetkan ada yang bilang di oleskan pake minyak zaitun, terus saya coba untuk mengoleskannya pake minyak zaitun gitukan, ya walaupun streetmark nya masih tetap ada ni tp emang ngerasa lebih enak aja kalo di oles pake minyak zaitun, gak terlalu gatel jadinya.."(S1/W1/139-151)*  
*"alhamdulillahnya saya hamil dimasa perkembangan teknologi yang udah bagus ya, jadi ilmu yang saya*

*dapatkan gak susah lagi. Saya benar-benar memanfaatkan teknologi tersebut untuk membaca-baca artikel kehamilan, browsing, instal aplikasi kehamilan, cari tau mengenai makanan-makanan apa yang boleh dan tidak dimakan untuk ibu hamil, nutrisi-nutrisi apa yang bisa dipenuhi..”(S1/W1/439-446)*

*"..Paling malemnya kalo ngeluh susah tidur, miring susah atau gimana, saya Cuma nelfon suami gitu aja sih..”(S1/W1/172-174)*

*"..Pokoknya kalau masalah persalinan mbak bener bener nyerahin aja semuanya sama Allah, dan berusaha melakukan yang terbaik, udah gitu aja hehe.” (S1/W1/403-405)*

*"Ketika sakit yang dilakuin ya lebih ke istighfar, berzikir, minum obat sesuai dengan anjuran dokter, itu sih misalnya kayak saya cemas karena asam lambung, sakit, ya sebagai gantinya saya lebih perbanyak istigfar gitu, biar perasaan cemas itu hilang dengan sendirinya.” (S1/W1/667-669)*

*"kita menginginkan keturunan yang baik, soleh ataupun soleha, jadi.. ee.. misalnya dari yang solatnya 5 waktu jadi ditambah dengan solat sunah, terus e.. lebih banyak mendengarkan murotal, ngaji, karna kan katanya bayi sudah bisa mendengar sejak dari dalam kandungan, jadi mbak sering muterin murotal gitu hampir setiap malemnya sebelum tidur.” (S1/W1/753-759)*

Hal ini selaras dengan yang dikatakan oleh suaminya yaitu RGWCP dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"..mbak juga rutin banget minum dogan, susu kedelai, susu kacang hijau, yang memang kalau hamil itu*

*makanan dan minuman yang sangat di anjurkan kan, baik dari dokter sendiri, orang tua, maupun suka sering searching-searching gitu kan di google, di buku buku kehamilan..”(IT1/W1/380-386)*

*"..mbak tu ngerasa pengen deket sama orang tuanya aja pas pada saat persalinan nanti. Itulah dia ingin lahirannya nanti di Palembang ini..”(IT1/W1/289-291)*

*"..Tapi kalau dia cerita.. kalau dia suka sakit pinggang kalo malem, jadi buat susah tidur karena belum dapet posisi yang pas. terus juga sering sakit magh.. gitu gitu iyaa.. tapi lebih bercerita aja, kayak di bawa santai, di syukuri setiap hal yang terjadi, dinikmati gituloh.” (IT1/W1/144-150)*

*"..Mbak insyaAllah kalau solat 5 waktu gak pernah tinggal. Terus juga selama masa hamil ini sering ngelakuin solat solat sunnah juga. Saya juga sering ngingetin mbak untuk selalu menyempatkan buat baca al-Qur'an minimal setelah solat magrib. Terus kalau malem juga sering saya ingatkan untuk puter murotal, biar bisa lebih tenang nyaman. Kalau udah kesel itu pasti mbak cepet cepet ambil wudhu, solat. Itu pasti dia lakuin..” (IT1/W1/431-439)*

### **Tema 11 : Dampak Strategi *Coping***

Menurut subjek RP, ketika dirinya sedang dihadapkan dengan perasaan cemas, khawatir, tertekan karena ada hal hal yang memicu perasaan tersebut dimasa kehamilannya ini, subjek selalu mengalihkannya dengan cara mendekatkan diri kepada Allah. Dengan cara beristighfar, zikir, solat dan sebagainya. Karena dirinya percaya bahwa Allah adalah yang mengatur segalanya. Jadi dia berserah diri kepada Allah atas apapun yang di alaminya selama masa kehamilan ini. Dia tidak

menjadikannya suatu beban yang memberatkan dirinya, jadi ketika hal hal yang memicu dirinya untuk merasakan cemas itu tidak terlalu dirasakannya karena dia selalu mengingat Allah. Hal tersebut diungkapkan subjek RP dalam petikan wawancara sebagai berikut:

*"..Makanya saya sebisa mungkin menghindari hal-hal tersebut dengan mengalihkan pikiran pikiran negatif menjadi positif gitu, terus melakukan kegiatan positif.."*  
(S1/W1/673-675)

*"..misalnya kayak saya cemas karena asam lambung, sakit, atau juga ketika saya sedang merasakan emosi, ya sebagai gantinya saya lebih perbanyak istigfar gitu, wudhu dan langsung solat biar perasaan cemas itu hilang dengan sendirinya, dan yang pasti akan ngerasain efeknya lebih tenang."*(S1/W1/673-681)

Hal itu juga diperkuat dengan pernyataan suaminya RGWCP, dalam kutipan wawancaranya sebagai berikut :

*"Yang pasti mbak jauh lebih tenang, pikirannya juga jadi lebih jernih, gak kusut dibawa perasaanlah. berikhtiar sudah, saatnya bertawakal. Emosi, ketakutan, dan hal hal lain yang pernah mbak rasakan itu sebenarnya semu akan ada dampak pada bayi. Tapi karena itu semua dari Allah, jadi saya maupun mbak harus bisa selalu ikhlas dalam menjalankan titipan tersebut, jadi itulah kita harus tetep mengingat Allah dengan cara selalu berada di jalannya, mengamalkan semua kebajikannya, gitu sihh."*(IT1/W1/449-459)

## **2. Pengalaman Subjek FTR**

Subjek seorang wanita yang berumur 25 tahun. ia anak pertama dari 5 bersaudara, ia berasal dari Palembang. subjek dulu pernah bekerja di salah satu restaurant selatan indah pada saat sebelum dia hamil, sampai pada saat dia hamil kurang lebih 4 bulan. Selebihnya subjek tidak bekerja lagi setelah dari 4 bulan kehamilan tersebut. Selama masa kehamilan, subjek pernah mengalami sesak nafas yang benar-benar membuatnya panik dan cemas. Ketika di periksakan ke dokter, subjek mengatakan bahwa anaknya tersebut sudah semakin besar, sehingga ketika dia salah posisi, akan mengakibatkan anak tersebut mendesak organnya yang menyebabkan dirinya sesak nafas. Namun pendapat lain berasal dari tukang urutnya yang mengatakan bahwa sesak tersebut terjadi akibat subjek FTR sering makan makanan pedas. Hal lain yang menjadi sumber kecemasannya adalah ketika ia mengetahui dari hasil pemeriksaannya di dokter bahwa anak yang ada di dalam kandungannya dalam posisi sungsang, padahal subjek sudah masuk pada trimester III. Karena nantinya subjek takut akan dilakukan operasi sesar pada persalinannya. Selain dari pada subjek memang takut akan jarum suntik dan hal-hal tentang sesar, subjek juga ada perasaan cemas jika nanti melahirkan sesar, subjek tidak bisa menggunakan korset untuk membentuk kembali badannya seperti dulu pada saat ia sebelum hamil. Dengan begitu subjek sangat membutuhkan dukungan emosional dari orang-orang terdekatnya untuk membantunya mengalihkan perasaan cemas tersebut.

### **Tema 1 : Latar Belakang Subjek**

Subjek seorang wanita yang berumur 25 tahun. ia anak pertama dari 5 bersaudara, ia berasal dari Palembang. subjek dulu pernah bekerja di salah satu restaurant selatan indah

pada saat sebelum dia hamil, sampai pada saat dia hamil kurang lebih 4 bulan. Selebihnya subjek tidak bekerja lagi setelah dari 4 bulan kehamilan tersebut. Selama masa kehamilannya, subjek tinggal bersama mertuanya di rumah mertuanya tersebut. Hal tersebut diungkapkan FTR dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"Oh, nama saya FTR, umur 25 thn, anak yang pertama dari 5 bersaudara."(S2/W1/15-16)*

*"Asal dari Palembang"(S2/W1/18)*

*"Kalo dulu sebelum nikah kerjo, tp skrng semenjak sudah nikah terus sudah hamil jadi stop dulu."(S2/W1/20-21)*

*"Di selatan indah."(S2/W1/23)*

Hal tersebut selaras dengan pernyataan Y, sebagai mertua dari subjek. Dalam petikan wawancara sebagai berikut:

*"Namo ibuk ni, Y, umur 45 tahun. Hubungan ibuk samo yuk K tu, ibuk ni ibuk mertuonyo, jadi kalo samo si K ni menantu ibuk."(IT2/W1/25-27)*

*"Iyoo.. dari dulu tinggal disini dari awal hamil nian, tapi sekarang baru minggu kemaren ini dio balek kerumah uong tuonyo karno kan hamilnyo jugo la masa tuo, jadi dio agek rencano nak ngelahirin di rumah uong tuonyo."(IT2/W1/30-34)*

## **Tema 2 : Keseharian Subjek**

Kegiatan sehari-hari subjek FTR, sama seperti ibu rumah tangga pada umumnya, yang mengerjakan pekerjaan rumah seperti masak, nyapu, ngepel, nyuci, menggosok dan sebagainya. Subjek juga selalu menunggu suaminya yang pulang kerja pada malam hari. Sesekali subjek berkunjung kerumah orangtua kandungnya, namun memang sehari-hari

subjek hanya berada dirumah mertuanya dengan aktifitas seperti itu. Sebagaimana ungkapan FTR dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"Dak katek dek, paling kalo ayuk pengen masak yo ayuk masak, kadang mama mertuo ayuk tula yang masak, nyuci baju paling, tp itu Cuma baju ayuk sm suami ayuk bae, beringkes beringkes dikit cakitulah.."*  
(S2/W1/29-33)

Ungkapan subjek FTR senada dengan hasil observasi yang dilakukan peneliti dirumah subjek pada saat peneliti datang, peneliti melihat subjek sedang mengangkat jemuran di depan rumahnya tersebut. Selanjutnya diperjelas juga oleh mertua subjek yaitu Y, seperti dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*"..dak katek gawe dio tu dirumah, ngepel idak, sebulan sekali pun dak kalu. Ngepel tu pulo pake yang begagang ituna bukan ngepel yang nak cakmano itu. Nyapu biaso bae dio tu men nyapu, men nyuci nyuci tu dio nyikat idak, pake mesin tulah.."*(IT2/W1/197-202)

