

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perempuan yakni makhluk yang dikodratkan oleh Allah SWT untuk melahirkan manusia di bumi. Allah SWT memberikan kelebihan kepada kaum perempuan untuk mengandung, melahirkan dan memelihara anak-anaknya kelak. Sehingga kodratnya sangat amat berat, namun ada kalanya kaum laki-laki kurang dalam memahaminya. Sehingga dalam kehidupan berumah tangga suami istri harus melaksanakan tanggung jawabnya yaitu hak serta kewajiban terhadap diri masing-masing, memahami perannya baik suami ataupun istri, menerima kelebihan maupun kekurangan, saling menjaga, pengertian dan menghargai antara anggota keluarga lainnya.

Perempuan pada saat mengandung, melahirkan hingga proses menyusui, sebagian mereka memikul beban pikiran yang berat. Sehingga kaum perempuan secara rohani maupun fisiknya memang harus mempersiapkan akan kesanggupan dalam hal apapun, seperti kesanggupan dalam hal-hal setelah melahirkan bayinya. Melahirkan yakni nikmat dari Allah SWT yang sangat berat dan proses alami yang sangat ditunggu-tunggu oleh pasangan suami istri, karena akan kelahiran si buah hatinya. Saat hamil, melahirkan juga menyusui bukan hanya peristiwa kecil, bahkan bisa berdampak psikologis untuk perempuan. Al-Qur'an mengakui beratnya pikiran perempuan hamil, melahirkan serta menyusui:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصْلُهَا فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ

الْمَصِيرُ

“Dan Kami perintahkan kepada manusia (untuk berbuat baik) pada kedua orang tuanya. Ibunya sudah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah besar, serta menyapihnya saat usia dua tahun. Bersyukurlah kepadaKu dan kedua orang tuamu. Hanya kepada Aku kembalimu. (QS.Luqman/31:14)”¹

Keadaan seperti ini menimbulkan dampak emosi pada ibu setelah melahirkan. Makna emosi dalam al-qur’an disebut *al-Qalb* (hati) serta *an-Nafs* (jiwa). Sedangkan di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, emosi ialah pasang surut gejala perasaan yang berkembang dalam waktu singkat, seperti keadaan reaksi psikologis maupun fisiologis bersifat individual.²

Ibu pasca melahirkan merasakan berbagai macam gangguan perasaan seperti bahagia, sedih, sering menangis, cemas, takut, tidak percaya diri mudah marah dan tersinggung, mudah lelah dan susah tidur karena sibuk mengurus bayinya, bahkan hingga timbul rasa penyesalan atau bersalah. Rasa bahagia karena anak yang dilahirkan lahir normal, bahkan ada yang timbul penyesalan atau rasa bersalah karena melahirkan secara *caesar*. Seiring berjalannya waktu, perhatian akan semakin fokus pada si bayi dan perasaan untuk si ibu kadang terabaikan. Ada beberapa pasangan suami istri, di mana si suaminya tidak menyadari akan kesulitan yang dialami oleh si istri. Ditambah lagi orang-orang di lingkungan sekitar hanya memberi masukan atau kritikan bukan diberi

¹ Ade Nailul Huda, Jurnal: *Syndrom Baby Blues: Kesan Dan Penanganan Dalam Al-Qur’an* (Vol 04, No 02, Desember 2019), hal. 2

² *Ibid*, hal. 6

dukungan hal-hal positif tentang bagaimana mengurus bayi, sehingga ibu berjuang sendiri padahal belum miliki pengalaman.

Perlu diketahui adanya kecemasan atau rasa takut, kelelahan serta ketidakseimbangan pada hormon yang dialami ibu pasca melahirkan dapat menimbulkan stres, yang mana hal tersebut dikenal dengan istilah ibu *baby blues*. Bagi masyarakat awam istilah ibu *baby blues*, mungkin banyak masyarakat yang belum mengetahuinya. *Baby blues* adalah kondisi yang dialami oleh para ibu pasca melahirkan yang dirasakan dalam hitungan hari ataupun minggu pertama pasca persalinan.³ Ada sebagian ibu pasca melahirkan telah sanggup dengan baik menyesuaikan dirinya, sehingga semangat dan mau mengurus bayi, tetapi ada juga yang tidak berhasil hingga mengalami gangguan psikologis, para ahli menyebutnya dengan istilah *postpartum blues* atau *baby blues*. Adapun faktor-faktor penyebab ibu *baby blues*, antara lain:⁴

- a. Faktor perubahan hormon dan psikologis
- b. Faktor fisik
- c. Faktor umur
- d. Faktor ekonomi
- e. Faktor sosial dan kurangnya dukungan suami

