

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bimbingan dan Konseling Islam ialah proses pemberian bantuan terarah, kontinu serta terstruktur pada tiap individu supaya ia bisa mengembangkan potensi fitrah beragama yang dimilikinya dengan optimal sesuai nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan hadits ke dalam diri, dengan demikian ia bisa hidup selaras dengan ajaran al-Qur'an juga hadits. Bila nilai-nilai didalam al-Qur'an serta hadits diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, maka fitrah beragama manusia dalam memelihara alam seisinya dapat tercapai serta berkembang optimal. Bimbingan pada bidang agama Islam ialah kegiatan dari dakwah Islam. Bimbingan dan konseling Islam memposisikan Al-Qur'an menjadi posisi sentral dalam menapaki dunia konseling.¹

Dengan kata lain manusia mesti dapat memahami keadaan yang menyimpannya secara sadar terhadap tugas serta perannya sebagai insan serta diharapkan saling memberikan bimbingan sesuai kemampuan serta kapasitas manusia itu sendiri, serta memberi konseling supaya selau sabar juga bertawakal ketika menghadapi permasalahan kehidupan yang sesungguhnya. Selanjutnya bimbingan dan konseling Islam mempunyai makna mengarahkan seseorang itu pada suatu aktivitas bimbingan guna pengembangan klien supaya menggapai taraf perkembangan yang optimal selaras dengan ajaran Allah.

Rogers memaknai konseling sebagai interaksi memberikan bantuan suatu pihak (konselor) yang memiliki tujuan meningkatkan keterampilan serta fungsi mental klien, supaya bisa menyelesaikan permasalahan konflik yang dihadapinya secara bijak. Konseling dimaknai "bantuan" ialah dengan menyiapkan kondisi, sarana, keterampilan yang menjadikan klien bisa membantu dirinya sendiri dalam memunculkan rasa aman, cinta, harga diri, mengambil keputusan serta aktualisasi diri. Memberi bantuan pula mencakup kesediaan konselor menyimak perjalanan hidup klien baik masa lalunya, harapan-harapan, keinginan yang

¹ Widayat Mintasih, "Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan", *Jurnal SAWWA*, Vol. 12, No. 2, 2 April 2017. hlm 282

belum terpenuhi, kegagalan yang dialami, trauma, dan konflik yang sedang dihadapi.²

Momen bersalin merupakan momen yang membahagiakan bagi seorang ibu, namun faktanya pasca bersalin banyak wanita yang mengalami permasalahan pengalaman yang dramatis serta traumatis yang bisa mempengaruhi kehidupannya. Hal ini disebabkan ibu mulai stres, tertekan serta takut bisa memberi pengaruh emosional serta sensitivitas ibu pasca proses bersalin. Dimasa *post partum*, ibu akan mengalami proses penyesuaian psikologis, yaitu suatu proses menjadi orang tua yang dialami seorang wanita.

Allah berfirman dalam Al-Qur'an Surat Ar-Ra'd ayat 8 yang berbunyi sebagai berikut:

اللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَحْمِلُ كُلُّ أُنْثَىٰ وَمَا تَغِيضُ الْأَرْحَامُ وَمَا تَزْدَادُ
وَكُلُّ شَيْءٍ عِنْدَهُ بِمِقْدَارٍ ﴿٨﴾

Artinya : “Allah mengetahui apa yang dikandung oleh setiap perempuan, dan kandungan rahim yang kurang sempurna dan yang bertambah. Dan segala sesuatu pada sisi-Nya ada ukurannya.” (Q.S. Ar-Ra'd:8)

Secara psikologis, setelah bersalin seorang ibu akan merasakan gejala-gejala psikiatrik. Post partum blues adalah keadaan dimana ibu merasa sedih atau kemurungan setelah bersalin yang berkaitan dengan bayinya, biasanya hanya muncul sementara waktu yakni sekitar dua hari hingga dua minggu sejak kelahiran bayi. Wanita pada setelah bersalin perlu melakukan penyesuaian diri dalam melakukan aktivitas dan peran barunya sebagai seorang ibu di minggu-minggu pertama atau bulan-bulan pertama setelah melahirkan. Wanita yang telah berhasil melakukan penyesuaian diri dengan baik dapat melewati gangguan psikologis ini, tetapi sebagian lain yang tidak berhasil melakukan penyesuaian diri ini akan mengalami gangguan-gangguan psikologis, inilah yang dinamakan *syndrome baby blues*.