### **Tema 3 : Perasaan Subjek dan Orang Sekitar Terhadap Kehamilan Subjek**

Subjek FTR mengungkapkan bahwa ketika ia dinyatakan positif hamil, ia merasakan kebingungan dalam dirinya, karena seperti tidak percaya bahwa ia akhirnya hamil. Karena jaraknya menunggu kehamilan, cukup lama, kurang lebih 7 bulan setelah dari pernikahannya. Subjek pernah merasa stres karena waktu itu belum juga mendapatkan kehamilan padahal pernikahannya sudah berlangsung 7 bulan yang lalu. Hingga pada suatu saat, subjek sampai pernah di perolok-oleh teman temannya karena belom hamil. Jadi ketika subjek hamil, subjek

senang sampai rasanya tidak percaya bisa hamil. Dan subjek langsung membagikan kebahagiaannya itu dengan memposting di sosial media bahwa dirinya hamil. Dan dia membuktikan kepada temannya bahwa dirinya tidak mandul, dan bisa mendapatkan kehamilan. tetapi walaupun begitu, keluarga subjek juga sangat bersyukur atas kehamilan subjek tersebut. Berikut ungkapan FTR dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Yo.. dak percayo.. yoo dak percayo bae. Tapi positif cakituna."*(S2/W1/68-69)

*"Seneng hmm.. iyo si tapi takut cakituna. Takut kagek cakmano ee kagek cakmanoo kato uong tu kato uong tu."*(S2/W1/91-93)

*"Suami ayuk jugo samo, Yoo dak percayo jugo sih, tapinyo pas la di dokter itu baru percayo. Pas ngetes dewek itu dak percayo jugo."* (S2/W1/86-88)

Pernyataan tersebut juga di ungkapkan oleh mertuanya yaitu Y, dalam petikan wawancara sebalai berikut :

*"Yoo.. bersyukur lah.. semakin ngineti ibuk jugo amen ibuk ni la semakin tuo la nak dapet cucung lagi bae hahah."* (IT2/W1/62-64)

*"..terus pas kabar dio positif hamil tu, langsung seneng dio, posting di sosial media, bahwa aku ni hamil ini ini inilah pokoknyo.."*(IT2/W1/309-311)

#### **Tema 4 : Persiapan Awal Kehamilan**

Subjek FTR menuturkan bahwa selama proses sebelum kehamilan, subjek lebih mengupayakan terhadap fisiknya agar bisa mendapatkan kehamilan, dengan cara mengkonsumsi vitamin, makan makanan laut dan pernah juga sesekali ke tukang urut untuk memeriksakan badannya, apakah ada yang

tidak sehat atau bagaimana, namun memang hasilnya adalah semua badannya baik, hanya saja selama 7 bulan awal setelah dari pernikahan tersebut belum rezekinya saja. Akhirnya setelah dari 7 bulan dari pernikahan, subjek mendapatkan kehamilannya. Hal tersebut diungkapkan oleh subjek FTR dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Minum vitamin.. terus makan makanan yang di anjurkan."(S2/W1/44-45)*

*"Lebih ke makanan laut si."(S2/W1/47)*

Hal tersebut juga diungkapkan oleh mertuanya yaitu Y, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Emm.. apo ye, waktu itu tu pernah beurut ayuk tu cak jingoki di tukang urut tunah, apo cakmano kan samo badannyo."(IT2/W1/43-45)*

*"..terus galak minum vitamin kehamilan cakitu, samo mamaknyo tu galak nyuruh si ayuk tu makan ikan, apo separuh pokoknyo makan makan yang cakitulah galak di bawaknyo kesini kan.."(IT2/W1/49-52)*

## **Tema 5 : Perbedaan Subjek Sebelum Hamil Maupun Pada Saat Masa Kehamilan**

Subjek FTR menuturkan bahwa dirinya merasakan adanya perbedaan dari sebelum kehamilan sampai pada saat dirinya hamil. ia mengatakan bahwa secara emosi, subjek merasa lebih moody, sensitif, dan lebih cepat merasa cengeng. Hal itu memang disadari oleh subjek sendiri. dia merasa bahwa sebelumnya ketika sebelum ia hamil, ia tidak terlalu merasa seperti itu. Tetapi ketika dirinya hamil, perasaan emosinya lebih cepat melow, mudah nangis, mudah tersinggung. Selain dari pada itu, subjek FTR juga merasakan bahwa pada fisiknya juga merasakan peruberubah menjadi gendut selama masa

kehamilannya. Karena semakin hari timbangannya semakin naik akibat perutnya yang semakin kian membesar. Jika dilihat dari pada saat sebelum hamil, fisik subjek lebih kurus dibandingkan dengan pada saat subjek hamil sekarang. Hal ini diungkapkan subjek FTR dalam petikan wawancaranya sebagai berikut:

*"Kalo emosi yo mood mood an cakitu, lebih sensitif, terus lebih mudah cengeng.."*(S2/W1/110-112)

*"Sebeneryo tu sepeleh yee, biaso bae hal halnyo tu kecil hahah misalnyo cak kepengenan dak dituruti ckitunah, jadi nangis langsung hahahha. Kalo misalnyo ado dengan nada keras dikit be nangiss, cakitulah, mudah tersinggung pulo."*(S2/W1/395-399)

*"Iyo ado perbedaan dari sebelum hamil samo pas sekarang la hamil. Kalo terakhir kemaren pas 7 bulan pas kenaikannyo 13 kilo. Kalo dulu pas gades tu Cuma 48, sekarang sudah 62 koma sekian."*(S2/W1/31-35)

Hal tersebut selaras dengan pernyataan Y, sebagai mertua dari subjek. Dalam petikan wawancara sebagai berikut:

*"Dio tu.. agak manjo.. mudah merajuk.. kalo rajin, yo rajinn. Itulah Cuma. Mudah tersinggung. Tapi yang paling dominan tu mudah merajuk itu. Caknyo tu sering merajuk samo lakinyo tulah."*(IT2/W1/67-70)

*"Ado lah yang pasti perutnyo. Karno kan badannyo kurus nian kecil, karno hamil ni la semakin besak yo perut tu kejingokan nian besaknyo, baju dio jugo kan karno dulu badannyo kecil tu jadi ketet ckitu ngebentuki perut hamilnyo nian."*(IT2/W1/88-92)

*"..na maa, naik timbangan aku ni ma, gendut berarti ayuk ni sekarang ma".* (IT2/W1/99-100)

## **Tema 6 : Hubungan Interpersonal**

Subjek FTR menuturkan bahwa selama masa kehamilannya ini, ia merasa cukup untuk mendapatkan dukungan yang positif dari suaminya maupun keluarganya. Walaupun suaminya bekerja dan selalu pulang malam hari, tapi komunikasi setiap hari tetap berjalan lancar. Karena setiap suaminya pulang kerja, ia selalu menyempatkan diri untuk saling bercerita apakah ada kendala pada kehamilannya. Namun memang sesekali subjek pernah merasa bahwa suaminya kurang bisa memberikan sugesti yang positif terhadap dirinya ketika dirinya sedang merasakan kecemasan atau sebagainya. Menurutnya jika hal tersebut masih mampu untuk dia tahan sendiri, dia tidak akan mengatakannya dengan suaminya, tapi ketika memang ada hal-hal yang harus di beritahu dengan suaminya, dia akan menceritakannya. Tetapi walaupun seperti itu, untuk masalah material, dan semua keperluan subjek maupun keperluan bayi yang ada di dalam kandungannya, suaminya selalu mengusahakan untuk memberikan yang terbaik untuknya. Begitu pula dengan keluarganya. Berhubung subjek tinggal bersama mama mertuanya selama kehamilan ini, orang tua dari subjek tersebut juga selalu menanyakan bagaimana kabar si subjek tersebut. Berdasarkan pernyataan dari informan bahwa ayah dari subjek sangat sayang padanya, sehingga subjek apa-apa selalu bercerita kepada ayahnya, ayahnya juga yang paling sering mengunjungi subjek kerumah. Namun ia juga merasa bahwa perhatian mama mertuanya juga sangat cukup baginya. Mama mertuanya juga sering memberitahu subjek, makanan dan nutrisi apa yang terbaik untuk kehamilannya, dan subjek juga sering di masakkan sesuatu oleh mama mertuanya ketika subjek sedang ingin makan sesuatu yang diinginkannya, tak lupa juga subjek mengatakan bahwa baik suaminya, mama

mertuanya, maupun orang tua kandungnya selalu memberikan support terbaik dikala subjek sedang mengalami kecemasan. Berikut ungkapan subjek FTR dalam petikan wawancaranya, yaitu :

*"Hubungan dengan suami.. Hahah biaso bae sih, samo cak biaso tula. Cuma memang karno lagi bawaan hamil ni jadi sensitif jadi asak apo apo tu nangiss cakitu nah lebih mudah nangis, cengeng."*(S2/W1/64-67)

*"Kalo untuk segi kebutuhan tu diusahakan dicukupi terus, biar yo misalkan vitamin atau apo cakitu pasti selalu diusahakan."*(S2/W1/469-471)

*"Pokoknyo kalo sampe sekarang sih selalu ngeluangke waktu be buat cerito cakitu, apo keluhannyo setiap balek begawe selalu ditanyo.."*(S2/W1/475-477)

*"..ayuk idak terlalu cerito samo dio, karno kalo cerito paling dio cuma ngomong, ngapoi sudah dak usah difikiri. Jadi lemaklah dakusah cerito bae hahah idak terlalu yang cakmano cakitu jugo tanggepannyo tu jadi yosudahlah kan biarla agek bae hahah."* (S2/W1/566-571)

*"Ayuk kan tinggal samo mama mertuo ayuk, jadi ayuk idak tinggal samo mama ayuk. Kalo dari mama ayuk dak pulok sih karno ayuk kan lebih sering samo mama mertuo ayuk dirumah.."*(S2/W1/424-426)

*"Sebeneryo sih samo bae ye nak mama kandung apo mama mertuo. Mama mertuo ayuk ni memang lebih tau sih kalo misal cak ayukk galak sakit sakit pinggang tu, yo jadilahh si perhatiannyo.."*(S2/W1/578-581)

*"Cuma memang ye kalo ngelahirin tu kan bawakan ni masih temanjo di mama kandung tulah. Jadi ayuk tu cak pengen lebih ke uong tuo dewek si amen la nak deket ke lahiran.."*(S2/W1/586-590)

Hal tersebut selaras dengan pernyataan Y, sebagai mertua dari subjek. Dalam petikan wawancara sebagai berikut:

*"Caknyo tu sering merajuk samo lakinyo tula."*  
(IT2/W1/70)

*"..namonyo masih penganten barulah, masih cak kato uong tu kan masih bebunga bunga hahha paling Cuma hal hal kecil sepeleh cakini tula mereka tu."*  
(IT2/W1/81-84)

*"Iyo sering lah, dio jugo kalo apo apo kan galak langsung VC uong tuonyo, kalo apo apo jugo uong tuonyo galak kesini sesekali maen ksini kan, si ayuknyo jugo sesekali masih galak jugoo balek kesano pass sabtu minggu cakitu samo lakinyo.."*(IT2/W1/354-358)