Menurut Mochtar menyebutkan ada empat faktor pada proses persalinan, yaitu faktor jalan lahir, janin, tenaga ataupun kekuatan serta terakhir faktor psikologis. Perempuan hamil dan melahirkan perlu mempunyai kondisi psikologis yang stabil dalam persalinan. Sebaliknya perasaan cemas,

³ Soffin Arfian, *Baby Blues Mengenal Penyebab, Mengetahui Gejala, & Mengantisipasinya* (Solo: PT Tiga Serangka Pustaka Mandiri, 2021) hal. 8

⁴ Yeni Indri Lestari, *Hubungan Antara Faktor Psikososial, Dukungan Suami Dan Keluarga Dengan Kejadian Postpartum Blues*, 2019, hal. 25-29

takut serta khawatir dapat menyebabkan stress pada ibu, sehingga prosesnya persalinan tidak berjalan baik.⁵

Dengan perubahan pada *mood* gangguan tidur, tidak selera makan, gangguan konsentrasi terutama disebabkan oleh perubahan hormon jika tidak segera ditangani dengan benar akan semakin memburuk. Namun perlu diingat bahwa tubuh jiwa dan emosi memiliki kemampuan menyalurkan perubahan tersebut untuk kembali seimbang dalam keadaan normal secara alamiah. Meskipun *baby blues* dikategorikan sebagai depresi ringan ibu pasca melahirkan. Namun kasus ibu *baby blues* tersebut tidak boleh diabaikan serta tidak dianggap remeh, karena dapat menyebabkan berbagai dampak yang tidak diinginkan.

Psikolog Klinis Liza Marielly Djapri menjelaskan bahwa dampak dari *baby blues* jika tidak ditangani lebih dari 6 bulan bisa menimbulkan pada ibu, yaitu merasa depresi. Sehingga menimbulkan dampak yaitu: ibu *baby blues* akan putus asa, malas mengurus bayinya, tidak bergairah lagi dalam membangun rumah tangga bersama suaminya, karena kualitas hubungan intim yang kurang, komunikasi yang buruk, bisa memicu konflik, ketegangan, hingga perceraian saat perempuan sudah terus menerus merasa tidak berguna lagi di hadapan suaminya. Tidak hanya itu pengaruh media sosial juga memicu *baby blues* akan semakin lama, hal ini di mana semua para ibu bebas bicara serta memamerkan kehidupannya. Sehingga Ibu *baby blues* akan dapat melihat bayi orang lain lebih sempurna, serta melihat perempuan lainnya bisa

⁵ Soffin Arfian, *Baby Blues Mengenal Penyebab, Mengetahui Gejala, & Mengantisipasinya* (Solo: PT Tiga Serangka Pustaka Mandiri, 2021) hal. 4

segera langsing dibanding dirinya. Hal ini membuat ibu *baby blues* akan stres, gelisah dan tidak percaya diri lagi dihadapan suaminya.⁶

Sebelum ini, penulis melakukan wawancara dengan beberapa narasumber atau masyarakat yaitu ibu yang pernah mengalami *baby blues* pasca melahirkan. Peneliti melakukan wawancara di rumah responden mulai tanggal 9 sampai dengan 15 Mei 2023 pada jam yang berbeda-beda. Fenomena ibu *baby blues* ini masih asing di telinga masyarakat, khususnya masyarakat di wilayah Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung, meskipun kondisi ini tanpa disadari oleh ibu *baby blues* atau narasumber. Namun pernyataan dari narasumber terkait gejala, faktor, dan dampak apa saja yang dirasakan pasca melahirkan tersebut sama persis dengan teori. Dilihat dari hal tersebut, fenomena ibu *baby blues* tanpa disadari banyak terjadi di kehidupan masyarakat, khususnya masyarakat Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung. Meskipun *baby blues* tergolong depresi ringan, namun hal tersebut tidak boleh dianggap remeh. Apabila dibiarkan begitu saja tanpa ada penanganan, maka ibu *baby blues* akan menimbulkan dampak beberapa konflik di dalam rumah tangga dan bisa berujung perceraian serta kehidupan anak untuk kedepannya.⁷

Dari penjelasan di atas, untuk itu penulis tertarik untuk membahas lebih mendalam mengenai “ANALISIS DAMPAK IBU *BABY BLUES* DALAM KEHARMONISAN RUMAH TANGGA PERSPEKTIF

⁶ JawaPos.com, *Baby Blues Tak Tertangani Bisa Berujung Ketidakharmonisan Rumah Tangga* (<https://www.jawapos.com/kesehatan/28/07/2019/baby-blues-tak-tertangani-bisa-berujung-ketidakharmisan-rumah-tangga/> , diakses pada tanggal 02 September 2022)

⁷ Hasil wawancara bersama ibu-ibu yang pernah mengalami *baby blues* di Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung pada tanggal 9-15 Mei 2023, dengan jam yang berbeda-beda.

