

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Kehamilan merupakan suatu anugerah yang diberikan oleh Allah untuk manusia dengan menitipkan sebuah janin di dalam Rahim seorang wanita, kehamilan adalah momen yang sangat dinanti oleh pasangan suami isteri tetapi kehamilan terkadang dianggap sebuah hal yang menakutkan bagi ibu yang menanti kehamilan atau yang sedang hamil mereka berpikir kehamilan mengalami perubahan yang sangat signifikan dan dianggap tidak menyenangkan. Kehamilan bisa terjadi karena pembuahan antara sel sperma dan ovum sampai akhirnya berbentuk zigot, kemudian menjadi segumpal darah membentuk tulang dan ditutupi oleh kulit.¹

Angka kematian di Indonesia pada ibu melahirkan masih sangat tinggi yaitu sekitar 30% dari 1000 ibu melahirkan, hal ini membuat hampir seluruh ibu yang akan menghadapi persalinan mengalami perubahan fisik maupun psikis. Di antara yang paling banyak dirasakan pada psikologis ibu hamil yaitu gangguan kecemasan, hal ini umum baik kehamilan pertama maupun kehamilan berikutnya.

Ada berbagai faktor yang menyebabkan angka kematian pada ibu melahirkan di Indonesia masih sangat tinggi, diantaranya sang Ibu masih dibawah umur, jarak antar anak terlalu dekat, pemeriksaan kehamilan tidak teratur, perawatan pasca melahirkan kurang diperhatikan, tenaga medis yang kurang, fasilitas yang tidak memadai, kurangnya pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi, tidak adanya transportasi yang memadai, dan masyarakat kurang memperhatikan kesehatan ibu hamil.

Kecemasan yang di alami ibu hamil lebih terasa saat menghadapi persalinan. Rasa sakit saat persalinan sudah menjadi topik yang sering dibicarakan, hal ini merupakan stimulus bahwa melahirkan seorang anak suatu hal mengerikan yang akan

¹ Risyanti, *Pengaruh Terapi Murottal Juz'Amma Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan (Pada Ibu Hamil Primagravida Trimester III)*, Bandung: Skripsi, 2017 Hlm. 12

membahayakan nyawa seorang ibu dan menyebabkan kematian. Oleh karena itu banyak ibu hamil yang mengalami perasaan takut dan cemas.²

Diantara perubahan aspek psikologis menjelang melahirkan yang dirasakan ibu hamil yaitu kecemasan yang menjadikan tekanan dalam jiwa, dari awal kehamilan sampai setelah melahirkan. Selama mengandung wanita hamil akan merasa lelah akibat beban bayi yang ada di perutnya apalagi pada saat trimester tiga, demikian juga tubuh akan mengalami perubahan pada saat kehamilan di antaranya metabolisme, peningkatan respirasi, beban jantung yang terus meningkat, otot leher yang tegang dan peningkatan berkemih. Menjelang persalinan akan muncul perasaan gelisah, takut, lelah, dan cemas³

Keinginan keinginan setiap ibu hamil pastilah berharap baik-baik saja tanpa adanya masalah ataupun sampai mempertaruhkan nyawa, namun tanpa melibatkan Tuhan hal tersebut hanyalah harapan belaka, orang yang beriman akan meyakini Allah Subhanahu Wa Ta'ala akan menolongnya dan menyerahkan semua pengharapan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala termasuk nyawa.

Berdasarkan uraian diatas tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "*Pengaruh Tawwakal terhadap kecemasan pada ibu hamil*". Penelitian ini dilakukan kepada Ibu hamil di lingkungan KP Pandanwangi RW.14 Peneliti berupaya untuk mengkaji mengenai Tawwakal terhadap Kelancaran Persalinan ditinjau dari sudut Kesehatan dan dikaitkan dengan sudut pandang Tasawuf mengenai Tawwakal terhadap kecemasan pada ibu hamil.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan yang telah dijelaskan pada Latar belakang, maka dapat dikemukakan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran sikap tawakal pada ibu hamil di KP Pandanwangi RW.14 ?
2. Bagaimana gambaran kecemasan pada ibu hamil di KP Pandanwangi RW.14?