*"Tapi yang paling lebih lagi tu papanyo. Papanyo yang paling sayang nian dengen dio ni, yang cak perhatian lebih ni. Yo karno anak tuo kan, jadi biasonyo memang lebih deketlah dengen papanyo.."*(IT2/W1/359-362)

### **Tema 7 : Berbagai Gejala Yang Dialami Subjek Selama Masa Kehamilan**

Subjek mengatakan bahwa selama masa kehamilan ini, ia tidak terlalu merasakan banyak gejala-gejala kehamilan yang dialaminya. Dia hanya mengalami gejala umum pada awal kehamilan, seperti mual dan muntah yang membuat dirinya sedikit kesusahan untuk makan. Subjek juga menuturkan bahwa emosinya selama masa kehamilan ini tidak stabil. Selain dari pada itu, gejala yang paling di rasakannya selama masa kehamilan ini adalah dirinya pernah merasakan sesak nafas yang benar benar menyulitkannya. Subjek sampai memberikan respon keringat dingin dan muka yang pucat karena menahan rasa sesak tersebut. Ketika ia memeriksakan kandungannya ke

bidan, bidannya mengatakan bahwa sesak tersebut terjadi akibat dirinya salah posisi. Karena bayi yang semakin besar membuatnya menahan organ hingga menyebabkan sulit bernafas. Namun ketika ia periksa ke tukang urut, katanya karena subjek kebanyakan makan pedas sehingga bayi yang di dalmnya merasakan efek dari kebanyakan cabai tersebut. Hal ini diungkapkn subjek FTR dalam petikan wawancaranya sebagai berikut:

*"Mual palingan, meriang, muntah itu dibulan kedua. Setelah masuk trimester kedua itu dak lagi."*  
(S2/W1/170-171)

*"kalo morning sick nyo tu nian pas sebulan duo bulan. Pas 3 bulan tu makan sudah kuat."*(S2/W1/175-176)

*"Yang paling sering tu Cuma sakit pinggang, samo susah BAB.."*(S2/W1/191-192)

*"..kemaren pas bulan ke 6 apo 7 itu pernah ngeraso sesek nafas bae sih. Soalnya waktu itu tu salah posisi tedoknyo. Kan kalo la makin besak ni makin susah posisi tedoknyo. Nah dio ni dak pacak tedok telentang cakitu. Jadi kemaren tu ayuk ni dak sadar dari miring ayuk tu bebalik jadi telentang cakitu. Disitu ayuk ngeraso sesekkk nian dak biso nafas nian, terus langsung pucettt bekeringetttan galo.." (S2/W1/192-201)*

Hal tersebut selaras dengan yang dikatakan oleh mertuanya Y, pada petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Dio tu kalo dari hamil mudo tu kemaren sempet jugo mual mual muntah cakitu. Tapi idak sering nian, apo lagi pas la sudah masuk bulannn ke tigo empatan itu, Makanyo la banyak, katek pantang pantangan. Nah la nak deket hamil ini la masuk bulan tuo ni galak*

*muntahh lagi.. jadi agak susah makan karno muntah tu.”(IT2/W1/115-121)*

*”Pernah sesek nafas jugo dio. Sorenyo di bawak kebidan, kato bidannyo tu karno budaknyo tu la semakin besak kan. Tapi pas besoknyo ibuk bawak ke tukang urut. Takutnyo teulang lagi kan jadi Kato tukang urut itu kebanyakan makan cabe, jadi panas anaknyo tu.. iniii.. apo caknyo tu dak tahan cakit, jadi gerak gerak, terus nyesek, jadi disuruh kurangin makan cabe.”(IT2/W1/124-131)*

### **Tema 8 : Faktor Yang Mempengaruhi kecemasan**

Subjek FTR menuturkan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasannya. Mulai dari respon lingkungan, dimana subjek selalu merasakan kecemasan akibat dari perkataan perkataan orang lain. Banyak orang yang mengatakan bahwa kehamilan itu akan seperti ini dan sebagainya, sehingga subjek sangat memikirkan perkataan orang orang tersebut. Subjek tidak terlalu memiliki banyak pengetahuan yang akurat mengenai kehamilan tersebut, sehingga apapun yang di bicarakan orang orang tentang kehamilan itulah yang akan di percayainya. Yang menyebabkan kebingungan pada diri sendiri. selanjutnya subjek juga mengatakan bahwa subjek seringkali merasa cemas ketika subjek sudah membayangkan bagaimana persalinan tersebut. Karena subjek takut akan jarum suntik dan hal hal yang berkaitan dengan jahit menjahit. Ia juga sangat menginginkan badannya yang dahulu pada saat sebelum dia hamil. Karena sebelum hamil, subjek merasa bahwa badannya itu langsing, tetapi ketika sekarang pada saat hamil, badannya menjadi lebih berisi. Sehingga dia seringkali merasa tidak PD, karena menurut pernyataan informan, ternyata subjek sangat

mengupayakan agar dirinya bisa langsing lagi setelah dari persalinan nanti, karena subjek masih ingin bekerja seperti dulu. Hal ini diungkapkn subjek FTR dalam petikan wawancaranya sebagai berikut:

*"Biasonyo kalo kato uong tu dak boleh capek, dak boleh cakini dak boleh cakitu, na cak itu yang bikin ayuk takut tu."*(S2/W1/96-98)

*"..Apolagi kato uong tu ngelahirin tu lemak nian.. ini ngolai apo idakk ee hahah karno kan setau ayuk dimano mano ngelahirin tu sakitt ee ngelahiri tu belum lagi nak di jahit jahitnyoo, beehh."*(S2/W1/541-545)

*"Degdegann hahaha, takut, cakmano kagek ehh, terus terkadang galak tebawak dimimpi hahaha takut kagek cakmano bakal cakmano cakitu nah."*(S2/W1/230-232)

*"Em.. iyolah.. harus siaplah hahaha meskipun takut meskipun degdegan harus siaplah."*(S2/W1/285-286)

*"Takut di jarum suntikk hahhaha samo di jahit jahittt cakituuu."*(S2/W1/535-536)

*"Iyoo.. sebenarnya sih iyoo yee pengennyo sih langsing yee.."*(S2/W1/50-51)

Hal tersebut juga dibenarkan oleh mertuanya Y, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*".. Ini galakla naa dngeri omongan kawan-kawannyo yang cakinilah yang cakitulah. Ujungnyo tobo tula yang saro.."*(IT2/W1/211-214)

*"..Budak jaman sekarang ni kan cakitulah, galak agak ngeyel amen diomongi tu. kalo kito galak omongi yang cakini, galak di bantah, masih nak kendaknyo tula. Padahal kadang ni kito ni seringla ngasih cak masukan kan apoo misalnya dio dang cemas nak ngelahiri ni"*

*banyak-banyak berserah diri, baco Al-qur'an.."*  
(IT2/W1/205-211)

*"Itu yang jadi bikin dio tu cemas tu, karno katonyo tu agek men sudah oprasi tu dak pacak nak make gurita, dak pacak nak make bekung. Karrno dio tu sudah melahirke tuu nak cantik lagi, nak bagus lagi badannyo tu. karno kan kalo di operasi kan dak biso nak di bekung bekung tu, pake gurita tu kan sakit. Siapa tau ujinyo kan nak begawe lagi, itu."*(IT2/W1/258-265)

### **Tema 9 : Sumber Kecemasan**

Sumber kecemasan pada subjek FTR yaitu subjek merasakan bahwa dirinya sesak nafas pada masa kehamilannya. Hal tersebut menurut dokter akibat bayi yang ada di dalam kandungan subjek sudah semakin besar sehingga menyebabkan ia menjadi sulit bernafas karena bayi mendesak organ subjek. Naum pernyataan tersebut sedikit berbeda dari tukang urutnya, ia mengatakan bahwa sesak pada subjek FTR dikarenakan subjek FTR sering makan makanan yang pedas, sehingga bayinya merasakan efeknya. Sehingga ketika subjek sesak nafas, dia benar benar merasakan cemas karena pada saat dia sesak, bayi yang ada didalam kandungannya juga sempat tidak bergerak. Subjek sudah banyak fikiran negatif, karena subjek sangat takut nanti bayinya juga kekurangan oksigen dan semacamnya. Selanjutnya juga ketika pemeriksaan USG terakhir kemarin, subjek mengatakan bahwa bayi yang ada didalam kandungannya sedang dalam keadaan yang sungsang. Dimana kepala bayi masih berada di atas, bukan berada di dekat vagina. Padahal usia kehamilannya sekarang sudah semakin tua tetapi kepala bayi belum juga turun ke arah dekat vagina. Sehingga hal ini juga yang membuat subjek cemas, karena subjek takut jika nanti

persalinannya akan di caesar. Dan hal lain yang membuat subjek cemas ketika nanti harus persalinan caesar, ia tidak bisa menggunakan korset pada saat pasca persalinan untuk membalikkan lagi badannya seperti dulu sebelum hamil. Selanjutnya subjek juga mengatakan bahwa sudah beberapa kali subjek melakukan USG, bayinya seperti menutup mukanya dengan tangan terus. Setelah di caritau, ternyata hal tersebut dampak dari subjek yang sering mengalami stres, melow, dan sebagainya. Jadi subjek tampak khawatir kalau itu terus menerus seperti itu, akan ada dampak lainnya pada bayinya. Dan sumber kecemasan subjek yang selanjutnya itu mengenai asupan gizi si bayi. Karena pernyataan subjek maupun pernyataan informan mengatakan bahwa memang subjek sangat susah untuk makan sayur dan buah buahan dimana ladangnya vitamin untuk di bayi. Subjek sangat kuat dengan makanan pedas, namun untuk sayur dan buah sangat kurang sekali. Hal ini diungkapkn subjek FTR dalam petikan wawancaranya sebagai berikut:

"..Cuma kemaren pas bulan ke 6 apo 7 itu pernah ngeraso sesek nafas bae sih.." (S2/W1/192-194)

"Pas waktu sesak itu yo ado si raso takut cakitu, karno takutnyo anaknyo jugo ikutan idak nafas. Kan nafas dari ayuk ni yang menyalurkan dio jugo untuk nafas. Kalo ayuk dak acak nafas takutnyo dio jg kurang oksigen dari ayuk.." (S2/W1/218-222)

"Dokternyo ngomong kalo bayi ayuk ni sumsang sekarang." (S2/W1/294-295)

"Sedihhlahh.. takut operasi." (S2/W1/308)

"..Iyo kato tukang urutnyo memang bayi ayuk sumsang. Kan ayuk emang belom ngomong kan kalo pas perikso di dokter hasilnyo sumsang, jadi ayuk Cuma mintak tolong jingokke bae samo tukang urut itu, memang dio

jugo ngomongi kalo bayi ayuk sumsang posisinya. Katonyo sumsang dek posisinya, melintang..” (S2/W1/316-322)

“Iyo takutt.. karno pas pertama USG tukan bayi tu cakini posisinya nutup tangan cakini kan..” (S2/W1/371-372)

