**SKALA PENELITIAN**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DAN *ADVERSITY QUOTIENT* PADA KECEMASAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS KABUPATEN SIDOARJO**

**IDENTITAS DIRI**

Nama :

Usia :

Usia Kandungan :

Pekerjaan :

Pendidikan :

Instansi (Puskesmas) :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Saudara diharapkan menjawab setiap pernyataan dalam kuesioner ini dengan keadaan, pikiran dan perasaan saudara yang sebenarnya dengan memilih :

Keterangan :

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

~Selamat Mengerjakan~

**Skala Dukungan Suami**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **ST** | **STS** |
| 1 | Suami sesekali memberikan saran untuk mengurangi rasa takut |  |  |  |  |
| 2 | Suami sesekali memberikan dukungan dalam menjalani kehamilan ini. |  |  |  |  |
| 3 | Suami sesekali membantu meringankan pekerjaan saya |  |  |  |  |
| 4 | Suami memberi tahu kepada saya informasi seputar kehamilan  |  |  |  |  |
| 5 | Suami menasehati saya untuk tetap tenang ketika saya merasa takut dalam menghadapi kelahiran bayi. |  |  |  |  |
| 6 | Suami selalu menambah rasa takut saya dengan menceritakan hal-hal buruk yang akan menimpa bayi  |  |  |  |  |
| 7 | Suami memiliki simpanan uang yang cukup untuk keperluan saya melahirkan nanti. |  |  |  |  |
| 8 | Suami saya senantiasa tidak menyiapkan uang lebih untuk biaya persalinan saya |  |  |  |  |
| 11 | Ketika sedang putus asa karena cemas menghadapi kelahiran, suami membeikan dukungan untuk terus berusaha, berdo’a dan yakin pada sang pencipta |  |  |  |  |
| 12 | Walaupun suami saya sibuk, suami sering membantu meringankan pekerjaan saya yang belum selesai. |  |  |  |  |
| 13 | Suami hamper tidak memanjakan saya walaupun saya sedang hamil. |  |  |  |  |
| 14 | Suami saya kurang mengetahui perubahan emosi yang saya alami saat kehamilan seperti kapan harus memberikan perhatian lebih, kapan saya merasa sensitive, dll |  |  |  |  |
| 15 | Suami senantiasa menghargai perasaan saya yang kadang cemas memikirkan keselamatan bayi. |  |  |  |  |
| 16 | Suami saya selalu menolak meluangkan waktu untuk mengantar saya periksa kehamilan ke dokter kandungan |  |  |  |  |
| 18 | Suami jarang mendengarkan keluh kesah atau kekhawatiran saya tentang persalinan |  |  |  |  |
| 19 | Suami meluangkan waktu untuk membicarakan perkembangan janin saya setiap hari |  |  |  |  |
| 20 | Saat membayangkan hal -hal yang menakutkan tentang keselamatan bayi, suami saya senantiasa menasehati untuk berdo’a |  |  |  |  |
| 21 | Suami saya selalu menyiapkan dana lebih untuk keperluan tak terduga |  |  |  |  |
| 22 | Suami sesekali menenangkan saya dengan mengatakan hal -hal yang baik ketika saya merasa cemas menghadapi kelahiran bayi. |  |  |  |  |
| 23 | Suami saya malas mencarikan informasi tentang kehamilan dan proses melahirkan |  |  |  |  |
| 24 | Suami saya selalu cuek ketika saya merasa cemas menghadapi kelahiran bayi |  |  |  |  |
| 25 | Suami kurang memperdulikan perasaan saya yang cemas memikirkan keselamatan bayi saya |  |  |  |  |
| 26 | Suami senantiasa mengabaikan saya ketika saya lupa memeriksakan kehamilan |  |  |  |  |
| 27 | Suami memberikan perhatian yang lebih pada saya semenjak saya positif hamil |  |  |  |  |
| 28 | Saat saya melakukan kesalahan, suami tidak memberi tahu pada saya |  |  |  |  |
| 29 | Suami senantiasa tidak menyediakan transportasi untuk saya melakukan pemeriksaan kehamilan. |  |  |  |  |
| 30 | Suami selalu cuek dengan pekerjaan rumah walaupun rumah dalam keadaan berantakan |  |  |  |  |
| 31 | Suami saya sering cemas dalam menghadapi kelahiran bayi, sehingga tidak ada yang memberikan dukungan untuk tenang |  |  |  |  |
| 32 | Suami sesekali memberikan buku dan majalah seputar kehamilan  |  |  |  |  |
| 33 | Suami sesekali meminta saya agar selalu memberitahukan keadaan kehamilan saya |  |  |  |  |
| 34 | Kebutuhan saya tercukupi oleh penghasilan suami |  |  |  |  |
| 35 | Suami membuat saya cemas menghadapi proses melahirkan |  |  |  |  |
| 36 | Tabungan suami kurang untuk persiapan kelahiran bayi saya |  |  |  |  |
| 38 | Saya sesekali merasa tegar menjalani kehamilan ini karena suami terus mendampingin saya |  |  |  |  |
| 39 | Suami sering membuat saya merasa sendiri dalam menjalani kehamilan ini dengan sikapnya yang cuek |  |  |  |  |
| 40 | Suami membantu saya menyiapkan segala kebutuhan calon bayi saya. |  |  |  |  |
| 41 | Suami senantiasa memberikan kasih sayangnya lebih besar ketika mengetahui saya sedang hamil. |  |  |  |  |
| 42 | Suami memberi tahu saya untuk melakukan hal -hal yang baik untuk saya dan kandungan saya. |  |  |  |  |
| 43 | Suami jarang memberikan uang untuk memenuhi kebutuhan persalinan saya |  |  |  |  |
| 44 | Suami memberikan pelukan saat saya sedang merasa cemas |  |  |  |  |
| 45 | Suami sesekali mengekspresikan kasih sayang dalam bentuk apapun |  |  |  |  |
| 48 | Suami memberikan empati kepada saya. |  |  |  |  |
| 49 | Suami saya kurang merasakan apa yang sedang saya rasakan. |  |  |  |  |
| 50 | Kasih sayang yang diberikan suami selalu membuat saya kuat menjalani kehamilan ini. |  |  |  |  |

