

**PERAN BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGURANGI
KECEMASAN BAGI IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN
DI RSUD Dr. H. BOB BAZAR, SKM KALIANDA**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1
dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi**

Oleh :

Nama : Rahma Eriani

NPM : 1541040139

Jurusan: Bimbingan Konseling Islam

:



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2019 M**

ABSTRAK

Kehamilan adalah proses yang alamiah, peristiwa normal yang dialami oleh seorang wanita. Ibu hamil menjelang persalinan biasanya mengalami rasa kekhawatiran dan ketakutan dalam menunggu proses persalinan bahwa lancar atau tidaknya proses persalinan. Kondisi psikis yang tidak baik mempengaruhi proses melahirkan dan berpotensi adanya berbagai resiko. Untuk mengurangi kecemasan bagi ibu hamil sebelum proses persalinan maka di perlukan bimbingan konseling guna memotivasi, memberikan nasihat, arahan maupun dukungan terhadap ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan bimbingan konseling dalam mengurangi kecemasan bagi ibu hamil dalam menghadapi persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda Lampung Selatan Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan konseling dalam mengurangi kecemasan bagi ibu hamil menghadapi persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda Lampung Selatan. Penelitian ini termasuk penelitian lapangan (*field reseach*) dengan menggunakan metode kualitatif dengan jenis pendekatan deskriptif. Adapun populasi penelitian 42 ibu hamil memasuki trisemester akhir 19 orang praktisi kesehatan (dokter, perawat dan bidan). Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* yakni dengan mengambil sampel dengan kriteria. Kemudia teknik yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan konseling di RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM memiliki peran yang sangat penting untuk memotivasi, memberikan nasihat serta dukungan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Bimbingan konseling memiliki peran *Preventif* atau pencegahan yaitu timbulnya permasalahan pada pasien, pengobatan serta membantu pasien memecahkan masalah yang tengah dihadapinya.



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Let. Kol. Endro Suratmin, sukarame Bandar Lampung, Telp. (0721)703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PERAN BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGURANGI
KECEMASAN BAGI IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN
DIRSUD DR. H. BOB BAZAR, SKM KALIANDA**

Nama : RAHMA ERIANI
NPM : 1541040139
Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

**Untuk Disidangkan Dan Dipertahankan Dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung**

Pembimbing I

Pembimbing II

Hj. Hapi Reza Zen, SH, MH
NIP.19640416199432002

M. Apun Syaripudin, M.Si
NIP.197209291998031003

Mengetahui
Ketua Jurusan BKI

Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd
NIP.196909151994032002



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat: Jl. Let. Kol. Endro Suratmin, Sukarame Bandar Lampung, Telp. (0721)703260

PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul: **“PERAN BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGURANGI KECEMASAN BAGI IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN DI RSUD DR. H. BOB BAZAR, SKM KALIANDA”**

Disusun oleh: **Rahma Eiani**

NPM: **1541040139**

Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Islam**

Telah Diujikan Dalam Sidang Munaqosah Pada Hari/Tanggal: **21 Oktober 2019**

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang: **Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd**

Sekretaris: **Siti Wuriyan, S.Sos.I, M. Kom.I**

Penguji I: **Dr. Jasmadi, M.Ag**

Penguji II: **Apun Syaripudin, M.Si**

DEKAN

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si

NIP.196104091990031002

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.

(QS. Al- Imran[3]: 139).¹



¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Bandung: CV Diponegoro, 20005), h. 67

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Dan kita sebagai pengikutnya mendapatkan syafa'at kelak di yaumul qiyamah, aamiinn. Dengan kerendahan hati Skripsi ini dibuat dan dipertanggung jawabkan dalam ujian. Penulis persembahkan karya kecil ini sebagai salah satu tanda bukti kecintaan penulis untuk:

1. Ayah dan Mama tercinta yang telah mencurahkan kasih sayang, tak henti untuk selalu mendo'akan, membimbing, memberikan dukungan moral dan berjuang dengan penuh keikhlasan tak kenal lelah dan batas waktu.
2. Kepada adikku Haikal Yoga Kurnia dan keluarga besarku yang senantiasa memberikan dukungan kepadaku.
3. Teman-teman seperjuangan jurusan BKI B 2015.
4. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Rahma Eriani dilahirkan di Tajimalela kecamatan Kalianda Kabupaten Lampung Selatan pada tanggal 3 mei 1997, anak pertama dari pasangan Bpk.

Taufik dan Ibu Rukiawati. Pendidikan formal yang dijalani

1. TK Aisyah Bustanul Athfal Kedaton Kalianda dan selesai pada tahun 2003
2. SDN Sentul Jaya 1 Balaraja Kab. Tangerang sampai 2008
3. SDN 3 Tajimalela Kalianda Kab. Lam-sel dan selesai pada tahun 2009
4. MTS Terpadu Ushuluddin Penengahan Kab. Lam-Sel 2010
5. SMP Muhammadiyah 1 Kalianda dan selesai pada tahun 2012
6. SMA Negeri 2 Kalianda Kab. Lam-Sel dan selesai pada tahun 2015

Selanjutnya pada tahun 2015, penulis melanjutkan pendidikan yaitu terdaftar sebagai mahasiswi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI).

Bandar Lampung, Agustus 2019

Penulis

Rahma Eriani

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrahim

segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah mencurahkan segala rahmat dan ridho-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik, sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Program Study Bimbingan dan Konseling Islam.

Shalawat serta salam semoga terlimpah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya, semoga kita mendapat syafaat di hari kiamat kelak..

Penulis mengucapkan rasa syukur yang tak terhingga kepada Allah SWT, karena telah memberikan banyak kekuatan, kemudahan serta kelancaran dalam proses penyelesaian skripsi ini. Selama proses penyusunan skripsi ini tentu banyak pihak yang bekerjasama membantu baik dalam bentuk informasi, saran, kritik dan dukungan. Sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik walaupun belum sempurna. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Khomsarial Romli, M.Si., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu komunikasi Univeritas Islam Negeri Raden Intan Lampung
2. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Bunda Dr. Hj. Sri Ilham Nasution M.Pd dan sekertaris Jurusan Bapak Mubasit S.Ag. MM.

3. Bapak Ibu Dosen Pembimbing Akademik, Pembimbing I Bunda Hj. Hepi Reza Zen, SH.,MH dan Dosen Pembimbing II Abi M. Apun Syaripudin, M.Si atas bimbingannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada tim penguji munaqosyah ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd , ibu Siti Wuriyan, S.Sos. I, M. Kom. I, Dr. Jasmadi, M. Ag yang telah melaksanakan tugas dalam ujian munaqosyah sehingga penulis mendapatkan kelulusan dan gelar S.Sos dalam Ilmu Dakwah.
5. Kepada kepala ruang kebidanan ibu Nyoman swastiti, dr. Riva Yulianto, SPA, ibu gusfiana yang selalu membantu saya selama penelitian ini berlangsung
6. Pasien ibu hamil RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda yang tak bisa saya sebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
7. Adiku tersayang Haikal Yoga Kurnia yang selalu mendoakan dan menantikan keberhasilanku.
8. Nenek, pakcik makcik makwo dan pakwo yang selalu mendukung, memotivasi, mendo'akan dan membantu baik moril maupun materil sehingga penulis selalu bersemangat untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini.
9. Teman serumah, sepermasalahan yang sama, senasib dan sepenanggungan Winda Silviana, May Manah, Lailatul hiqmah, Hilda Septiana, Itiarani, latifa.

10. “The Squad” Intan Belinda Cahyana, Disti Novita, Ewit Prawita SR, Siti Aisyah, Mella Andini, Siti Nur Jannah, Ratna Nadila terimakasih telah menjadi teman, sahabat, saudara yang baik, perhatian dan solid selama ini.
11. Teman – teman KKN 2018 Kelompok 195, desa Kelaten kecamatan Penengahan, Lampung Selatan. Rianda, rahmat, yahya, ari, fatma, nani, dewi, ulva, yunita, yuyun, fera dan mela. Yang telah memberikan banyak pelajaran, arti pertemanan, kekompakan dan arti persahabatan walau dalam waktu singkat.
12. Sahabat sepermainan tercinta Eka Novianti, Yulinda Afrina, Miarti Rahmi, Heny Safitri yang senantiasa menghibur, mendengarkan curahan hati penulis dan senantiasa mendukung penulis untuk segera menyelesaikan skripsi ini.

Kepada mereka penulis hanya mampu mengucapkan banyak terimakasih dan memohon do’a senantiasa ridho Allah SWT senantiasa mengiringi segenap aktivitas kehidupan kita, AamiinYra. Penulis berharap semoga proses dan hasil penulisan skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca yang budiman.

Bandar Lampung, Agustus 2019

Penulis

Rahma Eriani
1541040139

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul	1
B. Alasan Memilih Judul	4
C. Latar Belakang Masalah	5
D. Fokus Penelitian	11
E. Rumusan Masalah	11
F. Tujuan Penelitian	12
G. Signifikansi Penelitian.....	12
H. Metode Penelitian	13
BAB II BIMBINGAN KONSELING DAN KECEMASAN IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN	
A. Bimbingan Konseling	21
1. Definisi Bimbingan Konseling	21
2. Tujuan Bimbingan dan Konseling	22
3. Teori Dalam Bimbingan dan Konseling	24
4. Fungsi Bimbingan dan Konseling Pada Ibu Hamil	26
B. Kecemasan Pada Ibu Hamil	28
1. Pengertian Kecemas	28
2. Gejala-gejala Kecemasan	29
3. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan	31
4. Jenis-jenis Kecemasan	32
5. Bentuk Kecemasan Pada Ibu Hamil	35
6. Kondisi Psikis Pada Ibu Hamil	35
7. Dampak Perubahan Psikologis Terhadap Ibu Hamil.....	37
C. Persalinan.....	43
1. Pengertian Persalinan	43
2. Jenis dan Metode Persalinan	44
3. Kondisi Emosional Ibu Menjelang Persalinan	47
D. Tinjauan Pustaka	49

BAB III PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGURANGI KECEMASAN BAGI IBU HAMIL DI RSUD DR. H. BOB BAZAR, SKM KALIANDA	
A. Gambaran Umum Rumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda.....	51
1. Sejarah Singkat Berdirinya RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda	51
2. Visi dan Misi RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda ...	52
3. Tugas Pokok dan Fungsi RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda	53
4. Sarana dan Prasarana RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda	54
5. Struktur Organisasi Ruang Kebidanan RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda	54
6. Program Bimbingan Konseling Untuk Ibu Hamil di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda	53
B. Peran Bimbingan Konseling Bagi Ibu Hamil di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda	57
C. Bimbingan Ibu Hamil di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM dan Kecemasan yang Dialami	59
 BAB IV PERAN BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGURANGI KECEMASAN BAGI IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN DI RSUD DR. H. BOB BAZAR SKM KALIANDA	
A. Bimbingan Konseling Bagi Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda	68
B. Fungsi Bimbingan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Bagi Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM	74
 BAB V PENUTUP	
A. KESIMPULAN.....	76
B. SARAN	77
 DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Agar tidak terjadi kesalah pahaman dalam mengartikan judul penelitian penulis menegaskan beberapa istilah yang digunakan dalam judul tersebut adapun judul skripsi ini adalah “Peran Bimbingan Konseling Dalam Mengurangi Kecemasan Bagi Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Di RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda”.