“..Jadi maksudnyo tu kan kalo misalnyo ibuknyo tu sedih kan anaknyo jugo ikutan cakit. Men ibuknyo dongkol anaknyo jugp pasti ikutan cakitunah hahaha jangan.. jangan.. jangan hahha..” (S2/W1/376-379)

“Belom sih.. kareno dak suka buah, dak suka sayur.” (S2/W1/508-509)

“Kalo dulu masih seneng dengen sayur apo lagi pas kecil. Men sekarang ni dak tau cak anti nian itu ngeliat sayur sm buah tu hahah padahal sebenarnya perlu untuk asupan kan.” (S2/W1/512-515)

Hal tersebut selaras dengan yang dikatakan oleh mertuanya Y, pada petikan wawancaranya sebagai berikut :

*“Cemass nian dio dek, sampe tenangis dio. Ma, sakit nian ma, ulu hati nyo ni na sesek nian ma, dak acak nafas ma. Lamooo itu, ado nak ampir sejaman dio cakit, sesek tu. cemas takut nian dio tu, pikirannyo la kemano kamno..”*(IT2/W1/141-145)

*“Iyoo bener. Mama ni taunyo dari dio tula. Ujinyo sumsang. Waktu mama pertama ngajak dio beurut tempat nyai tu, kato tukang urutnyo tu normal, , posisi bayi tu bagus, letak bayinyo bagus, segalo macemnyo bagus galo. Nah.. setelah itu, ado kelang sebulan apo 2 minggu, dio kerumah sakit. Pas perikso USG, uji dokter tu sumsang bayinyo nii..”* (IT2/W1/156-163)

*"Iyooo.. susaahh nian. Pacak dikatoke dak galak lah, kadangan di belike kates tu, la di beliin, la di koceki, dimasukke kulkas, paling di ambeknyo sebiji, sudah behari harilah dikulkas tu.."(IT2/W1/388-391)*

*"..Kalo sayur la samo iyo bae.. hobi beli, masuk kulkas. Misalkan pengen masak, masak sayur katu ma, sudah dimasakke sayur katu, di ambeknyo sejumputt bae dikit, sekali. Sudah tu sudahhh dak temakan, tebuang lagi. Makan cabe tulahhh naaa.. amen makan cabe jangan diomongiii.. kuat niannnn. Belum beduhaa duhaa belum berentii.."(IT2/W1/394-401)*

### **Tema 10 : Strategi Coping**

Subjek FTR menuturkan bahwa, cara dirinya dalam melakukan pengalihan atau pemecahan masalah dari berbagai permasalahan yang berasal dari gejala-gejala kehamilan yang dia rasakan, sehingga membuatnya merasa cemas, dia memang langsung memeriksakannya ke pada dokter kandungannya, atau bahkan ke tukang urut yang selalu dia sebutkan. Dia juga sesekali suka mencari informasi dari internet seperti yang pada saat bayinya selalu menutup muka pada setiap di USG. Namun, tidak semua informasi yang dia dapatkan tersebut mampu di jalankannya. Hal tersebut diakui oleh informan, bahwasannya ketika dokternya menyuruhnya untuk banyak banyak melakukan sujud, subjek tidak terlalu menjalankannya, karena subjek dirumah pun jarang beribadah. Sehingga pada saat pemeriksaan lanjutan dari hasil bayi yang sumsang tersebut, bayinya masih tetap berada dalam posisi yang sumsang, karena subjek tidak melakukan apa yang di sarankan oleh dokter tersebut. Namun cara lain yang dilakukan subjek adalah, dengan menyibukkan dirinya dengan cara menghindar dari hal-hal yang membuat dirinya cemas, dan

selalu mencoba untuk mengatur perasaan dirinya sendiri dengan cara bantuan dari dukungan suaminya maupun keluarganya. Berikut ungkapan subjek FTR dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*"..Dan baru tau jugo dari dokter kan pas waktu galak pemeriksaan tu. katonyo hamil ni memang lebih sensitif, ado yang mudah marah, ado yang mudah nangis. Ini dapetnyo yang mudah nangis hahahah."*  
(S2/W1/123-127)

*"Sekarang ayuk meloki omongan dokternyo bae dulu, ayuk cobo untuk banyak banyak sujud kan. Terus ini.. urutt.. ayuk beurut samo uwak uwak itu yang biso untuk nganui ibuk hamil jugo katonyo tu."*(S2/W1/310-314)

*"..Jadi pas ayuk searching di google, katonyo tu karno ibuknyo tu ini.. stress cak bergejala stres cakitu . berarti aku mikirnyo jangan stres. Jadi maksudnyo tu kan kalo misalnyo ibuknyo tu sedih kan anaknyo jugo ikutan cakitu. Men ibuknyo dongkol anaknyo jugp pasti ikutan cakitunah.."*(S2/W1/373-377)

*"Yoo.. cari aktifitas lain sih.. biar idk terlalu kepikiran apo cakmano kan, apo nonton, apo bukak bukak hape biar idak terlalu ngikuti alur kan."*(S2/W1/365-367)

*"Ayuk sekarang idak galak terlalu nak dengeri omongan omongan uong lah. Yang ngomong cakmano agek cakmano, biala hahha bialah agek be pas la terjadinyo agek bakal cakmano. Nambah bikin takut amen banyak denger omongan-omongan uong tu hahaha."*  
(S2/W1/235-240)

*"sebisonyo sih solat bae sih, walaupun masih galak bolong bolong.."*(S2/W1/604-605)

*"Soalnya dulu sebelum hamil kadang idak solat nian. kalo pas hamil ini pokoknya harus. yo pokoknya di sempetilah walaupun cuma sekali galak solatnya tu apo magrib bae harus disempeti."*(S2/W1/614-617)

Hal tersebut juga diungkapkan oleh mertuanya yaitu Y, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Emm.. apo ye, waktu itu tu pernah beurut ayuk tu cak jingoki di tukang urut tunah, apo cakmano kan samo badannya.."*(IT2/W1/43-45)

*"..Jadi kami ni kan yo supayo dio tu jangan sampe stres atau cakmano kan, yo kami omongi, dak papo operasi, ini lakinyo jugo ngomonginyo kan, yo dikuatke lakinyo jugo kan. Pokoknya dak usah banyak fikiran, dak usah stres stres fokuslah nak melahiri.."*(IT2/W1/245-253)

*"Iyoo jarang solat memang, kapan terentuknyo bae. Kapan magrib dio ser solat yo solat, men idak yo idak. Boro boro nak ngaji, Allahualam lah hahah.."*(IT2/W1/425-427 )

*"Paling di hape tulah dio tu, dengeri lagu lagu klasikk.. kadang benyanyi. Kadangan galak jugolah muteri uong ngaji ngaji tu cak suat yasin, al-muluk,ar-rahman. Cakitulah."* (IT2/W1/436-440)

### **Tema 11 : Dampak Strategi Coping**

Subjek FTR menuturkan, dengan cara dirinya mengalihkan dari pendapat-pendapat orang yang membuatnya menjadi cemas, subjek lebih memilih untuk menghindari hal-hal tersebut dan membuat sugesti positif lainnya dengan berfikiran bahwa setiap kehamilan orang itu pasti akan berbeda beda. Jadi tidak mau memikirkan hal tersebut sampai pada dirinya

yang akan mengalaminya sendiri. Berikut ungkapan subjek FTR dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*"Yo kalo misal ado video video yang cak itu dak usah di tonton dak usah di jingok biar plong kan biar dak katek kepikiran kesano. Terus kalo misalno ado yang cerito cerito hamil tu hini hini hitu lahh.. dak galak denger hahaha yosudah biarlah biar aku tau dewek bae agek cakmano rasonyo pas ngelahirke itu.."*  
(S2/W1/548-554)

Hal tersebut ditambahkan juga dari pernyataan mertuanya Y, dalam kutipan wawancaranya sebagai berikut :

*"..Sekarang men masih pacak nak di usahakan untuk posisike bagus bayi tu, nak di usahake dulu, apo nak diurut, apo nak cakmano. Kito bedoa bae sao samo. Mintak mintak biso melahirke normal kan, idak nak oprasi oprasian.."*(IT2/W1/253-258)

### **3) Pengalaman Subjek FB**

Subjek seorang wanita berumur 27 tahun, subjek anak pertama dari 2 bersaudara. Dahulu subjek pernah kuliah di PGRI dengan jurusan kesenian. Subjek merupakan darah keturunan jawa barat dan jawa, namun dari lahir subjek di Palembang.

#### **Tema 1 : Latar Belakang Subjek**

Subjek seorang wanita berumur 27 tahun, subjek anak pertama dari 2 bersaudara. Dahulu subjek pernah kuliah di PGRI dengan jurusan kesenian. Subjek merupakan darah keturunan jawa barat dan jawa, namun dari lahir subjek di Palembang. Berikut ungkapan subjek FTR dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*"Nama mbak FB. Umur tahun ini masuk 27 tahun, mbak anak pertama dari 2 bersaudara. Pekerjaan mbak.. ibu rumah tangga tula."*(S3/WI/16-18)

*"Pendidikan terakhir itu S1, di PGRI jurusan kesenian."*  
(S3/WI/21-22)

*"Kalo asallll.. mbak ni keturunan. Kalo ayah dari jawa barat, ibuk dari jawa jugo tapi lupu jawo apo ye, jawo tengah mendak salah. Nah mbak lahir di Palembang inilah, besak di Palembang nilah."*(S3/WI/24-27)

Subjek FB memiliki adik kandung yang memang sangat dekat dengan dirinya. Adiknya yang bernama RB, yang peneliti jadikan sebagai informan pada penelitian ini, berikut pernyataannya dalam kutipan wawcaranya :

*"Nama saya RB, tapi mbak galak manggil saya adek, atau I, umur sekarang udah 21 thn. Hubungan dengan mbak, saya adik, sedarah, adik kandung maksudnya heheh."*(IT3/W1/130-133)

## **Tema 2 : Keseharian Subjek**

Subjek FB menuturkan bahwa kesehariannya sama seperti pada ibu rumah tangga pada umumnya. Hanya dengan beres beres rumah dan menolong ibunya. Namun ia dulu pernah bekerja di salon dan sering menjadi MUA, dari rumah ke rumah. Sebagaimana ungkapan subjek FB dalam petikan wawcaranya yaitu :

*"Kalo selamo hamil ini dak katek ngapo-ngapoin dek, paling dirumah tula, bantu beres beres ibuk, kalo dulu sebelum hamil iyo galak keluar cak ngambek job makeup makupin uong cakitulah dek heheh. Soalnya mbak dulu begawe di salon."*(S3/WI/29-33)

Hal tersebut selaras dengan pernyataan adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Mbak dulu begawe disalon. Kalo sekarang tu caro ibuk rumah tanggalah hehe."*(IT3/W1/140-141)