PSIKOLOGI KELUARGA DAN HUKUM ISLAM (Studi Kasus Di Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung)”.
Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung)”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi ibu yang mengalami *baby blues*?
2. Bagaimana dampak ibu *baby blues* dalam keharmonisan rumah tangga perspektif psikologi keluarga Islam?
3. Bagaimana dampak ibu *baby blues* dalam keharmonisan rumah tangga perspektif hukum Islam?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi ibu yang mengalami *baby blues*.
2. Untuk mengetahui dampak ibu *baby blues* dalam keharmonisan rumah tangga perspektif psikologi keluarga Islam.
3. Untuk mengetahui dampak ibu *baby blues* dalam keharmonisan rumah tangga perspektif hukum Islam.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat atau kegunaan bagi masyarakat baik secara teoritis maupun secara praktis:

1. Secara Teoritis

Penulis berharap hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis, yaitu :

- a. Memberi masukan, kontribusi keilmuan serta bermanfaat sebagai tumpuan dan referensi yang digunakan untuk penelitian berikutnya.
- b. Untuk memperluas pengetahuan tentang permasalahan mengenai dampak ibu *baby blues* dalam keharmonisan rumah tangga.

- c. Bermanfaat dalam pengembangan ilmu terkait pemikiran-pemikiran khususnya bidang psikologi keluarga dan hukum Islam.

2. Secara Praktis

Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi beberapa kalangan-kalangan dibawah ini, yaitu:

a. Bagi peneliti

Menambah wawasan dan pengalaman bagi peneliti dalam rangka penerapan teori terkait pembahasan penelitian ini.

b. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan bacaan dan diharapkan dapat memberikan sumber ilmu pengetahuan yang positif bagi masyarakat, terutama masyarakat Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung yang kurang mengetahui permasalahan mengenai dampak ibu *baby blues* dalam keharmonisan rumah tangga perspektif psikologi keluarga dan hukum Islam. Sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dan bahan pertimbangan untuk menyelesaikan permasalahan yang serupa apabila terjadi dikemudian hari.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk referensi dan dapat dikembangkan lebih baik lagi dikemudian hari, serta tidak menimbulkan terjadinya persamaan dalam judul penelitian ini.

E. Penegasan Istilah

Penegasan istilah bertujuan untuk menghindari kesalahpahaman dalam pengertian terkait istilah judul yang akan diteliti, antara peneliti dengan pembaca. Maka, untuk menghindari hal tersebut peneliti perlu menjelaskan

istilah pada judul yaitu: Analisis Dampak Ibu *Baby Blues* Dalam Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Psikologi Keluarga Dan Hukum Islam (Studi Kasus Di Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung).

1. Penegasan konseptual

a. Dampak

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pengertian dampak merupakan pengaruh kuat yang menghasilkan akibat baik maupun buruk, bahkan imbas yang cukup hebat antar keduanya, akibatnya bisa menyebabkan perubahan didalam kehidupan. Setiap individu saat mulai mengambil ketetapan harus dipikirkan lebih dalam serta biasanya akan timbul dampak baik positif ataupun negatif. Dampak dibagi dua pengertian, yaitu:

- 1) Pengertian dampak positif adalah keyakinan untuk mempengaruhi ataupun memberikan perubahan agar dapat mengikuti dan memperhatikan hal-hal yang baik. Sehingga hasilnya dapat membawa suasana jiwa yang gembira, optimis, serta untuk menangkal pikiran negatif.
- 2) Pengertian dampak negatif adalah pengaruh yang membawa aura negatif dan keyakinan untuk mempengaruhi seseorang agar melakukan hal-hal tidak baik sesuai tujuan mereka. Hasil yang diperoleh dalam dampak negatif tidak selalu mendatangkan suasana jiwa menjadi nyaman dan tenang dalam kehidupan.⁸

⁸ Anik Suryaningsih, *Dampak Media Sosial Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik*. (Jurnal: Vol. 17 No.3 September 2019), hal. 339

b. *Baby blues*

Postpartum blues atau *baby blues* yaitu bentuk gangguan perasaan yang dialami oleh ibu setelah proses melahirkan dari penyesuaian terhadap kesiapan atas kelahiran bayi sekaligus peran menjadi seorang ibu. *Baby blues* muncul pada hari pertama setelah proses persalinan. *Baby blues* termasuk depresi ringan gejalanya yaitu: perubahan suasana hati yang tidak stabil, lemahnya konsentrasi, mudah tersinggung, dan mengalami gangguan pola makan serta tidur.⁹

c. Keharmonisan Rumah Tangga

Pengertian keharmonisan rumah tangga merupakan hubungan dimana diantara masing-masing para anggota penuh ketenteraman, ketenangan, saling menyayangi, mencintai dan menghargai, menghormati, tanggungjawab, dan menciptakan suasana bahagia, tenang, tentram di dalam kehidupan dalam membina suatu keluarga.