Peran adalah tanggung jawab yang di berikan dalam melaksanakan tugas dan fungsi seseorang.¹

Bimbingan dan Konseling adalah terjemah dari bahasa inggris *Guidance* dan *Counseling*. *Guidance* berarti pemberian petunjuk, pemberian bimbingan atau bantuan pada orang lain yang membutuhkan. Sedangkan *Counseling* berarti pemberian nasehat atau penasehatan terhadap orang lain secara *face to face* (berhadapan satu sama lain).² Konseling yang dimaksud penulis adalah konseling yang dilakukan oleh praktisi kesehatan yaitu bidan, maupun dokter yang menangani pasien ibu hamil dalam masa pra melahirkan yang bertujuan untuk mencapai keselamatan dan kemudahan dalam menjalani proses sebelum melahirkan.

¹ Departement Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, Edisi Ketiga, 2002), h. 39

² M. Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1970), h. 19

Kecemasan menurut kamus besar Bahasa Indonesia adalah kebingungan, kegalauan, kekhawatiran, kepanikan, keresahan dan ketakutan.³ Ialah kondisi psikis dalam kekuatan dan kecemasan yang kronis, sungguhpun tidak ada rangsangan yang spesifik. Ada saja yang mencemaskan hatinya dan hampir setiap peristiwa menjadi sebab timbulnya rasa cemas serta takut. Misalnya takut akan kematian, takut menjadi gila dan macam-macam ketakutan serta kecemasan yang tidak bisa dimasukkan dalam kategori *fobia*.⁴

Berdasarkan penjelasan diatas tentang kecemasan maka penulis berkesimpulan bahwa kecemasan ialah rasa khawatir akan suatu hal yang buruk yang akan menimpanya dan hal tersebut yang mengakibatkan dirinya mengalami ketakutan.

Kecemasan menjelang persalinan pada ibu adalah suatu *fisiologis*, namun didalam menghadapi proses persalinan dimana terjadi serangkaian perubahan fisik dan psikologis yang dimulai dari terjadinya kontraksi rahim, dilatasi jalan lahir, dan pengeluaran bayi beserta *placenta* yang diakhiri dengan punding awal ibu dan bayi. Kecemasan dan depresi merupakan dua jenis gangguan kejiwaan yang satu dengan yang lainnya saling berkaitan.⁵

Ibu hamil menghadapi persalinan biasanya mengalami kekhawatiran dan ketakutan, apabila tidak bisa menjadi ibu yang baik,

³ Trianto Safaria, *Manajemen Emosi*,(Jakarta: Bumi Aksara,2012), h. 49

⁴ Kartini Kartono, *Patologi Sosial*,(Jakarta RajawaliPers 2014), h. 136

⁵ M. Moh Sonhaji, *Alquran Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*,(Yogyakarta: PT Dana Bakti Primayasa, 1997), h. 44

takut menghadapi persalinan, khawatir anaknya terlahir secara tidak normal, anak cacat dan berbagai kekhawatiran lainnya yang menyebabkan stres pada calon ibu yang berdampak pada proses kelahiran secara alami maupun dengan operasi caesar.

Ibu adalah orang tua perempuan dari seorang anak, baik melalui hubungan biologis maupun sosial. Kehamilan dimulai dari proses pembuahan sampai terjadinya persalinan atau terjadi selama 40 minggu antara waktu menstruasi terakhir dan kelahiran (38 minggu dari pembuahan).⁶ Kecemasan ibu hamil pada umumnya terjadi pada masa kandungan memasuki bulan ke 7 (32 minggu).

Berdasarkan pengertian di atas yang dimaksud dengan kecemasan ibu hamil adalah rasa khawatir yang di alami oleh seorang perempuan yang sedang mengandung akan terjadi sesuatu hal buruk yang dapat menyimpannya semasa hamil dan menjelang persalinan.

Faqih mengemukakan bahwa bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.⁷

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada pasien atau ibu hamil yang berada di rumah sakit, puskesmas, maupun praktik bidan yang

⁶ Nurshamsul Maryanto, *Konsep Kebidanan Dalam Perspektif Sains Dan Islam*, (Jakarta: AMP Press 2016), h. 117

⁷ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta, UII Pers, 2001), h.4

mengalami kesulitan baik lahiriah maupun batiniah, yang dilakukan oleh tenaga kerohanian dalam upaya untuk meningkatkan keimanan religiusitas pasien dan memberikan motivasi kepada pasien untuk tetap bersabar, tawakal dan senantiasa menjalankan kewajiban sebagai hamba Allah.

Salah satu kegiatan yang sudah dikenal sejak lama oleh para pasiennya adalah kegiatan konseling ibu dan anak. Rumah sakit ini secara khusus melayani kesehatan bagi ibu dan anak. Selain dari itu pelayanan RS ini dilengkapi dengan IGD 24 jam, konseling pra-melahirkan, dokter umum dan spesialis kebidanan dan kandungan, woman care, senam ibu hamil, dokter spesialis anak, anestesi, bidan, rawat inap pasien anak dan ibu. Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. H. Bob Bazar SKM adalah rumah sakit umum yang terletak di Jl. Lettu Rochani No.14 B Kalianda Lampung Selatan Provinsi Lampung.⁸

B. Alasan Memilih Judul

- a. Kecemasan yang terjadi pada ibu hamil berpengaruh dan dapat menyebabkan masalah bagi kehamilan maupun masa persalinan. Mengingat banyaknya angka kematian pada ibu hamil dan bayi pada saat melahirkan oleh sebab itu konseling ibu hamil di perlukan guna menenangkan ibu hamil sebelum proses persalinan.
- b. Konseling ibu hamil merupakan upaya tepat untuk dilakukan untuk mengurangi kecemasan bagi ibu hamil dalam menghadapi persalinan

⁸ [Http://www.Rsud.lampungselatankab.go.id](http://www.Rsud.lampungselatankab.go.id) diakses pada 27 Januari 2019

karena ibu hamil memerlukan motivasi, dukungan maupun nasihat agar ibu hamil tidak cemas atau tegang dalam menjalani persalinan.

- c. RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM merupakan rumah sakit yang memiliki program konseling untuk kesehatan ibu hamil, melahirkan, serta ASI eksklusif dan telah banyak melayani pasien ibu hamil dengan berbagai permasalahan.

C. Latar Belakang Masalah

Proses melahirkan pada setiap ibu hamil ada yang mudah sekali ada juga yang sulit sekali bahkan memerlukan perawatan dan penanganan para ahli kedokteran misalnya operasi atau pembedahan. Berbagai peristiwa dalam proses melahirkan itu sendiri merupakan kodrat dan irodad Allah Maha pencipta, peristiwa dan prosesnya sudah diatur dan ditentukan oleh Allah di bawah sepengetahuannya.

Islam memberikan petunjuk dan tuntutan bagi umatnya yang seluruhnya tertera dalam kitab suci Al-Qur'an dan hadist. Allah SWT telah menurunkan Al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia di dunia, baik berupa larangan maupun kewajiban tertentu sebagai bimbingan terhadap pribadi dan akhlak umat-Nya sepanjang hidupnya dalam hubungan dengan bimbingan konseling Islam.

Persalinan adalah proses yang alami, peristiwa normal, namun apabila tidak dikelola dengan tepat dapat terjadi abnormal. Kecemasan yang sering terjadi adalah apabila Ibu hamil menjelang persalinan yang mengancam jiwanya. Ketika seseorang mengalami rasa takut, pesan

tersebut disampaikan oleh reseptor ke seluruh tubuh. Hormon *ketekolamin* yang tinggi dapat menyebabkan kontraksi, rahim terasa nyeri dan sakit.⁹

Melahirkan juga dipandang sebagai peristiwa biologis bagi wanita untuk mengembangkan umat manusia diatas bumi, tetapi melahirkan itu sendiri bukan suatu hal yang mudah, melainkan mengandung berbagai macam resiko dan problem itu sendiri, disamping pada prosesnya pada setiap wanita berbeda-beda.

Perempuan hamil memerlukan ketenangan hati, keluarga dan orang-orang terdekat harus senantiasa memberikan dukungan moril dan menghibur hati Ibu hamil terutama pada saat akan menghadapi proses persalinan. Pasien pra melahirkan biasanya mengalami rasa khawatir dan ketakutan, apabila tidak bisa jadi ibu yang baik, juga ketakutan menghadapi proses persalinan yang belum pernah dialami, juga minimnya pengetahuan tentang proses melahirkan baik di rumah maupun di rumah sakit, khawatir anaknya lahir secara tidak normal, anak cacat dan berbagai kekhawatiran lainnya yang menyebabkan stres pada calon ibu yang berdampak pada proses kelahiran secara alami maupun dengan operasi caesar.¹⁰

Setiap orang bisa memahami bahwa lancar atau tidaknya proses kelahiran itu banyak tergantung pada kondisi biologis, khususnya kondisi ibu hamil yang bersangkutan. Namun dapat dimengerti bahwa hampir tidak ada tingkah laku manusia (terutama yang disadari) dan proses

⁹ Lanny Kuswandi, *Keajaiban Hypno-Brithing* (Jakarta: Pustaka Bunda, 2011), h. 19

¹⁰ Saman A, *Doa dan Dzikir Untuk Ibu Hamil*. (Padang: Ruang Kita, 2013), h. 34

biologisnya yang tidak dipegaruhi oleh proses psikis. Maka dapat dimengerti bahwa membesarnya janin dalam kandungan itu mengakibatkan calon ibu yang bersangkutan mudah kelelahan, tidak nyaman badan, tidak bisa tidur enak, sering mendapatkan kesulitan dalam bernafas dan macam-macam beban jasmani lain-lainnya di waktu kehamilan.¹¹

Semua pengalaman tersebut pasti mengakibatkan timbulnya rasa tegang, ketakutan, kecemasan, konflik-konflik batin terutama pada saat mendekati kelahiran bayinya. Ibu hamil yang akan menghadapi waktu persalinan, dia selalu dihadapkan perasaan ketidakpastian mengenai persalinan itu akan berjalan lancar, mudah, dan selamat, atau sebaliknya. Demikian juga anak yang dilahirkan hidup atau mati, jika hidup dia itu sehat dan sempurna atau menderita cacat tubuh dan sebagainya.¹²

Kecemasan pada ibu hamil dapat timbul khususnya pada trisemester ketiga kehamilan sehingga saat persalinan, dimasa pada periode ini ibu hamil merasa cemas terhadap berbagai hal seperti normal atau tidak normal bayinya lahir, nyeri yang akan dirasakan dan sebagainya. Akan tetapi, kecemasan akan berdampak negatif pada ibu hamil sejak masa kehamilan hingga persalinan, seperti janin yang gelisah sehingga menghambat pertumbuhannya, melemahkan kontraksi otot rahim, dan lain-lain.