### **Tema 3 : Perasaan Subjek Dan Orang Sekitar Terhadap Kehamilan Subjek**

Perasaan subjek maupun orang-orang terdekat subjek seperti suami, adik dan orang tuanya, semuanya sangat senang, dan sangat menerima kehamilan subjek. Semuanya bersujud syukur karena subjek bisa mendapatkan kehamilan dengan jangka waktu yang cepat sejak dari pernikahan. Walaupun umur subjek yang sudah terbilang tidak terlalu muda lagi. Dan juga subjek menuturkan bahwa sebenarnya dahulu orang tuanya sedikit sulit untuk mendapatkan dirinya. Namun subjek malah mendapatkan kebalikannya. Sebagaimana ungkapan subjek FB dalam petikan wawancaranya yaitu :

*"Senenglahhh.. alhamdulillah bener bener dak nyangko. Soalnya kalo di liat dari riwayat ibuk mbak kan, ngedapeti mbak lamo.."*(S3/WI/114-116)

*"Iyo alhamdulillah responnyo seneng galo, sujud syukur, lebih di jagoi cakitu oleh mbak ado asma tadi kan.."*(S3/WI/130-132)

Hal tersebut juga diungkapkan oleh adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Sebagai adek tadi kan, yo senenglah karno apo ye.. bakal dapet keluarga baru karno aku jugo kan uongnyo seneng dengen nyingok adek kecil kan. Yo senenglah pokoknyo. Apolagi men lagi kumpul keluarga terus banyak budak kan, pasti serulah, itusih."*(IT3/W1/272-277)

#### **Tema 4 : Persiapan Awal Kehamilan**

Pada persiapan awal sebelum kehamilan hingga mendapatkan kehamilan, subjek menuturkan bahwasannya dirinya pernah berdoa kepada Allah, agar bisa diberikan keturunan dengan cepat. Tanpa di sangka, Allah mengabulkan permintaannya tersebut. Selain dari pada itu, subjek juga mempersiapkan dirinya berdasarkan saran dari orang-orang sekitarnya untuk mengkonsumsi vitamin, dan juga suaminya mengkonsumsi makanan dan minuman seperti dogan, sayur tauge, dan segala hal saran yang menurut subjek saran terbaik. Hal tersebut diungkapkan subjek FB dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Sebelumnyo mbak tu idak pulo terlalu ngejer target sih, harus apo langsung nak dapet tu idak. Cuma memang tebesit di doa mbak ya Allah kalo memang diizinkanke dapet rezeki anak tolong diberi cepet.."*  
(S3/WI/39-43)

*"..disuruhnyo minum vitamin. Terus suami mbak jugo disarani disuruh banyak banyak minum dogan, terus banyak banyak makan sayur, cak toge cakitu kan. Dituruti baelah apo yang baik dari uong tu kan di peloki, alhamdulillah kan dapet nian.."*(S3/WI/55-60)

Hal tersebut juga diungkapkan oleh adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Memang setelah mbak nikah tu langsung bae dak terlalu jauh langsung ngisi mbak. Mungkin karno umur mbak jugo kan sudah dibilang masuk ke dalam umur umur tuolah. 27 tahun masuk tahun ini. Yoo.. mbak jugo kan ngomong katonyo, dak mungkin lah aku agek sudah jadi nenek-nenek masih nak ngurus budak kecil kan, jadi katonyo kalo pacak sudah nikah ni ngejer"*

*target kan, jadi sudah nikah Alhamdulillah tu langsung cepet dapetnyo nian.”(IT3/W1/258-269)*

### **Tema 5 : Perbedaan Subjek Sebelum Maupun Pada Saat Masa Kehamilan**

Subjek FB menuturkan bahwa dirinya selama kehamilan mengalami perubahan emosi maupun fisik. Jika dari emosi, subjek merasa lebih sensitif, mudah tersinggung, mudah marah, dan baperan, dan juga subjek tidak menyukai suara suara yang ribut menurutnya. Hal tersebut juga di benarkan oleh adik subjek sebagai informan yang mengatakan bahwa subjek lebih cepat emosi dan menjadi lebih pemalas dibandingkan dulu pada saat sebelum hamil yang rajin. Selanjutnya pada fisik, subjek merasa berat badannya terus bertambah, kulit lehernya menjadi hitam, jerawat, dan kaki yang sering membengkak. Hal itu juga di benarkan oleh adik subjek, karena subjek sering mengeluh atas perubahan pada fisiknya dan menjadi tidak PD lagi seperti dulu sebelum hamil. Hal tersbut diungkapkan oleh subjek FB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*“Banyakklah.. kalo perasaan tu sensitif. Uong ngomong ini dikit, tersinggung, mudah marah, mudah nian marah. Kalo uong la ado ngomong yang nyinggung dikit bawakannyo baper, sedih, nangis kagek..”(S3/WI/143-147)*

*“..terus kalo denger suaro bising- bising sekarang mudah apo ye mudah ringamann iyo, mudah ringamann.. kalo nak tedok bae harus nak sepiii nian baruu..”(S3/WI/154-157)*

*“..Kalo fisikk, banyaklahh. Berat badan lebih bertambah, teruss apo namonyo, adooo.. cak di bagian kulit leher itu jadi cak item cakitu gelepp warnonyo lebih gelep.*

*Terus jerawatan. Eee sudah tu kaki kalo jalan lamo dikit bengkok..” (S3/WI/157-162)*

Hal tersebut juga diungkapkan oleh adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*”Kalau sifat subjek setelah hamil ini, banyak sifat yang berubah dari subjek, yang pertama dari segi emosi. Subjek lebih emosional. Biasanya hal hal kecilpun di perdebatkan, diributin, biasanya seperti itu..” (IT3/W1/147-150)*

*”..sudah itu sekarang ni lagi hamil ni, mbak.. banyaklah malesnyo.”(IT3/W1/160-161 )*

*”Hahahahah kalo ngeluh tuu yo seringgg.. kayak misalnya dio galak ngomong, dek dek kok mbak sekarang ni jadi gemukan nian yee hahah terus kok idung mbak jadi idak mancung lagi yee, kok mbak ni dari rai sampe ke leher tu kok item galo ee katonyo cakitukan..”(IT3/W1/516-521)*

### **Tema 6 : Hubungan Interpersonal**

Hubungan subjek FB dengan suami selama masa kehamilan ini sama seperti hubungan suami istri pada umumnya, tetap harmonis, walaupun pada awal kehamilan subjek tidak menyukai bau badan dari suaminya tersebut, namun semakin kesini subjek tetap menyukai bau dari suaminya tersebut. Berdasarkan penjelasan dari informan juga subjek sering pergi bersama suaminya untuk mencari sesuatu apapun. Jika dilihat dari hubungannya dengan keluarganya, terutama dengan adiknya, subjek mengatakan bahwa dirinya sering beradu mulut dengan adiknya tersebut, karena terkadang subjek sedang mengalami masa sensitif, namun adiknya suka bercanda pada waktu yang tidak tepat. Tetapi walaupun

begitu, hubungan subjek dengan adiknya sangat dekat, tidak ada rahasia dari keduanya, mereka saling berbagi cerita, dan saling mengerti satu sama lain, juga saling support. Dan semua keluarganya sangat respect terhadap dirinya, karena subjek memiliki riwayat asma, jadi selama kehamilannya, keluarganya sangat menjaga subjek tersebut. Hal tersebut diungkapkan oleh subjek FB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"kalo misalkan suami mbak balek badannyo bauk, awal awal deket mbak tu mbak marah. Nah sekarang malahan kalo dio balek walaupun dio balek, masih nak mbak cium ciumi badannyo.." (S3/WI/201-204)*

*"Kalo cak misal nak kontrol ke doter tu selalu di rewangi samo suami.." (S3/WI/217-218)*

*"..Cuman kadang adek mbak tu galak buat ulah, jadi buat mbak nak marah terus.." (S3/WI/205-206)*

*"..Kalo memang suami dak sempet karno suami bekerja kan jadi dak biso ngerewangi, ado ibuk dirumah, samo ibuk, uong tuo mbak yang ngerewangi kontrol kerumah sakit cakitu. Terus adek mbak jugo kalo misalnya apo apo sering bantuin mbaklah, misalnya suami mbak kan kerjo, kalo dak ado uong dirumah ado adek mbak, adek mbak yang bantuin mbak.." (S3/WI/218-226)*

Hal tersebut juga diungkapkan oleh adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"..kapan apotu suaminyo balek cepetkan men bekendak kan biso dengan suaminyo kan pegi tu men nak kemanomano bebelian tu.." (IT3/W1/381-383)*

*"Kalo mbak dengen saya tu, dekett, yang emang cak dak katek jaraklah yang cakmano cakmano tu kan. Baik dari dio sebelum nikah sampe sekarang pas setelah nikah.." (IT3/W1/206-209)*

*"..Segalo cerito kami satusama lain saling tahu, saling cerito, jadi hubungan emosional dengan mbak tu sudah dibilang dekett niann dak katek jarak lagi.."*  
(IT3/W1/212-215)

### **Tema 7 : Berbagai Gejala Yang Dialami Subjek Selama Masa Kehamilan**

Subjek menuturkan bahwa selama masa kehamilannya, ada beberapa gejala yang di alaminya. Mulai dari gejala yang kecil seperti mual, muntah, tidak bisa tidur, sakit pinggang, sering pipis pada malam hari. Sampai dengan gejala yang berat yang dialaminya seperti asma, karena memang subjek punya riwayat penyakit asma dari kecil, hingga sampai dia hamil sekarang asma tersebut masih sering kambuh. Selanjutnya setelah dari beberapa kali pemeriksaan bayinya, subjek pernah mengalami darah tinggi dan bayinya yang kurang kalsium. Padahal dulu sebelum subjek hamil, subjek tidak pernah merasakan yang namanya darah tinggi, bahkan sering tergolong darah rendah, sampai subjek harus makan makanan penambah darah seperti sate kambing. Namun ketika hamil, subjek menjadi darah tinggi. Dan juga bayinya yang kurang kalsium, karena memang berdasarkan pernyataan subjek dan informan bahwa memang subjek dari sebelum hamil tidak pernah mengonsumsi susu. Hingga pada akhirnya subjek harus memaksakan dirinya untuk mengonsumsi susu, demi mencukupi kebutuhan bayi yang ada di dalam kandungannya tersebut. Berikut pernyataan subjek FB dalam kutipan wawancaranya sebagai berikut :

*"Susah tedok. Kalo tedok nak nyari posisi yang enak nian baru biso tedok. Terus giliran la biso tedok, la lemak posisinya, nak pipis tulah gawenyo.."*  
(S3/WI/235-237)

*"..badan ni lah tambah berat, pinggang kalo jalan tuh lagi dikit pinggang jadi sakit, kakinyo bengkak.."*  
(S3/WI/244-245 )

*"..Terus kalo dulu pas awal, pas masih trimester ke 1 tu, dari bulan 1,2,3 bulanlah ado yang namonyo mual mual tuh.."*(S3/WI/245-247)