**Skala *Adversity Quotient***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **ST** | **STS** |
| 1 | Ketika saya berselisih dengan suami, saya selalu mencari cara untuk menyelesaikanya |  |  |  |  |
| 2 | Saya selalu mampu membedakan mana kesalahan saya atau bukan kesalahan saya meskipun saya hamil |  |  |  |  |
| 3 | Saya selalu mampu mengatasi setiap kegagalan yang saya alami selama kehamilan ini |  |  |  |  |
| 6 | Saya lebih berhati-hati dalam melakukan sesuatu dalam menjaga kandungan saya |  |  |  |  |
| 7 | Seberat apapun masalah yang saya hadapi, saya tidak pernah berpikir untuk menyerah |  |  |  |  |
| 8 | Meskipun masalah datang terus-menerus, saya mampu menyelesaikannya |  |  |  |  |
| 9 | Saya membagi waktu antara kerja atau jadwal periksa kandungan |  |  |  |  |
| 12 | Meskipun pekerjaan saya banyak, saya senantiasa tetap melakukan periksa |  |  |  |  |
| 13 | Ketika saya mengalami kesulitan dalam masa kehamilan, saya senantiasa mencari cara untuk menyelesaikannya |  |  |  |  |
| 14 | Ucapan yang diberikan bidan/dokter mengenai anak saya senantiasa membuat saya semakin bersemangat untuk menjaganya |  |  |  |  |
| 15 | Saya senantiasa bersemangat menjaga kandungan saya meskipun masalah yang sedang terjadi |  |  |  |  |
| 16 | Meskipun saya mengalami kesulitan selama hamil, saya senantiasa tetap mencari jalan keluarnya |  |  |  |  |
| 17 | Saya jarang berusaha untuk mencari informasi mengenai metode persalinan nanti |  |  |  |  |
| 18 | Saya mampu mengambil pelajaran dari cerita ibu hamil yang sudah pernah melahirkan anak pertama |  |  |  |  |
| 19 | Ketika saya mengalami kesulitan, saya mampu melewatinya |  |  |  |  |
| 20 | Saya berusaha mempelajari sesuatu yang belum pernah saya lakukan selama kehamilan |  |  |  |  |
| 21 | Meskipun kesulitan datang terus menerus, saya mampu melewati hal itu dengan baik selama kehamilan |  |  |  |  |
| 22 | Saya sesekali mudah dipengaruhi oleh orang lain |  |  |  |  |
| 24 | Ucapan yang diberikan bidan/dokter mengenai anak saya sesekali membuat saya kurang bersemangat untuk menjaganya |  |  |  |  |
| 25 | Saya menjadi malas ketika bidan/dokter memberikan banyak rintangan/pantangan |  |  |  |  |
| 26 | Ketika terjadi masalah, saya jarang melakukan apapun untuk menyelesaikannya |  |  |  |  |
| 27 | Saya sering melakukan kesalahan yang sama |  |  |  |  |
| 28 | Saya merasa marah ketika dikritik oleh orang lain mengenai bentuk badan selama kehamilan ini |  |  |  |  |
| 30 | Rintangan/pantangan yang sering diberikan bidan/dokter membuat saya semakin malas |  |  |  |  |
| 31 | Ketika saya mendapatkan pekerjaan yang banyak, saya lupa akan jadwal periksa kandungan |  |  |  |  |
| 32 | Ketika terjadi masalah dengan kandungan, saya hampir tidak bersemangat untuk melakukan kegiatan apapun |  |  |  |  |
| 33 | Saya selalu membesar-besarkan masalah kecil sehingga kurang dapat menyelesaikanya dengan cepat |  |  |  |  |
| 35 | Kesehatan saya sesekali menurun karena suami saya tidak mau membantu saya melakukan pekerjaan rumah |  |  |  |  |
| 36 | Saya mudah putus asa ketika mengalami kesulitan |  |  |  |  |
| 37 | Saya orang yang sering mudah menyerah |  |  |  |  |
| 38 | Saya selalu menyalahkan orang lain bila ada suatu masalah yang terjadi terhadap kandungan saya |  |  |  |  |
| 39 | Saya sesekali merasa susah fokus ketika ada masalah dengan orang lain. |  |  |  |  |