² Siti Nurina Salsabila, *Pengaruh Tipe Kepribadian dan Dukungan Suami terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil*, Bandung, Skripsi: 2018 Hlm. 52

³ Ida Tresna Lestary, *Peran Religious Coping dan Perceived Risk terhadap Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan pada Primigravida*, Bandung, Skripsi, 2018 Hlm. 34

3. Apakah ada pengaruh sikap tawakal dengan kecemasan pada ibu hamil di KP Pandanwangi RW.14?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini memiliki tujuan diantaranya:

1. Mengetahui gambaran pengaruh sikap tawakal pada ibu hamil di KP Pandanwangi RW.14.
2. Mengetahui gambaran kecemasan pada ibu hamil di KP Pandanwangi RW.14.
3. Mengetahui pengaruh tawakal dengan kecemasan pada ibu hamil di KP Pandanwangi RW.14

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis sebagai berikut:

a. Secara Teoritis

- A. Memberikan sumbangan pemikiran terhadap khazanah keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi.
- B. Menjadi bahan acuan atau pedoman dalam meniti jalan para sufi di zaman modern terutama dalam hubungan pengaruh sikap tawakal dengan kelancaran persalinan.
- C. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pemicu peneliti selanjutnya dalam mengembangkan khazanah keilmuan jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

b. Secara Praktis

- A. Pengaplikasi sikap tawakal sebagai salah satu jalan dalam kelancaran persalinan.

- B. Menjadi antipasif pengaruh sikap tawakal dan memberikan bahan implementasi salah satu akhlak Tasawuf.
- C. Menjadi pengalaman bagi peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang telah di dapat selama di bangku kuliah ke dalam karya tulis ilmiah berupa skripsi.

E. Tinjauan Pustaka.

Tinjauan pustaka dibutuhkan dalam peneliti sebagai literature. Tujuannya untuk mengidentifikasi penelitian-penelitian terdahulu dengan tema yang sama dengan penelitian yang sedang dilakukan dengan penelitian terdahulu. Sehingga peneliti dapat mengetahui perbedaan-perbedaan penelitian yang sedang dilakukan dengan penelitian terdahulu. Peneliti menemukan beberapa karya yang relevan, yaitu:

- D. Skripsi Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2008 yang berjudul "*Pengaruh Metode Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Penurunan Kecemasan pada Ibu Hamil Menjelang Persalinan*" Penelitian ini untuk mengetahui adanya perbedaan dan perubahan tingkat kecemasan kelompok-kelompok ibu hamil sebelum dan sesudah ibu-ibu hamil diberikan *treatment* Relaksasi *Hypnobirthing*. Tingkat kecemasan kelompok-kelompok ibu hamil yang diberikan *treatment* relaksasi hypnobirthing lebih rendah dibandingkan dengan tingkat kecemasan pada kelompok ibu-ibu hamil yang tidak diberikan *treatment* relaksasi hypnobirthing. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari metode relaksasi hypnobirthing terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan.
- E. Skripsi Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung 2017 yang berjudul "*Pengaruh Terapi Murottal Juz Amma Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan*" penelitian ini menunjukkan bahwa ibu hamil yang menghadapi persalinan setelah mendengarkan murottal juz amma merasakan lebih

tenang dan pasrah. Mendengarkan murottal juz amma dapat menurunkan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil.

- F. Skripsi Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung 2014 yang berjudul "*Sikap tawakal Dalam Psikologi Islam*" dalam Psikologi Islam Sikap tawakal itu adalah kesadaran dan kelemahan diri dibanding dengan kuasa Allah, sehingga memunculkan kesadaran bahwa Allah adalah penyebab dan penentu keberhasilan usaha manusia dengan menanamkan kepercayaan akan keesaan Allah dan menjadikan Allah sebagai wakil untuk mencapai suatu kebahagiaan.
- G. Sebuah jurnal yang berjudul *Pengaruh Sikap tawakal terhadap Pencarian Rezeki Sebagai Guru* menjelaskan tentang proses pembagain rezeki kepada guru dipengaruhi konflik, tekanan-tekanan, serta ketidakikhlasan dalam mengajar. Sehingga dapat menyebabkan menurunnya semangat untuk mengajar. Proses mengajar dalam penelitian ini disebut sebagai proses pencarian rezeki.
- H. Jurnal yang berjudul *Penurunan Tingkat Kecemasan pada Lansia Melalui Terapi Musik lagam Jawa* penelitian ini menjelaskan relaksasi dengan terapi musik untuk mencegah dan menurunkan kecemasan pada usia lansia. Kecemasan khususnya lansia semakin hari dapat cenderung semakin meningkat karena banyaknya faktor dari dalam tubuh lansia yang dapat mempengaruhi kecemasan misalnya penurunan fungsi organ.

F. Kerangka Pemikiran.

Kecemasan atau anxiety merupakan hal yang umum dialami oleh manusia terutama dalam keadaan mengancam, karena kecemasan merupakan reaksi yang akan dialami siapapun. Namun, tingkat kecemasan seseorang berbeda-beda setiap orangnya.

Kecemasan merupakan suatu pengalaman emosional yang timbul karena adanya ancaman yang tidak jelas penyebabnya, baik yang berasal dari luar maupun dari dalam

individu. Kehamilan merupakan salah satu sumber kecemasan. Kecemasan yang mengganggu wanita hamil cemas terhadap kesehatan badannya, kematian yang mungkin akan menimpanya, keadaan yang kurang menguntungkan menjelang persalinan (misalnya tidak dapat berada dirumah sakit pada waktunya) dan takut akan merasakan sakit pada waktu melahirkan.