¹¹ Kartini Kartono, *Psikologi Wanita*, (Bandung: Mandarmaju, 1992), h. 193

¹² Manuba, Manuba, Ida Bagus Gede, *Buku Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan* (Jakarta:EGC, 2013), h. 14

Dampak tersebut dapat membahayakan ibu dan janin. Selain berdampak pada proses persalinan, kecemasan pada ibu hamil juga dapat berpengaruh kepada tumbuh kembang anak. Kecemasan yang terjadi terutama pada trisemester ketiga dapat mengakibatkan penurunan berat lahir dan peningkatan aktifitas HHA (Hipotalamus-Hipofisis-Adrenal) yang menyebabkan perubahan produksi hormon steroid. Selain itu, kecemasan pada masa kehamilan berkaitan dengan masalah emosional, gangguan hiperaktifitas, desentralisasi dan gangguan perkembangan kognitif pada anak.¹³

Perlunya bimbingan untuk ibu hamil sebelum proses persalinan agar mampu mengatasi ketegangan, kecemasan, memotivasi pasien pra persalinan karena pasien dengan kondisi seperti itu sangat memerlukan bantuan yang tidak hanya bantuan fisik saja juga bantuan non fisik yang berupa bantuan psikis seperti bimbingan konseling untuk menenangkan atau mengurangi kecemasan bagi Ibu hamil.

Dengan bimbingan konseling yang diberikan pembimbing yang dapat membantu agar tidak cemas dan stress dalam mengurangi tekanan perasaan atau stress sebelum menjalani proses kelahiran anaknya. Proses bimbingan konseling merupakan salah satu upaya untuk membantu mengatasi konflik, hambatan dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan seseorang, sekaligus sebagai upaya peningkatan kesehatan mental.

¹³ Shahhosseini Z, Pourasghar M, Khalilian A, Salehi F. 2015. A Review of the Effect of Anxiety During Pregnancy on Children's Health. *Mater Sociomed.* 27 (3): 200-202

Konseling merupakan salah satu bentuk upaya bantuan secara khusus dirancang untuk mengatasi persoalan-persoalan yang dihadapi seseorang.¹⁴

Dalam agama Islam mengandung tuntunan dalam kehidupan di dunia ini manusia bebas dari cemas, tegang, depresi dan lain sebagainya, demikian pula dapat ditemukan dalam doa-doa yang pada intinya memohon kepada Allah SWT agar dalam kehidupan ini manusia diberi ketenangan, kesejahteraan dan keselamatan baik didunia maupun kelak di akhirat. Kemudian ada sebuah ayat QS. Luqman: 14 yang menjelaskan susahny ibu hamil yang bersumber dari Al-Quran:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنًا عَلَىٰ وَهْنٍ
 وَفَصَّلَتْهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَىٰ الْمَصِيرِ

Artinya: dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapanya; ibunya telah mengandungnya dalam Keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. bersyukurlah kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu. (QS. Luqman: 14).¹⁵

Secara garis besar atau secara umum, tujuan bimbingan dan konseling Islam itu dapat dirumuskan sebagai “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai

¹⁴ Latipun, *Psikologi Konseling edisi Ketiga*. (Malang : UPT Penerbitan, 2010), h. 2

¹⁵ Kementerian Agama RI, *Al-quran dan Terjemahannya* (Bandung:Diponegoro,2014), h.

kebahagiaan hidup dunia akhirat". Sedangkan secara khusus, tujuan bimbingan konseling islam yaitu¹⁶

RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM sudah lama melaksanakan kegiatan bimbingan konseling bagi ibu hamil sudah sejak tahun 2013 dengan menangani berbagai macam kasus kehamilan dari yang ringan hingga kasus kehamilan yang perlu dilakukannya rawat bersama. Berdasarkan data RSUD Dr H Bob Bazar SKM diketahui bahwa jumlah ibu hamil pada tahun 2016 adalah sebanyak 2.222 orang dengan rincian trimester I ada 794 orang, trimester II ada 779 orang dan trimester III ada 649 orang. Sedangkan jumlah ibu hamil pada tahun 2017 sebanyak 976 dengan rincian trimester I ada 274 orang, trimester II ada 153 orang dan trimester dan trimester III 549 orang. Penyebab kecemasan dari hasil pra penelitian yang dilakukan oleh penulis pada bulan Maret 2019 didapatkan 2 ibu mengatakan karena kehamilan pertama, 1 ibu mengatakan karena takut pendarahan seperti pada persalinan sebelumnya, 2 lainnya takut akan keselamatan bayi dan dirinya kedepan.

RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda juga sudah menerapkan bimbingan *Mental Healt Guidance* (bimbingan dalam bidang kesehatan jiwa), yaitu suatu bimbingan yang bertujuan untuk menghilangkan faktor-faktor yang menimbulkan gangguan jiwa klien, agar ia memperoleh ketenangan. Konseling bagi ibu hamil dilakukan dengan menggunakan metode langsung *face to face*, yaitu dilakukan dengan kunjungan langsung

¹⁶ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pers, 2001), h. 36.

ke ruang konseling ataupun petugas yang menyambangi ruang pasien jika pasien mengalami *bedrest*.

Sesuai dengan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Peran Bimbingan Konseling Dalam Mengurangi Kecemasan Bagi Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM” dengan menggunakan teori pendekatan Terapi Rasional Emotif yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Tujuan dari konseling Rasional Emotif sendiri adalah untuk, memperbaiki, merubah sikap serta persepsi agar menghilangkan gangguan-gangguan emosional seperti rasa takut, rasa cemas dan rasa bersalah lainnya.

D. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas fokus penelitian adalah bimbingan konseling di RSUD Dr. H. Bob Bazar mengenai perannya dalam mengurangi kecemasan bagi ibu hamil menghadapi persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda.

E. Rumusan Masalah

Sesuai dengan fokus penelitian maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana peran bimbingan konseling dalam mengurangi kecemasan bagi ibu hamil menghadapi persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda?

Apakah fungsi bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan bagi ibu hamil menghadapi persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM, Kalianda?

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan Rumusan masalah, maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui peran bimbingan konseling dan fungsi bimbingan konseling Islam dalam mengurangi kecemasan bagi ibu hamil menghadapi persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda.

G. Signifikansi Penelitian

Secara umum penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap bidang keilmuan, terutama tentang peran konseling dalam dalam mengurangi kecemasan bagi ibu hamil dalam menghadapi persalinan yang dapat diterapkan di tempat lain.
- b. Sebagai kajian untuk penulisan ilmiah berkenaan dengan upaya mengurangi kecemasan bagi ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi jurusan Bimbingan dan Konseling, hasil penelitian sebagai sumbangan gagasan dan menambah ilmu tentang peran bimbingan konseling dalam memotivasi dan mengurangi kecemasan bagi ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

- b. Hasil penelitian ini diharapkan akan bermanfaat untuk penelitian selanjutnya, sebagai dasar acuan dan masukan bagi peneliti berikutnya permasalahan serupa secara lebih mendalam.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah tata cara bagaimana suatu penelitian itu dilaksanakan, metode penelitian ini sering kali dikacaukan dengan prosedur penelitian, atau teknik penelitian ini disebabkan karena ketiga hal tersebut saling berhubungan dan sangat sulit untuk diabaikan.¹⁷

Metode penelitian yang akan dipakai oleh peneliti adalah metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif menggunakan metode kualitatif, yaitu: observasi, pengamatan, wawancara, atau penelaahan dokumen.¹⁸

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis penelitian

Untuk mendapatkan data yang berhubungan dengan permasalahan permasalahan yang dirumuskan dan mempermudah pelaksanaan peneliti serta mencapai tujuan yang ditentukan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field Reseach*) yaitu penelitian lapangan yang mengambil data-data primer dari lapangan.¹⁹ Jenis penelitian pada skripsi ini adalah kualitatif yang bersifat deskriptif kualitatif.

Dalam penelitian ini penyusun berusaha memperoleh data sesuai gambar, keadaan dan realita. Dalam prosesnya, penelitian ini

¹⁷Susiadi AS, *Metodologi Penelitian*. (Bandar Lampung: Pusat Penelitian Penerbitan LP2M Institut Agama Islam Negeri Raden Intan 2015), h. 21

¹⁸*Ibid.*

¹⁹Dewi Saidah, *Metode Penelitian Dakwah Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015), h. 19-20

mengangkat data dan permasalahan yang ada dilapangan yang dalam hal ini adalah proses konseling terhadap ibu hamil menghadapi persalinan adapun lokasi penulis adalah RSUD Dr. H. Bob Bazar Kalianda kab. Lampung Selatan.

b. Sifat Penelitian

Sifat penelitian ini adalah deskriptif. Deskriptif artinya melukiskan variabel demi variabel, satu demi satu.²⁰ Penelitian deskriptif adalah penelitian yang semata-mata menjabarkan keadaan suatu objek atau peristiwa tertentu, dimana dalam penelitian ini hanya mengungkapkan data-data yang sesuai, apa adanya, guna memberikan kejelasan terhadap masalah maupun peristiwa yang diteliti. Penelitian deskriptif hanya menjabarkan keadaan obyek atau persoalannya.

2. Populasi dan Sampel

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien ibu hamil di RSUD Dr. H. Bob Bazar terhitung bulan juni hingga saat penelitian yaitu berjumlah 126 pasien dengan umur kandungan awal kehamilan hingga mendekati proses persalinan.

Sedangkan dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* ialah yang digunakan peneliti jika peneliti memiliki pertimbangan-pertimbangan tertentu didalam sampelnya, atau penentuan sampel

²⁰ Cholid Naburko dan H. Abu Ahmadi, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1997), h. 46

untuk tujuan tertentu. Jadi peneliti harus mengetahui terlebih dahulu sifat-sifat populasi yang diamati.²¹

Pengambilan sampel untuk penelitian menurut Suharsimi Arikunto jika subyeknya kurang dari 100 orang sebaiknya diambil semuanya, jika subjeknya besar atau lebih dari 100 orang dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih.

Ibu hamil mendekati persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda adalah sebanyak 42 ibu hamil mendekati persalinan maka penulis mengambil sampel sebanyak 10% yaitu sebanyak 4 orang dan untuk menguji kevalidan data maka penulis mengambil sampel sebanyak 6 Ibu hamil.

Adapun kriteria ibu hamil yang mengalami kecemasan yaitu sebagai berikut :

- 1) Usia kandungan sudah memasuki 32 minggu atau 7 bulan (memasuki trisemester tiga)
- 2) Ibu hamil yang memiliki gangguan kesehatan atau ibu hamil yang secara psikologis dirinya cemas terhadap kehamilannya serta memiliki upaya untuk mengatasi kecemasannya.
- 3) Ibu hamil yang aktif memeriksakan kandungan serta mengikuti sesi bimbingan konseling setelah melakukan pemeriksaan di RSUD Dr. H. Bob Bazar, SKM Kalianda.

²¹ Atwar Bajari, *Metode Penelitian Komunikasi* (Prosedur, Trend Dan Etika) (Bandung Simbiosis Rakatama Media, 2015), h. 95.