d. Psikologi Keluarga Islam

Psikologi Keluarga Islam merupakan suatu keilmuan yang mempelajari, memahami, serta menghayati tentang kejiwaan manusia dalam interaksi individu-individu di kehidupan keluarga baik dari garis keturunan atau ikatan darah dan pernikahan yang bersumber dari Al-qur'an dan Hadist.¹⁰

e. Hukum Islam

⁹ Diah Ayu Fatmawati. *Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues Diah*. (Jurnal: Edu Health, Vol. 5 No. 2, September 2015) hal. 83

¹⁰ Mahfudh Fauzi, *Diktat Psikoogi Keluarga*. (Tangerang: PSP Nusantara Press, 2018). hal. 2.

Hukum Islam adalah keseluruhan kitab Allah SWT yang mengatur segala sesuatu terkait kehidupan semua umat muslim dalam segala aspek-aspeknya.¹¹ Hukum Islam sebagai kerangka dan dasar hukum yang telah ditetapkan oleh Allah yang menjadi bagian terpenting dalam agama Islam. Hukum Islam tidak hanya mengatur hubungan manusia dengan Allah, tetapi juga mengatur hubungan manusia dengan manusia lainnya serta alam semesta.

2. Penegasan Operasional

Penegasan Operasional ialah hal terpenting saat melakukan penelitian dalam memberikan batasan dan pertimbangan sekaligus juga menambah ilmu pengetahuan suatu penelitian tentang Analisis Dampak Ibu *Baby Blues* Dalam Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Psikologi Keluarga dan Hukum Islam yaitu menjelaskan terkait adanya fenomena dampak Ibu *Baby Blues* kasus di Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung saat ini, yang akan membahas kondisi ibu yang mengalami *baby blues*, dampak ibu *baby blues* dalam keharmonisan rumah tangga, serta penanganan ibu *baby blues* dalam perspektif psikologi keluarga dan hukum Islam di Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika pembahasan ialah syarat dalam memahami terkait karya tulis ilmiah. Tujuannya agar penelitian bisa terarah dan sistematis terkait pembahasan yang ada dalam skripsi, maka peneliti menyusun sistematika penulisannya sebagai berikut :

¹¹ Ulva Hiliyatur Rosida, dkk. Pengantar Hukum Islam Di Indonesia (Tasikmalaya: Edu Publisher 2021) hal, 1.

Bab I Pendahuluan. Dalam bab ini berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, penegasan istilah, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan skripsi terkait Analisis Dampak Ibu *Baby Blues* Dalam Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Psikologi Keluarga dan Hukum Islam.

Bab II Kajian Pustaka. Di bab ini peneliti akan memaparkan penjelasan istilah/kata dari gagasan pokok berkaitan dengan Analisis Dampak Ibu *Baby Blues* Dalam Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Psikologi Keluarga dan Hukum Islam.

Bab III Metode Penelitian. Dalam bab ini menjelaskan tentang metode penelitian yang dipakai oleh peneliti terdiri dari jenis dan lokasi penelitian, kehadiran peneliti, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, pengecekan kebasahan data, serta tahap-tahap penelitian.

Bab IV Hasil Penelitian. Dalam bab ini memiliki ketentuan yang berisi tentang paparan data dan temuan penelitian yang telah diperoleh dari penelitian dengan cara studi kasus terkait Dampak Ibu *Baby Blues* Dalam Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Psikologi Keluarga dan Hukum Islam. Setelah itu, memaparkan temuan penelitian dengan menganalisis data guna mendapatkan kesimpulan atas penelitian yang dilakukan.

Bab V Pembahasan. Dalam bab ini peneliti akan membahas mengenai pembahasan yang akan digabungkan dalam bentuk analisis data untuk menjawab rumusan atau pertanyaan penelitian yang telah dibagi beberapa sub-bab yang berkaitan dengan Dampak Ibu *Baby Blues* Dalam Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Psikologi Keluarga dan Hukum Islam.

Bab VI Penutup. Di bab ini bagian terakhir dalam penulisan penelitian, mencakup kesimpulan serta berbagai saran yang berkaitan dengan penelitian terkait dengan pembahasan yakni “Analisis Dampak Ibu *Baby Blues* Dalam Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Psikologi Keluarga dan Hukum Islam” yang telah selesai dilakukan penulis.