*"..Nah mbak ni kan memang ado riwayat asma, dari mbak telat mens itu memang sesak terus, asma terus.."*  
(S3/WI/67-69)

*"kemaren tu sempet kato dokter keno darah tinggi.."*  
(S3/WI/278-28 )

*"..pas hamil.. berapa bulan yee.. 4 bulan apo 3 bulan cakit. Mbak tu ngeraso palak mbak tu beratt kan, terus keringet dinginn terus kayak itu. Nah pas mbak kontrol lagi ruponyo cekk tinggi tensi mbak ni.."* (S3/WI/285-288)

*"..Nah terustu jugo pas bulan ke beapo ee.. 5 apo mendak salah kemaren, mbak ni pernah pas perikso tu apo yee kato dokternyo tu, bebbby mbak ni agak cak kurang kalsium cakituna, yang untuk tulangnyolah, caknyo mbak ni kurang makan yang mengandung kalsium cakituna.."*(S3/WI/310-313)

Hal tersebut juga diungkapkan oleh adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"Kalo sulit tidur tu, I agak kurang tau sihh.. soalnya kan mbak tedoknyo dikamar. Tapi kalo cak keluar dari kamar tu kekamar mandi dulu iyo memang beberapa kalilah dulu pas kamar mbak belom ado kamar mandinyo.."*(IT3/W1/545-549)

*"Iyoo.. mbak memang punyo riwayat asma. Mbak tu dari kecikk memang sudah punyo penyakit asma.."*  
(IT3/W1/224-226)

*"..waktu itu jugo pernah pas balek mbak kontrol tu katonyo jugo mbak ni keno darah tinggi pas hamil ini. Pahal dulunyo pas sebelum hamil idak pernah mbak tu ngalami darah tinggi selamo gadisnyo.."* (IT3/W1/445-448)

*"Kalo mengeluh cemas tentang kehamilan tu pernah pasti. Kan saat kontrol kemarin tu, si dedek tu kurang.. ee.. apo ye kemaren tu ee, kalo susu tu apodio yang di dalem susu tu apo kalsium ee kalo dak salah. Nahh si dedek tu kurangkalsium katonyo, sudahtu pulok, beratnyo idak bertambah kato nyo tukan.."*  
(IT3/W1/424-430)

### **Tema 8 : Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan**

Dalam faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasannya, Subjek menuturkan bahwa ada beberapa hal yang menjadi faktor kecemasannya selama dalam masa kehamilannya. Pada perubahan fisik dan mental, subjek merasakan bahwa selama masa kehamilan menjadinya terlihat lebih gendut dan lebih jelek dari pada sebelum dari kehamilan. yang menyebabkan dirinya tidak terlalu PD dan ada rasa ketakutan dalam dirinya karena dirinya merasa nanti suaminya akan malu kepadanya dan takut merasa bahwa nanti suaminya tidak lagi menyukai dirinya yang berubah menjadi seperti itu selama masa kehamilan ini. Selanjutnya yaitu subjek juga merasa sering sulit tidur pada malam hari adalah salah satu penyebab subjek menjadi terkena darah tinggi. Dan juga subjek selama masa kehamilan sering mengalami ngidam yang terkadang jika ngidam itu tidak tersampaikan, subjek merasa menjadi sedih,

dan berpengaruh dengan emosinya, sehingga jika subjek sering merasakan sedih, dan kelabilan pada emosi, itu juga akan menjadi salah satu hal yang memberikan dampak negatif kepada bayinya. Dan yang menjadi faktor penyebab kecemasannya juga adalah subjek sering mengalami mimpi yang mistis. Dimana subjek sudah beberapa kali mimpi didatangi oleh sosok perempuan yang ingin mencoba membantunya melahirkan, padahal usia kandungannya masih belum cukup untuk melahirkan. Sehingga setiap kali mimpi itu muncul, subjek sering merasakan ketakutan karena nanti bakal ada hal negatif yang terjadi pada bayinya. Sebagaimana ungkapan FB dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"Kesel tu idak, cuma agak sedih be kalo ngaco tu ya Allah, jauh nian, jadi jelek nian, muko kan, sedih mbak tu dak pd cakitu, takut suami ni malu samo mbak sampe mbak sempet nannyo samo suami mbak "nah la jelek nian, masih dak kak galak samo aku ni, masih dak nerimo akuni apo adonyo" uji mbak kan.."* (S3/WI/184-190)

*"Nah itulah yang buat mbak tu jadii.. tambahh.. apo yee.. tambah kepikiran kan.. nahh... sedangkan darah tinggi tu dak boleh stres jugo kan, tedok harus cukup, makoke mbak selamo hamil ini malah susah tedok."* (S3/WI/301-306)

*"Hahaha ngidam yee.. iyoo agakk sering jugo mbak ni ngidam ngidam tuh.."* (S3/WI/408-409)

*"..kepengen mangga mudo. Jadi malem itulah mbak nak mangga nian. Sampe mbak nak nangis kalo dio dak kesampean. Kato suami mbak besok bae, dak galak mbak nak malem ini nian.."* (S3/WI/424-428)

*"..mbak jugo apo yeh.. pernah mimpi, ado ibuk ibuk kayak itunah. Ibuk ibuk kayakk..kayakk.. perasaan mbak*

*di dalem mimpi tu dokter. Itu di usia kehamilan mbak 3 bulan. Jadi kato ibuk ibuk itu dalem mimpi mbak ngomong, sinii.. dio tu bwak tas, bejilbab. Terus katonyo sinii.. aku bantu ngeluarke anak kauu katonyo ee.. jadi uji mbak, ai idaklahh, masih kecil dio nii. Idak papo katonyo kagek pas sudah di keluarke biso idup anak kau tu katonyo cakitu..”(S3/WI/531-540)*

*"Terus pernah jugo sekali lagii ampir samoo cakitulahh. Waktu itu hari jumat siang, mbak ni tetedok di meja makan tulah. Daktau rasonyo cak nganntuukkk nian siang sian itu tu. terus pas mbak mejem ado ibuk ibuk lagi, dateng pake baju putih rambutnyo panjang. Katonyo dio pengenn nian ngelus ngelus perut mbak, kato mbak jangan buk jangan..”( S3/WI/543-550)*

Hal tersebut juga diungkapkan oleh adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"..Memang yo berubah drastis nian dio dari gadis dulu sampe sekarang pas hamil ni..”( IT3/W1/538-540)*

*"..Jadi mbak tu pernah beceritakan. Tibo- tibo malem jum'at, itu pas hamil masuk bulan keberapo ee lupu jugo. Jadi dio tu ngomong dek, mbak mimpi aneh. Tulah mbak ni tekejut, nyingok mukonyo tu kan la tecemass, sudah itu bekeringet hahah mencak uong ketakutanlah. Jadi katonyo mbak ni di datengi nenek nenek dek, nenek nenek itu tu nak megang perut mbak katonyo tu kan..”( IT3/W1/574-580)*

### **Tema 9 : Sumber Kecemasan**

Dari berbagai penuturan subjek tentang sumber yang menjadi kecemasannya pada masa kehamilan ini, ada beberapa hal, seperti penyakit asma, darah tinggi, dan bagaimana

menghadapi persalinan. Subjek merasa bahwa karena penyakit asma yang dia punya sejak dari kecil itu, itu bisa menjadi salah satu hal yang bisa membeikan dampak yang negatif pada bayinya. Bisa saja nanti ketika asmanya sering kambuh, bayinya akan merasakan kekurangan oksigen juga, selanjutnya yaitu darah tinggi, dimana subjek sangat terkejut dan menjadi cemas ketika dirinya selama hamil ini menjadi darah tinggi, karena dulu pada saat dia sebelum hamil, dirinya tidak pernah merasakan darah tinggi. Sehingga jika subjek tetap pada darah tingginya selama masa kehamilannya ini, subjek cemas akan ada dampak pada bayinya juga. Serta persalinan, karena subjek bisa dibilang sangat penakut, jadi ketika mendengar persalinan, itu memiliki ketakutan terbesar dalam dirinya, karena dia juga memikirkan dampak dari setelah persalinan nanti, jika dia melahirkan normal akan bagaimana dan jika dia melahirkan secara sesar juga akan bagaimana, karena balik lagi kepada ketakutannya pada asma, berdasarkan penuturan dari informan bahwasannya subjek mengupayakan agar bisa melahirkan normal, namun subjek juga tetap mencemaskan asmanya. Sebagaimana ungkapan FB dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"Selain memang dari pada asma mbak yang la dari dulu sampe sekarang galak kumat kumatan, dan yoo.. cukup berat jugolah resiko uong asma ni selamo hamil kan, yo rentan dari nafas mbak, rentan jugo untuk pernafasan dedeknyo.."(S3/WI/274-278)*

*"..kemaren tu jugo sempet kato dokter keno darah tinggi. Nahh itu yang buat mbak takut, cemass nian mbak di buatnyo. Dari yang gadis dak pernah darah tinggi ini malah nak darah tinggi.."(S3/WI/279-282)*

*"...kalo orang darah tinggi tu ngerinyo katonyo ee.. idak sampe 9 bulan harus sudah di keluarke dedeknyo.*

*Takutnyo prematur kayak umur 7 bulan sudah harus dikeluarke. Nah itulah yang buat mbak tu jadi.. tambahh.. apo yee.. tambah kepikiran kan..”(S3/WI/298-303)*

*"Jujur mbak ni uongnyo takutan ee. Mbak ngeliat luko dikit bae parno, panikan uongnyo. Sampe sekarang jugo mbak masih bayangi yaAllah cakmano ee ngelahirke tu ee.. agek sakit, kagek inilah kagek itulah. Kalo nak persalinan normal kato uong tu memang sakit tapi cepet sembuhnyo. Kalo sesar, dio pas waktu persalinan dak sakit tapi sembuhnyo lamo, betahun tahun. Nah itu yang masih jadi pr buat mbak.”(S3/WI/585-593)*

Hal tersebut juga diungkapkan oleh adiknya RB, dalam petikan wawancaranya sebagai berikut :

*"yo namonyo sudah bebadan duo, sekali dio asma yo dio drop badannyo cakitukan. Dio bilang tu yo susah nafas. Sudah tu dii.. belikat tu kayak ado yang raso narik narik sakit. Yo pokoknyo men asmanyo kambuh pas masa hamil ni kayak betambah double raso sakitnyo tuu.. itu sih.”(IT3/W1/247-253)*

*"..Itulah yang dio jugo ngeraso cemas karno dokter bilang, kalo misalnya darah tinggi ini idak turun, katonyo biso nganggu janin katonyo tu kayak itu. Itulah yang buat dio ni jadi cems tu tekejutlah dio ni. Sebenernyo wajar bae amen dio ni nak keno darah tinggi kan, mungkin galak tebangun malem tu kan. Apo Cuma sekedar nak ngencing apo sekedar nak minum. Kan mbak ni galak cakitu mungkin itu sih yang galak buat dio tu darah tinggi tu.”(IT3/W1/451-457)*