**Skala Kecemasan**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Saya sering merasa gelisah ketika membayangkan tentang keselamatan bayi saya |  |  |  |  |
| 2 | Saya selalu tidak dapat tidur nyenyak bila membayangkan proses persalinan |  |  |  |  |
| 3 | Tubuh saya sering merasa gemetar ketika mendengar banyak bayi yang lahir cacat |  |  |  |  |
| 5 | Saya sering sulit berkonsentrasi dalam mengerjakan pekerjaan menjelang waktu persalinan |  |  |  |  |
| 6 | Saya sesekali merasa semangat walaupun masa kehamilan |  |  |  |  |
| 7 | Saya merasa mudah tersinggung dengan perasaan orang lain mengenai bayi saya yang akan lahir |  |  |  |  |
| 8 | Saya seringkali menggigit-gigit bibir ketika melihat ada bayi yang lahir cacat |  |  |  |  |
| 10 | Saya yakin tidak akan ada masalah dengan kehamilan saya |  |  |  |  |
| 12 | Saya selalu yakin bayi saya akan baik-baik saja nanti. |  |  |  |  |
| 13 | Memikirkan tentang persalinan tidak membuat tidur saya terganggu. |  |  |  |  |
| 14 | Semakin dekat waktu melahirkan,saya semakin bersemangat |  |  |  |  |
| 16 | Tangan saya kering dan berkeringat setelah melihat ada bayi yang cacat fisik |  |  |  |  |
| 18 | Saya senantiasa tidak bisa tenang jika memikirkan tentang persalinan yang akan saya lakukan |  |  |  |  |
| 19 | saya tetap tenang dengan perkataan orang lain mengenai bayi saya yang akan lahir nanti |  |  |  |  |
| 20 | Saya selalu membayangkan hal-hal yang buruk tentang bayi yang akan saya lahirkan |  |  |  |  |
| 21 | Akhir -akhir ini saya mudah gugup ketika berbicara |  |  |  |  |
| 23 | Jika ditanya tentang sesuatu, maka saya sesekali sulit terfokus atau berkonsentrasi |  |  |  |  |
| 24 | Tubuh saya sering basah berkeringat karena membayangkan masa depan bayi saya nanti |  |  |  |  |
| 25 | Walaupun terus terbayang dan memikirkan proses persalinan, saya selalu dapat berkonsentrasi pada apa yang sedang saya kerjakan. |  |  |  |  |
| 27 | Saya selalu tidak dapat duduk diam ketika membayangkan proses kelahiran nanti. |  |  |  |  |
| 28 | Tangan dan kaki saya sering berkeringat dingin ketika mendengar cerita tentang proses persalinan.  |  |  |  |  |
| 29 | Saya selalu tetap tenang saat membayangkan proses melahirkan |  |  |  |  |
| 30 | Saya sering melamun ketika bekerja karena sering terbayang hal -hal negatif mengenai keselamatan bayi saya. |  |  |  |  |
| 31 | Saya selalu merasa menjalani kehamilan ini dengan pesimis |  |  |  |  |
| 32 | Walalupun saya mendengar proses melahirkan itu menyakitkan, saya tetap tenang. |  |  |  |  |
| 34 | Saya tetap tenang ketika membayangkan proses persalinan |  |  |  |  |
| 35 | Saya mudah marah ketika ada perkataan yang menyinggung perasaan saya |  |  |  |  |
| 37 | Saya mengkhawatirkan hal -hal yang dapat terjadi selama proses persalinan |  |  |  |  |
| 38 | Saya sesekali meremas -remas jari ketika mendengar cerita tentang proses persalinan |  |  |  |  |
| 39 | Bicara saya selalu lancar walaupun terbayang proses melahirkan |  |  |  |  |
| 40 | Fisik saya menjadi lemah karena menjalani kehamilan ini |  |  |  |  |
| 41 | Reaksi tubuh saya biasa-biasa saja setelah mendengar ada bayi yang meninggal sesaat setelah dilahirkan |  |  |  |  |
| 43 | Walaupun berat badan saya bertambah karena kehamilan ini, saya sangat yakin suami saya tidak melirik wanita lain. |  |  |  |  |
| 46 | Konsentrasi saya berkurang selama masa kehamilan. |  |  |  |  |
| 47 | Saya dapat berpikir dengan tenang ketika saya memikirkan proses persalinan |  |  |  |  |
| 48 | Saya sering merasa gugup jika membicarakan perkembangan janin saya |  |  |  |  |