Karena keterbatasan waktu yang dimiliki oleh penulis, maka penulis mengambil ibu hamil dengan kriteria yang telah ditentukan diatas untuk menjadi sampel atau responden yang digunakan sedangkan kriteria sampel yang lain sebagai narasumber adalah sebagai berikut :

1. 6 Ibu hamil sebagai sampel
 2. 2 Dokter Obgyn sebagai narasumber
 3. 1 Kepala ruang kebidanan sebagai narasumber
 4. 2 Bidan yang bertugas aktif di ruang konseling
 5. 1 Pegawai di ruang kebidanan sebagai pengambil dokumentasi
3. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dilakukan untuk mengumpulkan, mencari dan memperoleh data dari responden serta informasi yang telah ditentukan. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode pengambilan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Alat pengumpul data sesuai dengan metode pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah panduan wawancara mendalam pada narasumber.

a. Metode Observasi

Dalam observasi ini peneliti menggunakan metoden observasi non partisipan, peneliti tidak terlibat aktif dan hanya sebagai pengamat independen. Observasi Non Partisipan adalah dimana observer tidak ikut didalam kehidupan orang yang diobservasi dan secara terpisah

berkedudukan sebagai pengamat. Di dalam hal ini observer bertindak sebagai pengamat saja tanpa harus terjun langsung ke lapangan. Observasi yang dilakukan penulis ialah melakukan pengamatan dan mencatat hal-hal yang berkaitan dengan materi, alat dan mengamati metode yang digunakan saat proses konseling.

b. Wawancara Bebas Terpimpin

Untuk mendapatkan data yang di butuhkan oleh penulis. Maka jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara bebas terpimpin, yakni wawancara menggunakan panduan pertanyaan yang akan dikembangkan sesuai dengan hasil pembicaraan.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah pengumpulan data tertulis atau tercetak tentang fakta-fakta yang akan dijadikan sebagai bukti fisik penelitian dan hasil penelitian, sehingga dokumentasi ini akan menjadi akurat dan kuat kedudukannya. Metode ini penulis pergunakan untuk melengkapi data yang tidak di peroleh melalui metode lainnya, mengenai kondisi *obyektif*. Dalam melengkapi data-data yang diperoleh penulis memerlukan data-data penunjang lain dan catatan-catatan yang berkaitan dengan penelitian, berupa dokumen-dokumen, laporan surat-surat resmi, dan foto-foto yang dapat menunjang. Disini penulis memperoleh data penunjang dan catatan catatan dari RSUD Dr. Bob Bazar SKM, Kalianda.

d. Triangulasi

Untuk memperoleh data yang dapat di pertanggungjawabkan secara ilmiah, perlu dilakukan keabsahan data. Teknik pemeriksaan keabsahan data dengan menggunakan *cross check data*. Adapun *cross check data* yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber dan metode. Pemeriksaan keabsahan data dengan teknik triangulasi sumber berarti peneliti membandingkan dan memeriksa kebenaran suatu informasi yang diperoleh dari beberapa sumber. Triangulasi dilakukan dengan cara membandingkan informasi atau data dengan cara yang berbeda.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan oleh penulis adalah analisis data kualitatif yaitu upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah memilahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memusatkan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.²²

Analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman ada tiga macam kegiatan dalam analisis data kualitatif, yaitu:

²² Lexy J. Meleong, *Metodelogi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya.2002), hlm. 248.

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah suatu bentuk analisis yang mempertajam, memilih, dan memfokuskan, membuang dan menyusun data dalam suatu cara dimana kesimpulan akhir dapat digambarkan dan diverivikasikan.

b. Model Data (*Data Display*)

Selanjutnya langkah utama kedua dari kegiatan analisis data adalah model data. Model sebagai suatu kumpulan informasi yang tersusun yang membolehkan pendeskripsian kesimpulan dan pengambilan tindakan.

c. Penarikan/*Verifikasi* Kesimpulan

Kesimpulan akhir mungkin terjadi hingga pengumpulan data selesai, tergantung pada ukuran kurpos dari catatan lapangan, pengodean, penyimpanan, dan metode-metode perbaikan yang digunakan, pengalaman peneliti, tuntutan dari penyandang dana tetapi kesimpulan sering digambarkan sejak awal, bahkan ketika seseorang peneliti menyatakan telah memproses secara induktif.²³ Dan analisis data kualitatif prosesnya berjalan sebagai berikut:

- 1) Mencatat data hasil lapangan, dan diberi kode agar sumber data nya tetap dapat ditelusuri.
- 2) Mengumpulkan, memilah-memilih, mengklarifikasikan, membuat ikhtisar dan membuat indeks nya.

²³ Emzir, *Metodelogi Penelitian Kualitatif Analisis Data* (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), h. 129

- 3) Berfikir, dengan jalan membuat agar kategori data itu mempunyai makna, mencari dan menemukan pola dalam hubungan-hubungan dan membuat temuan-temuan umum.



BAB II

BIMBINGAN KONSELING DAN KECEMASAN IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN

A. Bimbingan Konseling

1. Definisi Bimbingan Konseling

Secara etimologis kata bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris “*guidance*”. Kata “*guidance*” adalah kata dalam bentuk *mashdar* (kata benda) yang berasal dari kata kerja “*to guide*” artinya menunjukkan, bimbingan, atau menuntun orang ke jalan yang benar.²⁴

Jadi, kata “*guidance*” berarti memberikan petunjuk; pemberian bimbingan atau tuntunan kepada orang lain yang membutuhkan.

Bimbingan dapat diberikan, baik untuk menghindari ataupun mengatasi berbagai persoalan atau kesulitan yang dihadapi oleh individu di dalam kehidupannya; ini berarti bahwa bimbingan dapat diberikan, baik untuk mencegah agar kesulitan itu tidak atau jangan timbul, dan dapat juga diberikan untuk mengatasi berbagai kesulitan yang telah menimpa individu. Jadi, lebih bersifat memberikan korektif atau penyembuhan daripada pencegahan.

Istilah konseling berasal dari kata “*counseling*” adalah kata dalam *mashdar* dari “*to counsel*” secara etimologis berarti “*to give advice*” atau memberikan saran dan nasihat. Konseling juga memiliki arti memberikan nasihat; atau memberi anjuran kepada orang lain secara tatap muka (*face to face*). Jadi, *counseling* berarti pemberian nasihat atau penasihat

²⁴ M. Arifin., *Pokok-Pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama* Jakarta: Bulan Bintang, 1979, h. 18

kepada orang lain secara individual yang dilakukan dengan tatap muka (*face to face*). Pengertian konseling dalam bahasa Indonesia, juga dikenal dengan istilah penyuluhan.

Istilah bimbingan selalu dirangkaikan dengan istilah konseling. Hal ini disebabkan bimbingan dan konseling merupakan suatu kegiatan yang integral. Konseling merupakan salah satu teknik dalam pelayanan bimbingan diantara beberapa teknik lainnya, namun konseling juga bermakna "*the heart of guidance program*" (hati dari program bimbingan). Menurut strang, bahwa "*guidance is broader, counseling is most importance tool of guidance.*" (Bimbingan itu lebih luas, sedangkan konseling merupakan alat yang paling penting dari usaha pelayanan bimbingan).²⁵

Sedangkan pengertian dari bimbingan konseling Islami menurut Samsul Munir Amin, menjelaskan bahwasannya bimbingan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah SAW. Kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.²⁶

²⁵ Hallen.A. *Bimbingan dan Konseling*, (Ciputat: Quantum, 2005), h. 21.

²⁶ Samsul Munir. *Bimbingan dan Konseling Islam*. (Jakarta: Amzah, 2013), h. 23.

2. Tujuan Bimbingan dan Konseling

Bimbingan Konseling dilakukan dengan tujuan membantu peserta didik dalam memahami diri sendiri, baik sebagai makhluk Allah maupun sebagai makhluk sosial.²⁷

Anwar Sutoyo mengemukakan, bahwa tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan dan konseling Islami adalah agar fitri yang dikaruniakan Allah SWT kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi pribadi yang kaffah, dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan tugas kekhalifahan di bumi, dan ketaatan dalam beribadah dalam mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya.²⁸

Dengan adanya bantuan ini seseorang lebih mampu mengatasi segala kesulitannya sendiri dan lebih mampu mengatasi segala permasalahan yang akan dihadapi dimasa-masa mendatang. Usaha dan aktivitas dari bimbingan dan konseling mempunyai arah untuk mencapai suatu nilai tertentu dan cita-cita yang hendak dicapai yang menjadi tujuannya.

Secara umum dan luas, program bimbingan dilaksanakan dengan tujuan sebagai berikut :

1. Membantu individu dalam mencapai kebahagiaan hidup pribadi.

²⁷ Syamsul Yusuf, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*. (Jakarta: Bumi Aksara, 2005), h. 17.

²⁸ Anwar Sutoyo, *Bimbingan Dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), h. 207.

2. Membantu individu dalam mencapai kehidupan yang efektif dan produktif dalam masyarakat.
3. Membantu individu dalam mencapai hidup bersama dengan individu-individu yang lain.
4. Membantu individu dalam mencapai harmoni antara cita-cita dan kemampuan yang dimilikinya.

Bimbingan dapat dikatakan berhasil apabila individu yang mendapatkan bimbingan itu berhasil mencapai keempat tujuan tersebut secara bersama-sama.²⁹

Secara garis besar atau secara umum, tujuan bimbingan dan konseling Islam itu dapat dirumuskan sebagai “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat”. Sedangkan secara khusus, tujuan bimbingan dan konseling Islam yaitu:

- a) Membantu agar individu tidak menghadapi masalah.
- b) Membantu individu mengatasi masalah yang dihadapinya
- c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan terjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.³⁰

Membantu ibu hamil untuk mengatasi situasi dan kondisi yang baik menjadi lebih baik seperti menganjurkan amalan-amalan yang baik

²⁹ M. Arifin., *Pokok-pokok Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1979, h. 29

³⁰ Anwae Sutoyo, *Bimbingan Dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), h. 211.

untuk diamankan selama masa kehamilan. Amalan- amalan yang bisa dilakukan oleh ibu hamil menurut Islam untuk kebaikan calon anaknya kelak, yaitu sebagai berikut

- a. Banyak memanjatkan Do'a kepada Allah
- b. Tidak meninggalkan Sholat Wajib dan memperbanyak melaksanakan sholat sunnah.
- c. Perbanyak bertaubat dan tidak lupa untuk senantiasa beristighfar kepada Allah
- d. Memperbanyak membaca ayat-ayat suci Al-qur'an
- e. Berdzikir kepada Allah
- f. Berprilaku baik
- g. Makan minum yang baik
- h. Menghindari diri dari penyakit iri hati seperti dendam dan dengki

3. Teori Dalam Bimbingan dan Konseling

Mental healt guidance (bimbingan dalam bidang kesehatan jiwa), yaitu suatu bimbingan yang bertujuan untuk menghilangkan faktor-faktor yang menimbulkan gangguan pada jiwa klien. Sehingga ia akan memperoleh ketenangan.