*"..Karno kan mbak ni lahirannyo pengen secara alami katonyo kayak itu, nah dio takut dio kagek yo namonyo uong asma kan. Agek pas lagi sudah bukaan terakhir, si dedeknyo la nak keluar, dionyo asma. Kan takutnyo disitu. Itu si sebernyo yang ditakuti tu dari mbak ni tadi."(IT3/W1/235-241)*

### **Tema 10 : Strategi Coping**

Selama subjek mengalami gejala atau sesuatu yang dapat membuatnya menjadi cemas selama masa kehamilan ini, sebisa mungkin subjek mencari informasi informasi tersebut dengan cara rutin kontrol ke dokter, agar subjek bisa mengetahui secara medis bagaimana perkembangan anak yang ada di dalam kandungannya, namun hal lain yang dilakukan subjek yaitu ketika subjek sedang dalam keadaan cemas, subjek selalu bercerita dengan orang tuanya, bercerita dengan suaminya dan selalu mendengarkan nasihat nasihat orang orang terdekatnya yang menurutnya sudah memiliki pengalaman terlebih dahulu tentang kehamilan. hal tersebut juga di benarkan oleh adik kandungnya sendiri bahwasannya subjek ketika sedang cemas, lalu subjek bercerita dengan ibunya, maka subjek jadi lebih tenang, ditambah juga ayah dan suami subjek yang selalu mengingatkan subjek agar tidak lepas dari zikir, berwudhu, dan solat ketika sedang dalam perasaan yang gundah, cemas atau perasaan tertekan. Dan itu semua memang dilakukan subjek untuk membuatt dirinya merasa lebih tenang. Sebagaimana ungkapan FB dalam petikan wawancara sebagai berikut :

*"..Mbak tu ngeraso palak mbak tu beratt kan, terus keringet dinginn terus kayak itu. Nah pas mbak kontrol lagi ruponyo cekk tinggi tensi mbak ni. Jadi sudah cek samo dokter, konsul samo dokter, tes urin, terus ambek*

*darah, dicek takutnyo ado penyakit lain di dalem kan. Jadi dipastikee..”(S3/WI/287-293)*

*“..Karno mbak ado riwayat asma kan jadi harus kontrol terus..”(S3/WI/339-340)*

*“..Dio galak jugo tu di pijitinyo mbak kalo malem tu, biarpun Cuma di usap usap bae tukang beda amenlla dapet sentuhan laki tu, jadi lebih relax.” (S3/WI/642-645)*

*“lebih rajin beribadahnyo. Kalo dulukan ibaratnyo masih dewekan dek, kalo sekarang ni la ado yang di dalem perut ni apo yang dilakuke uong tuonyo kan dio biso ngerasoin. Ado tanggung jawab yang besarlah sekarang ni karno la bebadan duo. Kalo sekarang ni yo bener, ngedidik anak tu dari semenjak dio maish di dalam kandungan kito kan. Nah itu tadi ibadahnyo mbak lebih di rajini, ngaji, zikirnyo di lebihke, kalo dulu masih galak lupu lupuan skerang tambah ado laki pulo galak diingeti laki, banyak banyak zikir kyakitu.”(S3/WI/671-683)*

Hal ini selaras dengan yang dikatakan oleh adik subjek, yaitu RB dalam kutipan wawancaranya sebagai berikut :

*“Kalo mbak sih uongnyo.. apo yee.. walaupun dio cemas, tapi idak terlalu difikirke cakitunah. Paling idak kalo dari gades galak misalnya men dio ngeluh segalo macem, becerito dengen ibuk. Ibuk nasehatii..ngomong ini segalo macemlah pokoknyoo tu, sudahh cakitunah, idak terlalu jadi bahan pikiran, idak sampe belarut larut cakitunah. Masih balik balik lagi power uong tuo tulahh sih hal yang paling biso ngejadiken mbak tu tenang.” (IT3/W1/458-469)*

*“Kalo mbak, ibadahnyo tukang kalo solat tuu yo limo waktu dak lepas yokan. Nah tapi untuk maksudnyo*

*ditingkatke lagi tu yang kayak sunah sunahnya kayakitu nah.. yang kayak duhaa, tahajjud kan.” (IT3/W1/613-616)*

### **Tema 11 : Dampak Strategi Coping**

Hal yang paling berdampak pada subjek, ketika subjek sedang mengalami kecemasan yaitu dengan cara mendapatkan dukungan emosional dari keluarga, suami, maupun orang-orang yang sudah memiliki pengalaman sebelumnya tentang kehamilan, dengan ditambah penguatan melalui pendekatan diri kepada Allah, selalu berzikir, dan shalat untuk melepaskan perasaan tertekan, cemas dan sebagainya selama masa kehamilannya. Berikut ungkapan subjek FB dalam petikan wawancaranya sebagai berikut:

*”Yo itu tadi, kalo sudah cemas, kayak sudah pikiran ni sudah kemano mano pikiran nak negatif tula, suami mbak yang negur, cepetlah ambek wudhu, terus berzikir cakitu, baco qur’an, biar lebih tenang hatinya, terus dedeknyo jugo lebih nyaman men denger ayat ayat tukan..” (S3/WI/688-693)*

*”..sudah tu biar lebih tenang, mbak galak dengerii.. apo namonyo tu.. dengerin surat surat, kayak mariyam, yusuf. Terus dengeri musik klasik biar untuk dedeknyo terus mbaknyo jugo jadi lebih relax. Pokoknyo nyari kegiatanlah..” (S3/W1/327-334)*

*”Yoo.. mbak mintak bantuan samo suami mbak kan, usahai jangan ribut kalo dio misal mbak la tedok duluan tapi dio nak nonton mbak omongi kalo biso jangan sampe ributlah..” (S3/WI/366-369)*

Hal tersebut memang dibenarkan dari pernyataan adiknya yaitu RB dalam petikan wawancaranya sebagai berikut:

*"Kalo kito.. ee.. apo yee.. kan ayah sering ngomong, kalo misalno fikiran kito lagi gundah, lagi dak lemak, lagi ado masalah segalo macem.. yo banyak bnayak zikirr. Karno kan zikir tu untuk nenangke hati dan fikiran. Kan kami selalu di ajari ayah kayak itu. Jadi yo itulah tadi obatno, itulah tadi jalan keluarno."*  
(IT3/W1/478-484)

*"Kalo mbak sih uongno.. apo yee.. walaupun dio cemas, tapi idak terlalu difikirke cakitunah. Paling idak kalo dari gades galak misalno men dio ngeluh segalo macem, becerito dengan ibuk. Ibuk nasehatii.. ngomong ini segalo macemlah pokoknyoo tu, sudahh cakitunah, idak terlalu jadi bahan pikiran, idak sampe belarut larut cakitunah. Masih balik balik lagi power uong tuo tulahh sih hal yang paling biso ngejadien mbak tu tenang."*  
(IT3/W1/458-469)

#### **4.5 Pembahasan**

Penelitian ini membahas tentang kecemasan dan coping pada wanita primigravida yang memiliki riwayat penyakit fisik. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil tiga subjek yang dijadikan sebagai penelitian. Masing-masing subjek bertempat tinggal di wilayah Palembang, tepatnya di kelurahan Lorok Pakjo. Subjek pertama berinisial RP yang berusia 24 tahun, subjek kedua berinisial FTR berusia 25 tahun, dan subjek ketiga berinisial FB yang berusia 27 tahun. Ketiga subjek berada pada masa dewasa awal. Hal ini juga selaras dengan yang dikemukakan oleh Santrock (2011) bahwa periode perkembangan yang dimulai pada awal usia 20-an sampai dengan 30-an masih masuk kedalam tahapan perkembangan dewasa awal (early adulthood). Selanjutnya penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana coping yang akan digunakan pada wanita

primigravida tersebut ketika sedang menghadapi kecemasan-kecemasan yang timbul selama masa kehamilannya.

Subjek RP merupakan anak kedua dari empat bersaudara, subjek RP tinggal jauh dari suami maupun keluarganya selama masa kehamilannya. suaminya berada di surabaya, keluarganya berada di palembang, sedangkan dirinya berada di semarang karena bekerja di salah satu perusahaan BUMN (Bank BRI Semarang). selanjutnya subjek FTR merupakan anak pertama dari lima bersaudara, subjek tidak bekerja lagi ketika ia memasuki masa kehamilan kurang lebih 4 bulan. Selama masa kehamilannya subjek tinggal dirumah mertuanya bersama suaminya. Sedangkan subjek FB merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Selama masa kehamilannya, subjek FB tinggal di rumah orangtuanya. Kedua subjek baik FTR maupun FB merupakan ibu rumah tangga biasa yang kesehariannya mengurus rumah seperti menyapu, mengepel, sampai mencuci baju.

Lain halnya dengan subjek RP, selain dia memang seorang ibu rumah tangga, subjek RP juga sebagai seorang pegawai di salah satu perusahaan BUMN tepatnya di Bank BRI di semarang. Walaupun selepas dari kegiatannya yang bekerja di salah satu perusahaan tersebut, subjek RP juga melakukan kegiatan yang sama, ketika sedang menjadi ibu rumah tangga dirumahnya, yaitu dengan melakukan aktivitas seperti membersihkan rumah, memasak dan hal-hal lain yang biasa di kerjakan pada ibu rumah tangga pada umumnya.

Ketiga subjek memutuskan menikah, karena mereka merasa sudah lebih memantaskan diri dan siap untuk menjadi seorang istri. Hal tersebut selaras dengan apa yang dibahas oleh santrock (2011) bahwa pada masa dewasa awal merupakan saat untuk mencapai kemandirian pribadi dan ekonomi, perkembangan karir, serta bagi sebagian besar orang adalah masa untuk memilih pasangan, belajar untuk mengenal seseorang secara lebih dekat, memulai keluarga sendiri, dan mengasuh anak.

Namun, tidak semua dari wanita pada masa dewasa awal ini benar-benar siap dan memantaskan diri mereka untuk menjadi seorang ibu. Karena berdasarkan dari pernyataan subjek, baik subjek RP, subjek FTR, maupun subjek FB, mereka menyatakan bahwa pada awalnya ketika mereka dinyatakan positif hamil, disamping memang mereka merasakan kebahagiaan tersendiri, namun mereka juga merasa bingung, degdegan bahkan cemas. Karena mereka belum ada pengalaman kehamilan sebelumnya, sehingga mereka tidak tau langkah apa yang akan mereka lakukan untuk selanjutnya. Bagaimana cara menjaga bayi yang akan ada di dalam kandungannya kurang lebih selama 9 tersebut. Hal ini selaras yang dikatakan Dariyo (2007), bahwa masa kehamilan dari masa konsepsi hingga melahirkan seorang bayi, kira-kira berlangsung selama 9 bulan 10 hari. Setelah dari masa ini, barulah seorang ibu akan melahirkan bayinya.