² Rotua Lenawati Tindaon, Elisa Anggeria, “Efektivitas Konseling Terhadap Post Partum Blues Pada Ibu Primipara”, *Jurnal Jumantik*, Vol. 3, No. 2, November 2018. hlm 115

Syndrome baby blues ini terjadi pada 80% wanita setelah bersalin, sehingga gejala tersebut dianggap sangat wajar bila terjadi 3-5 hari setelah bersalin selama satu minggu sampai 10 hari. Hal ini terjadi karena pengaruh hilang atau menurunnya hormone tertentu yang menyebabkan tingkat kecemasan yang tinggi, mudah tersinggung, depresi, menangis berlebihan merasa tidak mampu. Biasanya gejala dari sindrom baby blues adalah rasa tidak mampu sebagai ibu yang baik. Juga terkadang muncul perasaan dan pikiran yang berbeda tentang pasangan misalnya menganggap pasangan tidak cukup membantu mengurus si kecil atau kurang perhatian dan lain-lain.³

Berdasarkan permasalahan tersebut disinilah pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam pada ibu setelah bersalin sangat penting. Dengan tujuan pemberian bimbingan dan konseling diharapkan mampu dalam menemukan pemecahan masalah yang dialami ibu sehingga angka kejadian depresi post partum dapat menurun. Bimbingan dan konseling Islam merupakan suatu usaha membantu ibu setelah bersalin supaya tidak mengalami *sindrom baby blues* dan seorang ibu bisa beradaptasi baik dengan bayinya setelah bersalin.

B. Fokus Penelitian

Bimbingan dan Konseling Islam sangat penting untuk ibu setelah bersalin yaitu dapat membantu memecahkan masalah yang dialaminya. Karena setelah bersalin seorang ibu kadang cenderung mengalami perubahan psikologis, dan perubahan psikologis yang berdampak terhadap sang ibu yaitu salah satunya *postpartum blues*. Maka dalam penelitian ini yang menjadi fokus penelitian adalah bagaimana pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam pada ibu setelah bersalin di RSI Arafah rembang (Tindakan preventif pada *sindrom baby blues*).

C. Rumusan Masalah

Adapun pokok permasalahan yang akan dikaji sebagai berikut :

1. Bagaimana kondisi ibu setelah bersalin di RSI Arafah Rembang?

³ Arrwenia Jhaquin, *Psikologi untuk Kebidanan*, (Yogyakarta; Nuha Medika, 2010), 37

2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam terhadap ibu setelah bersalin agar terhindar dari *sindrom baby blues* di RSI Arafah Rembang?
3. Apa saja faktor pendukung, penghambat dan solusi yang diberikan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam terhadap ibu setelah bersalin di RSI Arafah Rembang ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan diadakannya penelitian adalah :

1. Untuk mengetahui kondisi ibu setelah bersalin di RSI Arafah Rembang
2. Untuk mengetahui pentingnya pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam terhadap ibu setelah bersalin di RSI Arafah Rembang.
3. Untuk mengetahui solusi dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling terhadap ibu setelah bersalin.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dilaksanakannya riset ini yakni :

1. Manfaat secara Teoritis
 - a. Temuan riset ini dapat dijadikan kontribusi untuk pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI).
 - b. Riset ini diharapkan bisa memberi masukan serta referensi betapa pentingnya Bimbingan dan Konseling Islam terhadap ibu setelah bersalin.
2. Manfaat secara Praktis
 - a. Dari temuan riset ini diharapkan bisa dipakai menjadi bahan informasi dan masukan untuk konselor, masyarakat dan khususnya untuk calon ibu. Tentang bagaimana pentingnya Bimbingan dan Konseling Islam terhadap ibu setelah bersalin dan tentunya agar tidak mengalami *Syndrom BabyBlues*.
 - b. Riset ini bisa memberi pembelajaran serta wawasan baru untuk peneliti sendiri, betapa pentingnya Bimbingan dan Konseling Islam terhadap Ibu setelah melahirkan.
 - c. Sebagai salah satu syarat guna gelar sarjana pada jurusan ilmu dakwah dan komunikasi.

F. Sistematika Penulisan

Guna memudahkan pembahasan dari riset serta penulisan skripsi ini, maka pada penelitian ini penulis membagi atas 3 bagian yakni:

1. Bagian awal skripsi terdiri halaman judul, abstrak, pernyataan, halaman pengesahan, motto, serta persembahan, kata pengantar serta daftar isi.
2. Bagian isi skripsi terdiri dari 5 bab yakni:

BAB I : PENDAHULUAN

Pembahasan pada bab 1 ialah latar belakang permasalahan, fokus riset, perumusan masalah, tujuan riset, manfaat serta sistematika pelaksanaan riset.

BAB II : KAJIAN TEORI

Pembahasan pada bab II, yakni kajian teori berkaitan dengan judul, riset sebelumnya yang relevan serta kerangka berfikir.

BAB III : METODE PENELITIAN

Pembahasan pada bab III ialah jenis serta metode riset, setting, sumber data, cara mengumpulkan data, uji keabsahan data, teknik analisis data.

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pembahasan pada bab IV ini yakni deskripsi objek riset, analisis data.

BAB V : PENUTUP

Pembahasan pada bab V ialah kesimpulan temuan riset yang dilaksanakan serta saran.

3. Bagian akhir skripsi yakni daftar pustaka dan lampiran-lampiran.