Rational Emotif Therapy atau Terapi Rasional Emotif (TRE) adalah aliran psikoterapi yang dikembangkan oleh seorang eksistensialis Albert Ellis pada tahun 1962. Berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengaktualkan diri. Akan tetapi manusia juga memiliki kecenderungan-kecenderungan kearah menghancurkan diri, menghindari pemikiran,

berlambat-lambat menyesali kesalahan-kesalahan secara tak berkesudahan, takhayul, intoleransi, perfeksionisme dan mencela diri. Manusia pun berkecenderungan untuk terpaku pada pola-pola tingkah laku lama yang disfungsi dan mencari berbagai cara untuk terlibat dalam sabotase diri.³¹

Pelopor dan sekaligus promotor utama corak konseling ini adalah Albert Ellis, menurut pengakuan Ellis sendiri corak konseling rasional emotif tetapi berasal dari aliran pendekatan kognitif behavioristic. Menurut Ellis berpandangan bahwa RET merupakan terapi yang sangat komprehensif, yang menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan perilaku.

Pandangan pendekatan rasional emotif tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis. Ada tiga pilar yang membangun tingkah laku individu yang kemudian dikenal dengan konsep atau teori ABC, yaitu:

- a. *Antecedent event* yaitu segenap peristiwa luar yang dialami atau yang memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku atau sikap orang lain.
- b. *Belief* yaitu keyakinan, pandangan, nilai atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa.
- c. *Emotional Consequence* merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya.

³¹ Gerald Corey., *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi.*, Bandung: Refika Aditama., cet ke-7 2013. h. 238

Selain itu juga Ellis menambahkan D dan E untuk rumus ABC ini.

Seorang terapis harus melawan

- d. *Dispute* yaitu keyakinan-keyakinan irasional agar kliennya bisa menikmati dampak-dampak.
- e. *Effect* yaitu psikologis positif dari keyakinan-keyakinan yang rasional.

Tujuan dari konseling Rasional Emotif (RET) adalah untuk memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan-pandangan klien yang irasional dan tidak logis menjadi pandangan yang rasional dan logis agar klien dapat mengembangkan diri, meningkatkan sel-actualizationnya seoptimal mungkin melalui tingkah laku kognitif dan afektif yang positif. Serta menghilangkan gangguan-gangguan emosional yang merusak diri sendiri seperti rasa takut, rasa bersalah, rasa berdosa, rasa cemas, merasa was-was, dan rasa marah.³²

4. Fungsi Bimbingan dan Konseling Pada Ibu Hamil

Islam memberikan petunjuk dan tuntunan bagi umatnya yang seluruhnya tertera dalam kitab suci Al-Qur'an dan hadist. Allah SWT telah menurunkan Al-Qur'an sebagai petunjuk didunia, baik berupa larangan maupun kewajiban tertentu sebagai bimbingan terhadap pribadi dan akhlak umat-Nya sepanjang hidupnya dalam hubungan dengan bimbingan konseling Islam. Adapun dasar bimbingan konseling islam disebutkan dalam Firman Allah, Al-Qur'an surat Al-Asr ayat 1-3 :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾
 إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾
 إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا
 الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

³² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 77

Artinya : 1. demi masa. 2. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, 3. kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran. (QS. Al-Ashr: 1-3)³³

Secara teoritikal fungsi bimbingan dan konseling secara umum adalah sebagai fasilitator dan motivator klien dalam upaya mengatasi dan memecahkan problem kehidupan klien dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri.³⁴

Ibu hamil memerlukan perhatian khusus selama masa kehamilan. Oleh karena itu sebuah program konseling bagi ibu hamil layak untuk didapatkan oleh semua ibu hamil tanpa terkecuali dengan meliputi identifikasi risiko, pencegahan dan penanganan medis pada ibu hamil.³⁵

Perempuan hamil memerlukan ketenangan hati, keluarga dan orang-orang terdekat harus senantiasa memberikan dukungan moril dan menghibur hati Ibu hamil terutama pada saat akan menghadapi proses persalinan. Pasien pra melahirkan biasanya mengalami rasa khawatir dan ketakutan, apabila tidak bisa jadi ibu yang baik, juga ketakutan menghadapi proses persalinan yang belum pernah dialami, juga minimnya pengetahuan tentang proses melahirkan baik di rumah maupun di rumah sakit, khawatir anaknya lahir secara tidak normal, anak cacat dan berbagai

³³ Al-Quran Surat Al-Ashr ayat 1-3, *Al-Qur'an dan terjemahannya*, Kudus: Mubarakatan Toyyibah, Pt Buya Barokah, 2012, hal.712

³⁴ *Ibid.* h. 23

³⁵ Sri Yanti Nainggolan” (On-line), tersedia di:
<https://www.medcom.id/rona/kesehatan/dN6gpGRb-lakukan-konseling-kehamilan-pada-usia-kandungan-ini> (25 April 2017), dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

kekhawatiran lainnya yang menyebabkan stres pada calon ibu yang berdampak pada proses kelahiran secara alami maupun dengan operasi caesar.³⁶

Setiap orang bisa memahami bahwa lancar atau tidaknya proses kelahiran itu banyak tergantung pada kondisi biologis, khususnya kondisi ibu hamil yang bersangkutan. Namun dapat dimengerti bahwa hampir tidak ada tingkah laku manusia (terutama yang disadari) dan proses biologisnya yang tidak dipegaruhi oleh proses psikis. Maka dapat dimengerti bahwa membesarnya janin dalam kandungan itu mengakibatkan calon ibu yang bersangkutan mudah kelelahan, tidak nyaman badan, tidak bisa tidur enak, sering mendapatkan kesulitan dalam bernafas dan macam-macam beban jasmani lain-lainnya di waktu kehamilan.³⁷

Semua pengalaman tersebut pasti mengakibatkan timbulnya rasa tegang, ketakutan, kecemasan, konflik-konflik batin terutama pada saat mendekati kelahiran bayinya. Ibu hamil yang akan menghadapi waktu persalinan, dia selalu dihadapkan perasaan ketidakpastian mengenai persalinan itu akan berjalan lancar, mudah, dan selamat, atau sebaliknya. Demikian juga anak yang dilahirkan hidup atau mati, jika hidup dia itu sehat dan sempurna atau menderita cacat tubuh dan sebagainya.³⁸

³⁶ Saman A, *Doa dan Dzikir Untuk Ibu Hamil*. (Padang: Ruangkita, 2013), h. 34

³⁷ Kartini Kartono, *Psikologi Wanita*, (Bandung: Mandarmaju, 1992), h. 193

³⁸ Manuba, Manuba, Ida Bagus Gede, *Buku Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan* (Jakarta:EGC, 2013), h. 14

Kehamilan dapat menimbulkan komplikasi yang dapat mengancam jiwa ibu maupun bayi sehingga di dalam setiap kunjungan *antenatal* ibu perlu mendapatkan informasi-informasi penting tentang kehamilannya agar dapat diidentifikasi sedini mungkin adanya komplikasi maupun penyakit yang lain. Either mengatakan bahwa identifikasi komplikasi pada ibu hamil dapat dilakukan dengan konseling selama masa kehamilan. Hal ini didukung oleh Obermeyer mengatakan bahwa konseling yang diberikan dalam bentuk informasi dapat membantu klien dalam mengenali risiko yang ada dalam dirinya.³⁹

5. Bentuk Bimbingan Konseling Islam Kebidanan

Umumnya pada masa kehamilan, calon ibu mengalami banyak keluhan. Bentuk konseling Islam kebidanan telah dijabarkan dalam Al-Quran. Sebagai bidan Islami, bentuk bimbingan konseling secara Islam kebidanan telah tercermin dalam firman Allah dalam Al-Qur'an surat Lukman

Artinya : “ Dan kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada kedua orang tua ibu dan bapaknya, ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepadakulah kembalimu” (QS. Lukman: 14)

Berdasarkan ayat tersebut, Jelaskan bahwa kondisi itu sudah di firmankan oleh Allah Ta'ala dalam Al-Quran. Bentuk konseling Islam

³⁹ Retno Heru, “Konseling Ibu Hamil Pada Bidan Praktik Swasta Dan Puskesmas Di Kabupaten Bantul”. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, Vol. 01 No 03 (September 2012) h. 169

kebidanan berupa, di iklaskan keluhan yang di rasakan seorang calon ibu, dan minta sang calon ibu memohon kekuatan kepada Allah untuk bersabar, perbanyak shalat sunnat walau dengan tidur atau duduk, rajin membaca Al-Qur'an, bersedekah, istighfar, tafakkur 'alam, Muhasabah atau intropeksi diri, sehingga kehamilannya menjadi suatu proses yang indah tatkala Allah mengampuni dosa-dosanya.

B. Kecemasan Pada Ibu Hamil

1. Pengertian Kecemasan

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia kecemasan adalah kebingungan, kegalauan, kegelisahan, kekhawatiran, kepanikan, keresahan dan ketakutan.

Kecemasan menurut pendapat Freud yang menyatakan kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman dari rasa sakit maupun dunia luar yang tidak siap ditanggulangi dan berfungsi memperingatkan individu akan bahaya. Sebab individu sering menghadapi rintangan atau hal yang tak menyenangkan yang datang dari lingkungan, sehingga kemungkinan pemenuhan kebutuhan tak terjadi. Hal itu yang dapat menimbulkan kecemasan.⁴⁰

Kecemasan yang dimaksud peneliti adalah seorang pasien ibu hamil yang mengalami kebingungan, kegalauan, kekhawatiran, keresahan dan ketakutan saat menjalani masa pra melahirkan sehingga pasien ibu hamil mengalami kecemasan dalam menanti kelahiran. Sedangkan dari

⁴⁰ Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), h. 49.

pandangan Islam dan Bimbingan Konseling Islam, untuk membantu mengatasi kecemasan calon Ibu baru dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

a. Membaca Al- Qur'an

Membaca Al-Qur'an merupakan ibadah yang dapat menjadi terapi penentram jiwa dan dapat menyembuhkan penyakit hati. Di dalam Al-Qur'an terdapat pedoman, bimbingan dan petunjuk yang diberikan Allah kepada manusia agar tercipta ketenangan, baik diri sendiri maupun orang lain.

b. Dzikir dan Do'a

Dzikir dan doa merupakan bentuk ketawakalan manusia kepada Allah SWT. Manfaat utama dari energi dzikir adalah menjaga keseimbangan suhu tubuh agar tercipta suasana jiwa yang tenang. Dzikir dan doa merupakan perasaan keterhubungan yang kuat antara seorang manusia sebagai hamba dengan Tuhannya, sehingga merangsang syaraf parasimpatetis dan menimbulkan ketenangan hati.

Hal tersebut memungkinkan dzikir dan doa dapat digunakan sebagai alternatif mengatasi gangguan jiwa ringan seperti kecemasan bagi ibu hamil.

2. Gejala-gejala Kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan kekhawatiran yang berlebih karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Individu-individu yang tergolong normal kadang mengalami kecemasan yang nampak, sehingga dapat

disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental.

Gejala-gejala yang bersifat fisik diantaranya adalah: jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dan dada sesak. Sedangkan gejala yang bersifat mental adalah berupa: ketakutan merasa akan tertimpa bahaya, tidak dapat fokus pikirannya selalu terpecah ke berbagai hal, tidak tenang, dan ingin lari dari kenyataan.⁴¹

Kecemasan juga memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan. Gejala-gejala kecemasan yang muncul dapat berbeda pada masing-masing orang. Kaplan, Sadock & Grebb menyebutkan bahwa takut dan cemas merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda akan adanya suatu bahaya. Rasa takut muncul apabila terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan, dan tidak menimbulkan konflik bagi individu. Sedangkan kecemasan muncul jika bahaya berasal dari dalam diri, tidak jelas, atau menyebabkan konflik bagi individu.⁴²

Kecemasan berasal dari perasaan tidak sadar yang berada didalam kepribadian sendiri, dan tidak berhubungan dengan objek yang nyata atau keadaan yang benar-benar ada. Kholil Lur Rochman, mengemukakan beberapa gejala-gejala dari kecemasan antara lain :

⁴¹ Siti Sundari, *Perkembangan Anak dan Remaja*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), h. 64.