Ketiga subjek memiliki kesamaan pada saat ini, yaitu mengandung anak pertama yang sedang memasuki tahapan periode kehamilan di trimester III. Dimana trimester III merupakan usia kehamilan dari 28-38 minggu (Dariyo, 2007). Namun yang dilihat oleh peneliti, pada penelitian ini, bukan hanya pada trimester III saja. Melainkan sejak dari kehamilannya mulai dari trimester I, trimester II, maupun trimester III. Karena pengalaman yang dirasakan oleh ketiga subjek selama mengandung itu berbeda-beda. Jika dilihat dari usia pada kandungan subjek saat ini pun berbeda. Subjek RP dan subjek FTR sekarang sudah memasuki usia kehamilan bulan kedelapan, sedangkan subjek FB memasuki usia kehamilan bulan ketujuh.

Pengalaman-pengalaman yang di rasakan oleh ketiga subjek selama masa kandungannya sangat beragam dan unik. Pengalaman yang dimaksudkan seperti gejala-gejala kehamilan, perubahan fisik maupun emosi, perasaan ngidam, dan hal-hal lain yang sering terjadi pada ibu hamil secara umumnya. Pada subjek FTR dan Subjek FB, mereka mengatakan bahwa mereka merasakan gejala pada awal kehamilannya seperti mual dan muntah (morning sickness). Namun

lain halnya dengan subjek RP, dia mengatakan bahwa dirinya sejak awal kehamilan sama sekali tidak pernah mengalami yang namanya mual atau muntah tersebut. Dia masih tetap bisa makan seperti biasanya tanpa ada rasa mual sedikitpun pada awal kehamilannya tersebut. Namun ketiga subjek sama-sama merasakan gejala sakit pinggang pada malam hari selama masa kehamilannya.

Dari semua subjek rata-rata mempunyai perubahan fisik yang hampir sama, seperti perutnya yang semakin hari semakin membesar, timbangan berat badan yang naik, kulit menjadi tidak bersih, bahkan subjek FB mengatakan bahwa dirinya mengalami pembengkakan pada kakinya selama masa kehamilannya, walaupun pada subjek RP dan FTR tidak terlalu mengalaminya karena memang berdasarkan dari hasil observasi peneliti, badan subjek RP dan FTR tidak terlalu besar, namun pada subjek FB badannya lebih besar dibanding subjek RP dan FTR. Pembengkakan pada subjek FB sebenarnya adalah hal yang biasa terjadi dalam masa kehamilan. pembengkakan tersebut disebut dengan edema dimana cairan dalam tubuh menggumpal di satu tempat yang biasa sering terjadi pada kaki, tangan, bahkan wajah. Semakin besar tubuh selama masa hamil, maka akan semakin banyak cairan yang ada dalam tubuh, sehingga bisa terjadi pembengkakan. Hal ini selaras dengan pernyataan Nurdiansyah (2011), bahwa kaki bengkak/edema pada ibu hamil kurang lebih 55% sering terjadi. Hal itu terjadi karena berat tubuh yang bertambah membuat kerja kaki juga semakin berat, sementara aliran darah kaki juga melambat sehingga menimbulkan pembengkakan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi edema tersebut karena kandungan garam di dalam makanan.

Selain perubahan fisik yang terjadi pada ibu hamil, adapula perubahan emosional yang dialami oleh ibu hamil. Pada ketiga subjek penelitian, subjek RP, FTR dan FB, mereka semua mengalami dan merasakan perubahan emosional yang terjadi dalam dirinya pada masa kehamilannya. seperti yang dijelaskan oleh Soenarwo (2013)

bahwa tanda- tanda lainnya yaitu pada masa awal kehamilan, berbagai perasaan akan bercampur aduk, mulai dari senang, sedih, sensitif, ada juga merasakan cepat lelah, sulit tidur, dan tidak nyaman. Pada subjek FTR dan FB selama masa kehamilannya mereka menuturkan bahwa mereka sering merasakan perasaan yang sensitif dan lebih kapada hal yang melankolis, atau mudah sedih. Mereka merasa bahwa dirinya menjadi lebih baper selama masa kehamilannya. Ketika ada hal-hal yang sebenarnya sepele, namun bagi mereka hal tersebut sangat mengganggu emosional nya, sehingga mereka lebih gampang sedih dan menangis. Lain halnya dengan subjek RP. Subjek menuturkan bahwa selama masa kehamilannya, subjek jadi lebih sensitif dan mudah marah. Bahkan dalam hasil wawancarapun subjek menuturkan bahwa subjek sampai pernah beradu argumen dengan atasannya di kantor karena emosinya tidak stabil yang menjadikan dirinya lebih cepat marah dalam menghadapi sesuatu yang mengganggu dirinya.

Pada masa kehamilan ini, mulai dari Trimester I, II,III, ketiga subjek bukan hanya mengalami gejala-gejala yang pada umumnya sering terjadi pada ibu hamil seperti yang dibahas diatas, tetapi ada gangguan-gangguan lain yang bisa menjadi faktor penyebab kecemasan dan juga sumber kecemasan pada subjek, yang berasal dari internal maupun dari eksternal subjek. Selaras dengan yang dikatakan Ghufron dan Risnawita (2017) bahwa dinamika kecemasan bisa berasal dari tekanan buruk prilaku masalalu, serta adanya gangguan mental, bisa juga berasal dari evaluasi diri yang negatif.

Pada subjek FB selama masa kehamilannya, subjek pernah mengalami darah tinggi, dan bayi yang ada di dalam kandungannya itu mengalami kekurangan kalsium karena subjek jarang minum susu selama masa kehamilannya. Selain dari pada itu, subjek FB juga merasakan bahwa selama masa kehamilannya, subjek pernah beberapa kali mengalami mimpi yang mistis yang menyangkut kehamilannya. Karena subjek pernah mendengar cerita yang sama

yang pernah terjadi pada keluarganya tentang hal mistis tersebut, sehingga subjek pun merasa cemas akan hal itu. Lain halnya dengan subjek FTR, pada masa kehamilannya, yang menjadikannya cemas adalah subjek mengalami posisi bayi yang sungsang, padahal kehamilannya sudah memasuki trimester III sehingga sudah hampir memasuki masa persalinan. Sedangkan pada subjek RP, ia mengalami asam lambung yang meningkat, sehingga harus membuat dirinya keluar masuk rumah sakit untuk mendapatkan perawatan. Bahkan dirinya harus menjalani endoskopi dan dibius secara total untuk melihat kondisi lambungnya pada masa kehamilannya ini. Dan juga subjek RP merasa bahwa ada hal lain yang menjadi faktor penyebab kecemasan dirinya yaitu karena subjek RP berada jauh dari suaminya maupun keluarganya pada masa kehamilan pertamanya ini.

Ketiga subjek hampir memiliki masalah yang serupa yaitu sama-sama pernah mengalami gangguan pada pernafasan selama masa kehamilannya. Pada subjek FB, gangguan pernafasan yang dialaminya beresalkan dari riwayatnya yang memang memiliki penyakit asma dari ia kecil, sedangkan subjek FTR dan RP, masalah pernafasannya berasal dari bayi yang semakin membesar, sehingga mendesak organ yang ada pada tubuhnya yang menyebabkan subjek menjadi sesak. Hal ini selaras dengan yang dikatakan oleh Nurdiansyah (2011), sesak terjadi karena fungsi paru-paru untuk mengembang maksimal saat menarik nafas terhalang oleh rahim yang semakin membesar dan menekan diafragma.

Selain dari pada itu, ada masalah yang serupa juga, yang menjadikan subjek merasakan kecemasan pada masa kehamilannya, yaitu pada asupan gizinya. Namun pengalaman yang dirasakan pada masing-masing subjek berbeda. Pada subjek RP, ia harus sangat menjaga asupan gizinya karena subjek RP rentan terhadap asam lambungnya yang sering meningkat. Selanjutnya pada subjek FTR, subjek merasa cemas dan khawatir akan asupan gizi pada bayinya, karena subjek tidak suka makan buah dan sayuran selama masa

kehamilannya. Sedangkan pada subjek FB, subjek paling sering mengalami masa ngidam selama kehamilannya. Sehingga subjek khawatir terhadap asupan gizi anaknya karena terlalu banyak ingin makan-makanan jajanan, maupun junkfood.

Kegelisahan dan kecemasan selama masa kehamilan merupakan kejadian yang tidak terelakkan, hampir selalu menyertai kehamilan dan memang itu merupakan proses penyesuaian yang wajar yang sering terjadi pada masa kehamilan terutama pada masa kehamilan yang pertama. Untuk itu, agar kecemasan tersebut tidak semakin menjadi-jadi, sehingga akan memberikan dampak yang buruk atau bahkan dapat membahayakan bayi yang ada didalam kandungannya, maka ibu hamil harus mempunyai caranya sendiri untuk mengatasi hal-hal yang dapat memicu kecemasannya meningkat selama masa kehamilannya ini. Cara inilah yang disebut dengan strategi coping. Strategi *coping* bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dirasa menekan, menantang, membebani dan melebihi sumberdaya (*resources*) yang dimiliki. Sumberdaya *coping* yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi strategi *coping* yang akan dilakukan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan, (Maryam 2017).

Pada subjek FTR, ketika subjek sedang mengalami kecemasan, cara yang digunakannya adalah dengan cara bercerita kepada orangtua kandungannya. Karena ketika subjek FTR mendapatkan masukan saran dari dokternya untuk sering melakukan sujud agar bayinya bisa kembali normal tidak dalam posisi yang sumsang lagi, subjek tidak terlalu melakukannya sehingga bayi yang ada didalam kandungannya tetap dalam keadaan sumsang. Yang hanya bisa membuatnya merasa tenang hanya dengan cara bercerita kepada orangtuanya dan menutup diri dari hal-hal yang dapat membuatnya timbul kecemasan. Lain halnya dengan subjek RP dan Subjek FB, ketika mereka menghadapi kecemasan, yang mereka lakukan adalah mendekatkan diri kepada Allah, dengan cara solat, beristighfar,

berzikir, dan menyerahkan semuanya kepada Allah. Namun memang baik dari subjek FTR, subjek RP maupun subjek FB, dukungan emosional dari suami maupun keluarganya yang mampu memberikan power pada masing-masing diri mereka ketika sedang menghadapi kecemasan. Untuk mengalihkannya dengan cara mencari informasi dari sumber yang benar hanyalah sebagai cara tambahan saja bagi diri mereka.

#### **4.6 Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini masih memiliki banyak keterbatasan dalam tahap pelaksanaannya. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini ialah sulitnya menyesuaikan jadwal wawancara dengan subjek penelitian, karena pada saat itu sedang bulan ramadhan, dan idul fitri. Sehingga jadwal wawancara agak sedikit terjeda karena terhalang keadaan saja. Selanjutnya pada tahapan dokumentasi, karena subjek keseharian dirumah selalu memakai pakaian rumah seadanya, sehingga membuat subjek harus bertukar baju dahulu, dan ada beberapa subjek yang tidak PD juga ketika dimintai foto untuk dijadikan sebagai dokumentasi ini.