Kecemasan merupakan keadaan yang juga dapat memberikan manfaat jika dapat memotivasi kita kearah yang lebih baik lagi. Namun, kecemasan menjadi sumber masalah klinis jika sudah sampai pada tingkat ketegangan yang tinggi.

Pada kadar yang rendah, kecemasan membantu individu untuk bersiaga mengambil langkah-langkah mencegah bahaya atau untuk memperkecil dampak bahaya tersebut. Kecemasan pada taraf tertentu dapat mendorong meningkatnya performa. Misal cemas mendapat kehamilan membuat ibu hamil menjaga kehamilannya dengan baik. Kecemasan seperti ini disebut *facilitating anxiety*. Namun apabila kecemasan sangat besar justru akan sangat terganggu. Misalnya kecemasan berlebihan saat hamil justru membuat seorang ibu mengalami *blocking* dan tidak memperhatikan kondisi bayi yang dikandung. Hal ini disebut *debilitating anxiety*.⁴

Melahirkan atau bisa disebut juga dengan persalinan dimulai dengan uterus yang teratur, kuat dan terasa nyeri yang menghasilkan dilatasi serviks dan turunnya janin dalam rongga panggul serta berakhir dengan kelahiran hasil konsepsi (konseptus). Persalinan adalah suatu proses pengeluaran konseptu (janin dan urin) yang dapat hidup di dunia luar dari rahim melalui jalan lahir atau dengan jalan lain. Persalinan adalah proses dimana bayi dan placenta selaput ketuban keluar rahim.⁵ Proses persalinan ini akan berlangsung selama 12-14 jam. Persalinan terjadi pada kehamilan cukup bulan yakni (37-42 minggu) dan berjalan secara spontan disaat pemulaan dengan menyodorkan kepala sebagai ujung depan (*vertex presentation*). Proses tersebut berakhir dalam waktu 18 jam tanpa komplikasi.⁶

⁴ Fausiah. F & Widury.J, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: UI Press,2008. Hlm

⁵ Dewi, *Rahasia Kehamilan*,(Jakarta: Perpustakaan Nasional Shira Media, 2009).

⁶ Yessi Aprilia,*Hipnostetri, Rileks,Nyaman, dan Aman saat Hamil dan Melahirkan*,(Jakarta: Gagas Media, 2010).

Sikap tawakal menurut istilah merupakan sikap mental seseorang yang dadanya penuh dengan sinar iman dan yakin. Dia tidak hendak melawan taqdir Tuhan, tidak ingin mengelak dari ketentuan yang telah dalam *qadar*-Nya. Abu' Ali al-Daqaq mengatakan, sikap tawakal itu sendiri terdiri dari tiga tingkatan yaitu sebagai berikut:

1. Sikap tawakal adalah hati selalu merasa tenang terhadap apa yang telah dijanjikan Allah,. Sikap tawakal yang seperti ini merupakan bentuk *maqam bidayah*, sifat bagi seorang mukmin yang awam. Imam Al-Ghazali mencontohkan sikap tawakal ini sebagai sikap tawakalnya orang kepada wakilnya, karna yakin bahwa wakilnya dapat dipercaya dan bisa mengurus persoalannya. Karena keyakinan inilah yang menyebabkan ia menyerahkan segala urusannya.
2. Taslim adalah merasa cukup menyerahkan urusannya kepada Allah, karena Allah telah mengetahui keadaan dirinya. Sikap seperti unu adalah *maqam mutawasith* (pertengahan) yang menjadi sifat orang *khawas* (khusus).
3. Tafwidh adalah orang yang telah rida atau merasa lapang menerima ketentuan Allah. Sikap yang seperti ini adalah sikap orang yang telah sampai ke maqam *nihayah muwahidin*, dan *khawasu al-khawas* seperti Nabi Muhammad.⁷

Abu Ali ar-Rudzbary mengatakan, “Aku berkata kepada ‘Amr bin Sinan, “ceritakanlah kepadaku tentang Sahl bin Abdullah! Maka ia pun berkata kepadaku, ‘Ia berkata bahwa ada tiga tanda orang yang bersikap tawakal kepada Allah SWT: tidak meminta-minta, tidak menolak sesuatu (pemberian) dan tidak pula menahan sesuatu. Orang yang bersikap tawakal akan memmanifestasikan perbuatan yang baik, meningkatkan tauhid dalam diri, karena orang yang bersikap tawakal akan terbebas dari kecemasan karena ketidakpastian akan nasib.⁸

⁷ Heri MS Faridy, *Ensiklopedi Tasawuf*, (Bandung: Angkasa, 2008).

⁸ An-Naisabury, Abul Qasim al-Qusyairy. *Risalah qusyairiyah*. (Surabaya: Risalah Gusti, 2014).