⁴² Fauziah, Fitri dan Julianti Widuri, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, (Jakarta: UI Press, 2007), h. 74.

- a. Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidakberanian terhadap hal-hal yang tidak jelas.
- b. Adanya emosi-emosi yang tidak kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan *exited* (heboh) yang memuncak, sangat *irritable*, akan tetapi sering juga dihinggapi depresi.
- c. Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan *delusion of persecution* (delusi yang dikejar-kejar).
- d. Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan seringkali menderita diare.
- e. Muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.⁴³

3. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan seringkali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa-peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan. Menurut Savitri Ramaiah ada beberapa faktor yang menunjukkan reaksi kecemasan, diantaranya yaitu:

⁴³ Kholil Lur Rochman, *Kesehatan Mental*. (Purwokerto: Fajar Media Press, 2010), h. 103

a. Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat ataupun rekan kerja. Sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

b. Emosi yang ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama.

c. Sebab-sebab fisik

Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan peragaan lazim muncul, dan ini dapat menjadi pemicu timbulnya kecemasan.⁴⁴

⁴⁴ Savitri Ramaiah, *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), h. 11.

Zakiah Darajat mengemukakan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu:

- a) Rasa cemas yang hadir akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran.
- b) Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan dan hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- c) Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya.

Kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan. Selain itu, keduanya mampu hadir karena lingkungan yang menyertai, baik lingkungan keluarga, sekolah maupun penyebabnya.

4. Jenis-jenis kecemasan

Kecemasan merupakan suatu perubahan suasana hati, perubahan didalam dirinya sendiri yang timbul dari dalam tanpa adanya rangsangan dari luar. Mustamir Pedak membagi kecemasan menjadi tiga jenis kecemasan yaitu :

a. Kecemasan Rasional

Merupakan suatu ketakutan akibat adanya objek yang memang-mengancam, misalnya ketika menunggu hasil ujian. Ketakutan ini dianggap sebagai suatu unsur pokok normal dari mekanisme pertahanan dasarnya kita.

b. Kecemasan Irrasional

Yang berarti bahwa mereka mengalami emosi ini dibawah keadaan-keadaan spesifik yang biasanya tidak dipandang mengancam.

c. Kecemasan fundamental

merupakan suatu pertanyaan tentang siapa dirinya, untuk apa hidupnya berlanjut. Kecemasan ini disebut sebagai kecemasan eksistensial yang mempunyai peran fundamental bagi kehidupan manusia.⁴⁵

5. Bentuk Kecemasan Pada Ibu Hamil

Kecemasan terhadap berbagai kemungkinan yang bisa terjadi saat melahirkan terutama dialami oleh wanita yang baru pertama kali hamil, kecemasan tersebut bisa berupa sebagai berikut:

a. Perasaan Takut Mati

Rasa cemas ini bisa terjadi jika seorang wanita menerima informasi yang tidak jelas tentang berbagai kesulitan ketika akan melahirkan. Misalnya, kecemasan tentang kemungkinan pendarahan yang luar biasa sehingga menimbulkan kematian bagi ibu. Ketakutan ini menjadikan ibu

⁴⁵ Mustamir Pedak. *Metode Supernol Menaklukkan Stres*. (Jakarta: Hikmah Publishing House, 2009), h. 30.

hamil panik.oleh karena itu, sikap menghibur dan melindungi dari suami atau keluarga sangat diperlukan, karena merupakan dukungan moril mengatasi konflik batin, kegelisahan dan ketakutan-ketakutan lainnya.

b. Rasa Bersalah

Selain rasa takut akan mati, perasaan lain yang dihadapi oleh ibu hamil adalah rasa bersalah ataupun rasa berdosa. Hal ini berkaitan dengan kehidupan emosi dan cinta kasih sayang yang diterima ibu hamil dari ibunya. Keadaan rasa bersalah ini membuat ibu semakin lebih takut menghadapi kematian

c. Rasa Takut Menghadapi Kenyataan

Pada setiap wanita hamil, ketakutan melahirkan diperkuat dengan rasa takut yang berlebih, seperti ketakutan jika anaknya lahir cacat atau keadaan patologis, takut bayi akan bernasib buruk karena dosa-dosa di masa silam, ketakutan akan beban hidup menjadi berat, muncul elemen-elemen yang mendalam dan tak disadari kalau dipisahkan dengan bayinya, dan perasaan takut kehilangan bayi.

d. Trauma Kelahiran

Trauma kelahiran, ini adalah perasaan yang dihadapi seorang ibu yang merasa seolah-olah ibu tersebut tidak dapat menjamin keselamatan bayinya setelah berada diluar rahimnya, trauma ini biasanya disebabkan selama kehamilan ibu.⁴⁶

⁴⁶ Herri Zan Pietet., Namora Lumongga Lubis., *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan* (Jakarta: Kencana, 2001), h. 232

6. Kondisi Psikis Ibu Hamil

Selama kehamilan ketenangan sangat berarti bagi ibu hamil, namun pada umumnya ibu hamil merasakan sifat dan sikap yang menjadikan ibu hamil merasa sensitif. Adapun psikis ibu hamil bisa berdampak pada janin, suami dan keluarga di masa mendatang. Kondisi ini diantaranya :

a) Ketidak yakinan

Awal minggu kehamilan, wanita seringkali merasa tidak yakin dengan kehamilannya dan berusaha untuk menginformasikan kehamilan tersebut. Hal ini disebabkan tanda-tanda fisik kehamilannya tidak begitu jelas dan sedikit berubah. Fase ini, seorang wanita mengamati seluruh bagian tubuhnya atas perubahan tubuhnya. Bentuk-bentuk ketidaknyamanan yang terjadi pada trisemester pertama diantaranya kelelahan, perubahan nafsu makan, dan kepekaan emosional, semuanya dapat menimbulkan konflik dan depresi.

b) Fokus Pada Diri Sendiri

Awal kehamilan pusat pikiran ibu terfokus pada dirinya sendiri, bukan pada janin. Ibu merasa bahwa janin merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari ibunya, calon ibu juga mulai berkeinginan untuk menghentikan rutinitas yang penuh tuntutan sosial dan tekanan agar dapat menikmati waktu kosong tanpa beban. Banyak waktu yang dihabiskan untuk tidur.

c) Cendrung Malas

Penyebab wanita hamil cenderung malas disebabkan pengaruh perubahan hormon yang sedang dialaminya sehingga perubahan tersebut akan mempengaruhi gerakan tubuh ibu, seperti lebih letih sehingga cenderung menjadi lebih malas.

d) Mudah Cemburu

Ibu hamil merasa mulai cemburu terhadap suami tanpa alasan, seperti jika pulang kerja telat dan mulai bertanya-tanya. Faktor penyebabnya adalah akibat perubahan hormonal dan perasaan tidak percaya pada perubahan penampilan fisiknya. Ibu hamil mulai meragukan kepercayaan suaminya, seperti ketakutan ditinggal suaminya pergi dengan wanita lain.

e) Minta Perhatian Lebih

Perilaku ibu hamil sering menunjukkan sikap ingin minta perhatian. Tiba-tiba menjadi orang yang manja dan ingin selalu diperhatikan. Perhatian yang diberikan suami sedikit akan dapat memicu tubuhnya merasakan nyaman dan pertumbuhan janin menjadi baik.⁴⁷

f) Stress

Pemikiran yang negatif dan perasaan takut selalu menjadi sumber penyebab terjadinya stress. Stress selama hamil mempengaruhi perkembangan fisiologis dan psikis bayi yang dikandung. Apa yang

⁴⁷ Astria Y. "Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trisemester III Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan" (On-Line), tersedia di: <http://perpus.fkik.uinjkt.ac.id/filedigital/YOONE%20ASTRIA.pdf>. (20 Agustus 2019)

dipikirkan oleh ibu memiliki hubungan fisik langsung dengan perkembangan anak dalam rahim.

g) Kecemasan

Kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian individu yang subjektif yang mana keadaannya dipengaruhi alam bawah sadar dan akar penyebabnya belum diketahui pasti, seperti depresi atau khawatir, ibu mulai berfikir mengenai kesejahteraan atau kekhawatiran pada bentuk penampilan diri yang kurang menarik.

Awal penyebab wanita hamil menjadi lebih sensitif disebabkan oleh faktor hormonal. Kini rekreasinya lebih peka, mudah tersinggung, dan mudah marah. Apapun tindakannya dianggap kurang menyenangkan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan oleh penulis bahwa kecemasan merupakan suatu ketegangan perasaan yang disadari maupun tidak, ditimbulkan oleh suatu keadaan yang tidak menyenangkan, tekanan serta ketidakmampuan seseorang mengendalikan pikiran buruk oleh sebab itu kondisi ini sudah sepantasnya dipahami suami dan jangan membalas dengan kemarahan karena menambah perasaan tertekan.⁴⁸

7. Dampak Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil

a. Korelasi Hormon dan Kepribadian

Kehamilan juga diartikan periode krisis, saat terjadinya gangguan dan perubahan identitas peran. Wanita hamil merespons terhadap masa krisis dengan cara berbeda-beda menurut sifat dan situasi kehidupan.

⁴⁸ Janiwarty B & Pieter H. Z, *Pendidikan Psikologi Untuk Bidan*. (Medan: Marni, S.ST 2011), h. 39.

Definisi krisis merupakan ketidakseimbangan psikologis yang disebabkan situasi atau tahap perkembangan.

Awal perubahan psikologis wanita hamil yaitu periode syok, menyangkal, bingung, dan sikap menolak. Persepsi wanita bermacam-macam ketika mengetahui dia hamil, seperti kehamilan adalah suatu penyakit, kejelekan atau sebaliknya memandang kehamilan sebagai masa kreativitas dan pengabdian kepada keluarga.⁴⁹

Sebenarnya, faktor penyebab terjadinya perubahan psikis wanita hamil ialah korelasi faktor hormonal dan kepribadian faktor hormonal dan kepribadian. Dr. Dwiana Octavianti Sp.OG mengatakan bahwa, faktor penyebab perubahan perilaku wanita hamil yaitu meningkatnya produksi hormon progesteron. Hormon progesteron memengaruhi kondisi psikisnya. Namun tidak selamanya pengaruh hormon progesteron menjadi dasar perubahan psikis, melainkan juga kerentanan daya psikis seseorang atau lebih dikenal dengan kepribadian.

Biasanya, wanita hamil yang menerima atau bahkan sangat mengharapkan kehamilan akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan. Berbeda dengan wanita hamil yang bersikap menolak kehamilan. Mereka menilai kehamilan sebagai hal-hal yang memberatkan ataupun mengganggu estetika tubuhnya seperti gusar karena perut menjadi buncit, pinggul besar, payudara membesar, capek

⁴⁹ Herri Zan Pieter., Namora Lumongga Lubis., *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan* (Jakarta: kencana, 2001), h. 232

dan letih. Tentu kondisi kondisi ini akan memengaruhi kehidupan psikis ibu menjadi tidak stabil.⁵⁰

b. Bentuk-bentuk Perubahan Psikis Ibu Hamil

a) Perubahan Emosional

Perubahan emosional pada trisemester I ialah penurunan kemauan seksual karena letih dan mual, perubahan suasana hati seperti depresi atau khawatir, ibu mulai berfikir mengenai bayi dan kesejahteraannya dan kekhawatiran pada bentuk penampilan diri kurang menarik.

Perubahan emosional trisemester II terjadi pada bulan kelima terasa nyata karena bayi sudah mulai bergerak sehingga dia mulai memerhatikan bayi dan memikirkan apakah bayinya akan lahir sehat. Rasa cemas ibu hamil akan terus meningkat seiring bertambah usia kehamilannya.

Perubahan emosional trisemester III terutama pada bulan-bulan terakhir kehamilannya biasanya gembira bercampur takut karena kehamilan telah mendekati persalian. Kekhawatiran ibu hamil biasanya seperti apa yang akan terjadi pada saat melahirkan, apakah bayi lahir sehat, dan tugas-tugas apa yang dilakukan setelah kelahiran. Pemikir dan perasaan seperti ini sangat biasa terjadi pada ibu hamil. Sebaiknya kecemasan seperti ini dikemukakan istri kepada suaminya.⁵¹

⁵⁰ *Ibid*,h. 233

⁵¹ *Ibid*,h. 234

b) Sensitif

Awal penyebab wanita hamil menjadi lebih sensitif ialah faktor hormon. Reaksi wanita menjadi lebih peka, mudah tersinggung dan gampang marah. Apapun perilaku ibu hamil dianggap kurang menyenangkan. Sebenarnya, perubahan ini pasti berakhir. Jangan sampai perubahan ini merusak hubungan suami istri menjadi tidak harmonis. Oleh sebab itu, keadaan ini sudah sepatutnya dipahami suami dan jangan dibalas dengan kemarahan karena akan menambah perasaan tertekan. Perasaan tertekan akan berdampak buruk dalam perkembangan fisik dan psikis bayi.

c) Perasaan Ambivalen

Perasaan ambivalen sering muncul saat masa kehamilan trimester pertama. Perasaan ambivalen wanita hamil berhubungan dengan kecemasan terhadap perubahan selama masa kehamilan, rasa tanggung jawab, takut atas kemampuannya menjadi orang tua, sikap penerimaan keluarga, masyarakat dan masalah keuangan. Perasaan ambivalen akan berakhir seiring dengan adanya sikap penerimaan terhadap kehamilan.

d) Perasaan Ketidaknyamanan

Perasaan ketidaknyamanan sering terjadi pada trimester pertama seperti mual, kelelahan, perubahan nafsu makan dan kepekaan emosional, semuanya dapat mencerminkan konflik dan kepekaan emosional, semuanya dapat mencerminkan konflik dan depresi. Deepak Chopra mengatakan bahwa, kegelisahan, tertekan atau ketakutan, hormon

stres dengan sendirinya mengalir melalui aliran darah dan mengenai plasenta sang bayi.

e) Depresi

Umumnya depresi sering terjadi dalam trisemester pertama. Depresi adalah kemurungan atau perasaan tidak semangat yang ditandai dengan perasaan yang tak menyenangkan, menurunnya kegiatan, dan pesimis menghadapi masa depan. Pada kasus patologis, depresi merupakan reaksi yang ekstrem disertai oleh delusi ketidakpastian dan perasaan putus asa.

Penyebab timbulnya depresi ibu hamil ialah akibat perubahan hormonal yang berhubungan dengan otak, hubungan dengan suami atau anggota keluarga, kegagalan dan komplikasi hamil.

Reva Rubin mengatakan bahwa, selama periode kehamilan hampir sebagian besar ibu hamil sering mengalami kecemasan. Namun tingkat kecemasannya berbeda-beda dan tergantung pada sejauh mana ibu hamil itu memersepsikan kehamilannya. Faktor-faktor penyebab timbulnya kecemasan ibu hamil biasanya berhubungan dengan berbagai kondisi:

1. Kesejahteraan dirinya dan bayinya yang akan dilahirkan.
2. Pengalaman keguguran kembali (terutama)
3. Rasa aman dan nyaman selama masa kehamilan.
4. Penuaan jati dirinya dan persiapan menjadi orang tua.
5. Sikap memberi dan menerima kehamilan.
6. Keuangan keluarga

7. *Support* keluarga dan tenaga medis.⁵²

Rasa cemas yang berlebihan dengan sendirinya menyebabkan ibu sakit. Hal ini bisa menimbulkan bentuk penyakit lain bermunculan yang sebelumnya telah dideritanya. Kemudian, perasaan cemas berkepanjangan dapat membuat ibu hamil tak bisa berkonsentrasi dengan baik dan hilangnya rasa kepercayaan diri. Bahkan untuk beberapa ibu penderita cemas berat menghabiskan waktunya dengan merasakan kecemasan sehingga mengganggu aktivitasnya. Gejala-gejala cemas ibu hamil terlihat dari mudah tersinggung, sulit bergaul dan berkomunikasi, stres, sulit tidur, palpitas atau denyut jantung yang kencang, sering buang air kecil, sakit perut atau diare, tangan berkeringat dan gemetar, kaki dan tangan kesemutan, kejang otot, sering pusing, dan pingsan.

f) Insomnia (sulit tidur)

Sulit tidur adalah gangguan tidur yang diakibatkan gelisah atau perasaan yang tidak tenang, kurang tidur, atau sama sekali tak bisa tidur. Gangguan tidur selalu menyerang ibu hamil tanpa alasan yang jelas. Sebenarnya, gangguan tidur lebih banyak berkaitan dengan masalah psikis, seperti kekhawatiran. Sulit tidur sering terjadi pada ibu-ibu hamil pertama kali atau kekhawatiran menjelang kelahiran. Gejala-gejala insomnia dari ibu hamil dapat dilihat dari sulit tidur, tidak bisa memejamkan mata, dan selalu terbangun dini hari. Penyebab insomnia yaitu stres, perubahan pola hidup, penyakit, kecemasan, depresi, dan

⁵² Asrinah, dkk. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010), h. 59.

lingkungan rumah ramai. Dampak buruk kurang tidur yaitu perasaan mudah lelah, tidak bergairah, emosi gampang meledak, stres, dan denyut jantung.⁵³

C. Persalinan

1. Pengertian Persalinan

Kelahiran dan persalinan adalah peristiwa alamiah yang dialami seorang wanita. Peristiwa alamiah ini tidak hanya melibatkan kondisi fisiologis saja tapi juga banyak dipengaruhi oleh komponen psikologis. Proses persalinan itu sendiri berlangsung bervariasi, berbeda peristiwa antara satu wanita dengan wanita yang lain. Bahkan pada seorang wanita bisa terjadi pengalaman melahirkan antara anak pertama dan kedua berbeda. Ada yang berlangsung mudah, adapula yang sulit, ada yang normal dan lancar namun tidak sedikit pula yang harus mengalami proses persalinan dengan bantuan, misalnya dengan operasi (*sectio caesarean*), vakum ekstraksi atau *forceps*.

Ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi mudah atau sulitnya proses persalinan pada seorang wanita, diantaranya :

- a. Kondisi fisik wanita termasuk keadaan otot-otot panggulnya
- b. Pola hidup, misalnya seseorang yang rajin senam hamil maka ototnya akan lebih lentur dan melahirkan relatif lebih mudah.
- c. Lingkungan sosial
- d. Kondisi kejiwaan (psikis) wanita.⁵⁴

⁵³ *Ibid.*, h. 238

2. Jenis dan Metode Persalinan

1. Persalinan Normal

Persalinan normal merupakan persalinan yang cenderung aman dan minim resiko. Proses persalinan melalui lubang vagina ini, umumnya berlangsung kurang dari 24 jam.

Persalinan normal dipengaruhi oleh tiga faktor penting, yakni kekuatan ibu mengejan, keadaan jalan lahir, serta kondisi janin. Ketiga faktor ini harus berada dalam kondisi yang baik agar persalinan normal dapat berjalan dengan baik. Jika ada masalah pada salah satunya, maka perlu dilakukan pemeriksaan lebih lanjut oleh dokter terkait apakah persalinan normal masih dapat dilakukan atau tidak.

2. Persalinan Caesar

Untuk menjalani persalinan dengan operasi caesar, ibu harus melakukan beberapa persiapan untuk melahirkan caesar, termasuk persiapan mental. Operasi caesar pada umumnya dilakukan ketika terjadi kemacetan pada persalinan normal ataupun terjadinya masalah pada proses persalinan yang dapat mengancam nyawa ibu dan bayi.

Pada beberapa kondisi, persalinan dengan operasi caesar dapat dijadwalkan atau direncanakan jauh-jauh hari, terutama jika terjadi masalah pada kesehatan ibu atau janin saat hamil. Persalinan caesar haruslah disiapkan dengan matang, meski mungkin juga dilakukan dengan segera ketika terjadi kondisi darurat.

⁵⁴ Eko suryani, Hesty Widyasih., *Psikologi Ibu dan Anak* (Yogyakarta: Fitramaya,2010), h.132

3. Kondisi Emosional Ibu Menjelang Persalinan

Menjelang minggu terakhir menuju kelahiran, kegelisahan dan ketidaknyamanan jasmaniah ibu hamil telah mencapai puncaknya. Signifikan tekanan bobot bayi semakin jelas. Semakin besar hasrat ibu untuk melihat bayinya, maka semakin besar efek psikologis yang ditimbulkannya, seperti kegelisahan terhadap fase pemisahan pribadi ibu dengan pribadi sang anak. Persasaan –perasaan lainnya meliputi :

1. Rasa Takut Riel

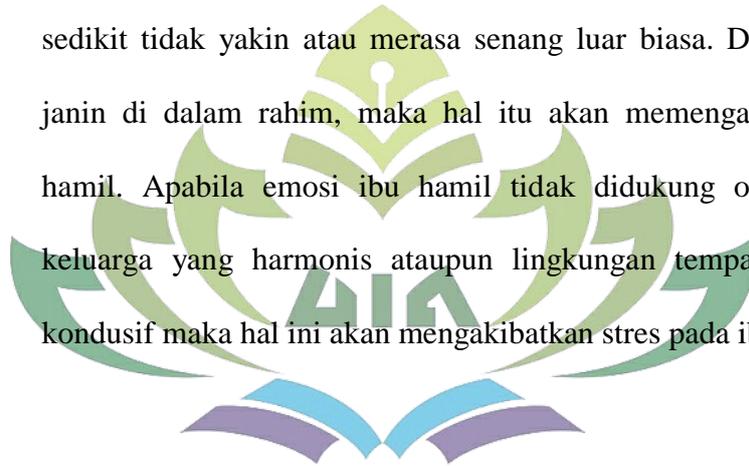
Pada setiap wanita hamil, ketakutan melahirkan diperkuat dengan rasa takut yang kongkret, seperti ketakutan jikalau anak lahir cacat atau keadaan patologis, takut bayinya akan bernasib buruk karena dosa-dosanya dimasa silam, ketakutan akan beban hidup menjadi berat, munculnya elemen-elemen takut yang sangat mendalam dan tak disadari kalau dipisahkan dengan bayinya perasaan takut kehilangan bayi atau perpanjangan rasa takut sebelumnya.

2. Halusinasi Hipnagogik

Diantara kontraksi-kontraksi yang disertai rasa sakit juga selalu berlangsung interval istirahat, yaitu waktu selang yang tidak merasakan sakit Dengan mendekatnya saat-saat kelahiran bayi, periode interval istirahat semakin pendek dan saat itu biasanya ibu bisa tidur sebentar (tidur semu). Saat tidur semu inilah ibu hamil mengalami mimpi dan halusinasi hipnagogik. Halusinasi hipnagogik adalah gambaran-gambaran tanpa disertai perangsang yang adekuat

(pas, cocok) yang berlangsung saat setengah tidur dan setengah jaga. Selama interval relaks ini akan bermunculan konflik-konflik batin, tendensi psikis yang tak terselesaikan, masih mengganggu, dan ketenangan yang mengganggu kelahiran.⁵⁵

Perubahan emosional terjadi selama kehamilan. Hormon dapat memengaruhi suasana hati dan karena kadarnya yang naik turun demikian juga dengan suasana hati ibu hamil. Oleh karena itu adalah hal yang normal apabila ibu hamil merasa sedih, menangis, panik, sedikit tidak yakin atau merasa senang luar biasa. Dengan hadirnya janin di dalam rahim, maka hal itu akan memengaruhi emosi ibu hamil. Apabila emosi ibu hamil tidak didukung oleh lingkungan keluarga yang harmonis ataupun lingkungan tempat tinggal yang kondusif maka hal ini akan mengakibatkan stres pada ibu hamil.



⁵⁵ Herri Zan Pieter., Namora Lumongga Lubis., *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan* (Jakarta: kencana, 2001), h. 232

D. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari terjadinya plagiarisme dalam suatu hal yang akan diteliti berdasarkan fakta dan bukti yang ada penelitian tentang “Peran Bimbingan Konseling Dalam Mengurangi Kecemasan Bagi Ibu Hamil Menghadapi persalinan di RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda Lampung Selatan” dari beberapa penelitian-penelitian mengungkap tentang Amalan Keagamaan dan Peran bimbingan dalam mengurangi Kecemasan bagi Ibu Hamil, ditemukan beberapa penelitian yang ditemukan semisal diantaranya:

1. Skripsi yang disusun oleh Hilda Nurmalasari Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung pada 2018 yang berjudul “Amalan Keagamaan Dalam Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan (Studi di RSIA Bunda Asy-Syifa Bandar Lampung).” Dari skripsi ini membahas tentang amalan-amalan keagamaan pada ibu hamil untuk mengurangi kecemasan pada saat melahirkan yaitu dengan mengamalkan nilai-nilai agama sebagai penentram hati dan memasrahkan segalanya kepada Allah SWT
2. Skripsi yang disusun oleh Debbie Afriani Carrera jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Surakartapada tahun 2017 “Peran Bimbingan Rohani Islam Dalam Memotivasi Pasien Pra Persalinan Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah PKU Surakarta”. Skripsi ini membahas peran

bimbingan rohani dalam memotivasi pasien pra melahirkan. Memberikan motivasi atau pengaruh positif bagi ibu hamil sangat berpengaruh terhadap suasana hati ibu hamil saat menjelang persalinan, ibu hamil akan merasakan lebih kelegaan dan memupuk rasa percaya diri akan proses persalinan bila sudah menjalani proses bimbingan oleh rohaniawan.

Dari semua penelitian yang ada, penulis menegaskan bahwa penelitian yang dilakukan penulis berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, perbedaannya dari peneliti pertama adalah amalan keagamaan dalam mengatasi kecemasan ibu hamil menjelang persalinan yaitu sebagai motivasi dan pegangan hidup untuk senantiasa berserah diri kepada Allah bagi ibu hamil meningkatkan amalan keagamaan untuk mengurangi kecemasan; peneliti yang kedua dalam peran pembimbing rohani sebagai pemberi motivasi, nasihat dan petunjuk agar ibu hamil tidak mengalami kecemasan dan senantiasa bertawakal dan berserah diri kepada Allah SWT.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh penulis membahas tentang peran bimbingan dan konseling dalam mengurangi kecemasan bagi ibu hamil yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah metode bimbingan konseling yang dilakukan oleh praktisi kesehatan RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM Kalianda Lampung Selatan dalam upaya mengurangi kecemasan bagi ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Pers, 2001.
- Asrinah, dkk. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010.
- Athif Lamadah, *Buku Pintar Kehamilan dan Melahirkan*, Bandung, Kreasi Islami, 2012.
- Baraji Atwar, *Metode Penelitian Komunikasi (Prosedur, Trend dan Etika)*. Bandung: Simbiosis Rakatama Media, 2015.
- Baharudin, *Paradigma Psikologi Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Cholid Naurko, dan H. Abu Ahmadi, *Metode Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara, 1997.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, Edisi Ketiga, 2002.
- Djamarah, *Teori Motivasi*. Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2002.
- Emzir, *Metode Penelitian Kualitatif Analisis Data*, Jakarta: Rajawali Pers, 2014.
- Eko Suryani, Hesty Widyasih, *Psikologi Ibu dan Anak*, Yogyakarta: Fitramaya, 2010.
- Fauziah, Fitri dan Julianti Widuri, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, Jakarta: UI Press, 2007
- Gerald, Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi.*, Bandung: Refika Aditama, cet ke-7, 2013.
- Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, Ciputat: Quantum, 2015.
- Herri Zan Pieter, Namora Lumongga Lubis, *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*, Jakarta: kencana, 2001.
- Irwan Soeharto, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008.
- Kementerian Agama RI, *Al-qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: Diponegoro, 2014.
- Kartono, Kartini, *Patologi Sosial 3*, Jakarta: Rajawali pers, 2014.

- . *Psikologi Wanita*, Bandung: Mandar Manu, 1992.
- Kuswandi, Lanny, *Keajaiban Hypno-Brithing*, Jakarta: Pustaka Bunda, 2011.
- Latipun, *Psikologi Konseling Edisi Ketiga*. Malang: UPT Penerbitan, 2010.
- Lexy J. Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002
- Pedak Mustamir. *Metode Supernol Menaklukkan Stres*. Jakarta: Hikmah Publishing House, 2009
- Rochman Lur Kholil, *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press, 2010.
- Manuba, Ida Bagus Gede. *Buku Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*, Jakarta: EGC, 2013
- Maryanto Nurshamsul. *Konsep Kebidanan Dalam Perspektif Sains Dan Islam*. Jakarta: AMP Press, 2016.
- Marzuki, *Metodologi Riset: Panduan Penelitian Bidang Bisnis dan Sosial, Edisi kedua*, Yogyakarta: Ekonisisa Kampus Fakultas Ekonomi UII, 2005.
- Muhammad, *Metode Penelitian Ekonomi Islam: Pendekatan Kuantitatif (dilengkapi dengan contoh-contoh Aplikasi: proposal penelitian dan laporannya)*, Jakarta: PT RAJA Grafindo Persada, 2008.
- M. Arifin , *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1970.
- . *Teori-Teori Konseling Agama dan Umum*, Jakarta: Golden Terayon Press, 2003.
- Moh Sonhaji, *Alquran Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: PT Dana Baktiprimayasa, 1997.
- Nazir, *Metode Penelitian*, Bogor Selatan: Ghalia Indonesia, 2005.
- Nurshamsul Mariyanto, *Konsep Kebidanan Dalam Perspektif Sains Dan Islam*, Jakarta: AMP Press, 2016.
- Rumah Sakit Bob Bazar, SKM Kalianda Lampung Selatan (On-Line), Tersedia: <http://rsud.lampungselatankab.go.id>
- Saidah, Dewi, *Metode Penelitian Dakwah Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015

Sanjaya, Wina , *Penelitian Pendidikan*, Jakarta: kencana, 2013.

Saman, A, *Doa dan Dzikir Untuk Ibu Hamil*, Padang: Ruang Kita, 2013.

Savitri Ramiah, *Kecemasan*. Jakarta: Pustaka Belajar, 2003.

Sitohang, Vensya. Angka Kematian Ibu. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*, Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2013.

Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung; Alfabeta, Cet ke-8, 2014.

Sudjana, *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito, 2002.

Sundari Siti, *Perkembangan Anak dan Remaja*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004.

Susiadi AS, *Metodologi Penelitian*, Bandar Lampung: Pusat Penelitian dan Penerbitan LP2M Institut Agama Islam Negeri Raden Intan, 2015.

Sutrisno Hadi, *Metode Reseach*. Yogyakarta: Adi Ofset, 1991.

Sutoyo Anwae, *Bimbingan Dan Konseling Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.

Trianto Safaria, *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara, 2012.

Sumber Internet

Astria Y. “Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trisemester III Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan” (On-Line), tersedia di: <http://perpus.fkik.uinjkt.ac.id/filedigital/YOONE%20ASTRIA.pdf>. (20 Agustus 2019)

Capaian Kinerja Kemenkes RI tahun 2015-2017” (On-Line) tersedia di: <https://depkes.go.id/article/view/17081700004/-inilah-capaian-kinerja-kemenkes-ri-tahun-2015-2017.html>

Jenis dan Metode Persalinan, tersedia di: <https://www.johnsonsbaby.co.id/jenis-metode-persalinan> diakses pada tanggal 7 maret 2019.

Lakukan Konseling Kehamilan Pada Usia Kandungan Ini” (On-Line) tersedia di <https://www.medcom.id/rona/kesehatan/dN6gpGRb-lakukan-konseling-kehamilan-pada-usia-kandungan-ini>

Sumber Wawancara

Ibu Nyoman Swastiti, Amd Keb, wawancara dengan penulis, Kalianda Lampung Selatan, 3 Juli 2019.

Dokter Eny Suyanto, SpOG, wawancara dengan penulis, Kalianda Lampung Selatan, 8 Juli 2019.

Ibu Rima Yulia, Pasien RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM, Kalianda Lampung Selatan, wawancara dengan penulis, 9 Juli 2019.

Ibu Tuny Herawati, Pasien RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM, Kalianda Lampung Selatan, wawancara dengan penulis, 12 Juli 2019.

Ibu Ketut Pamty, Pasien RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM, Kalianda Lampung Selatan, wawancara dengan penulis, 15 Juli 2019.

Ibu Fera Haryanti, Pasien RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM, Kalianda Lampung Selatan, wawancara dengan penulis pada, 17 Juli 2019.

Ibu Suryati, Pasien RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM, Kalianda Lampung Selatan, wawancara dengan penulis pada, 19 Juli 2019-09-15.

Ibu Ulva Khoiriyah, Pasien RSUD Dr. H. Bob Bazar SKM, Kalianda Lampung Selatan, wawancara dengan penulis pada, 21 Juli 2019.

