

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hamil dan menjadi seorang ibu telah menjadi kodrat seorang perempuan. Saat melahirkan, ia mengalami peristiwa kompleks yang mengubah kehidupannya. Peristiwa ini berlanjut hingga *postpartum* atau masa nifas dan menyusui. Persepsi perempuan terhadap peristiwa ini dipengaruhi oleh keterlibatan keluarga dan orang-orang di sekitarnya (Wahyuni, 2018).

Persentase pelayanan lengkap kunjungan nifas di Indonesia adalah 37%. Jawa Barat masuk dalam 10 besar jumlah ibu bersalin atau nifas terbanyak sebesar 922.936 (RISKESDAS, 2018). Pada tahun 2020, angka kunjungan nifas di Indonesia adalah 88,3%, di Jawa Barat sebesar 95,5% dan 93% dari pelaporan puskesmas di Kabupaten Bandung (Profil Indonesia, 2020).

Pada masa nifas, ibu mengalami perubahan gejala fisiologis dan psikologis, yang cukup membuat ibu rentan terhadap risiko infeksi, penurunan daya tahan tubuh, perubahan mood atau perilaku terkait dengan kondisi tubuh dan mentalnya (Winarni et al., 2020). Ibu perlu mengetahui bahwa perubahan ini sebenarnya merupakan peristiwa yang normal dan perlu ditangani oleh tenaga kesehatan (Wahyuni, 2018).

Proses adaptasi pada masa nifas terdiri dari adaptasi fisiologis dan psikologis. Adaptasi fisiologis melibatkan proses kembalinya keadaan fisik dan sistem organ tubuh seperti sebelum hamil. Adaptasi psikologis mencakup

perubahan emosional dan kesehatan mental (Winarni et al., 2020). Komplikasi yang terjadi akan mempengaruhi kualitas hidup ibu dan jika tidak ditangani dapat menyebabkan kematian (Tomasoa, 2017).

Kualitas hidup adalah penilaian individu tentang rasa sejahtera atau kekurangannya, mencakup semua aspek emosional, sosial dan fisik dari kehidupan seseorang. Konsep ini telah dikembangkan sejak tahun 1980-an. Pada tingkat individu, kualitas hidup meliputi persepsi kesehatan fisik dan mental, termasuk risiko, status fungsional, dukungan sosial, status sosial ekonomi (*Center for Disease Control and Prevention, 2018*).

Kualitas hidup masa nifas merupakan sebuah konsep kepuasan dan kesejahteraan ibu yang mencakup kondisi emosional, sosial dan fisik, termasuk kemampuan mereka untuk berfungsi dalam tugas sehari-hari. Ukuran kualitas hidup nifas meliputi aspek perawatan anak, fungsi fisik, fungsi psikologis dan dukungan sosial (Zhou et al., 2009). Penelitian Wulandari & Muftlilah (2020) menunjukkan kualitas hidup ibu nifas dipengaruhi oleh faktor demografi meliputi dan obstetrik umur, pendidikan penghasilan, dan faktor obstetrik meliputi paritas, riwayat komplikasi, riwayat abortus, kehamilan diinginkan, faktor menyusui.

Kualitas hidup masa nifas yang rendah secara signifikan mempengaruhi kemampuan ibu dalam merawat diri sendiri, bayi dan keluarganya (Winarni et al., 2020). Perawatan diri secara mandiri sangat diperlukan, meliputi pemahaman kebutuhan masa nifas, pengeluaran darah lochea, perawatan luka, payudara, eliminasi BAB/BAK sampai teknik menyusui, dengan tujuan

untuk mencapai status kesehatan yang optimal dan mencegah komplikasi *postpartum* (May & Mahlmeister, 2008.). Di sisi lain, muncul gangguan psikologis yang akan menghambat interaksi ibu dengan bayi baru lahir, sehingga menyulitkan tumbuh kembang anak dan hubungan interpersonal ibu-bayi, serta keluarganya. Maka penilaian ini penting dilakukan untuk mengukur ketepatan asuhan apa yang diberikan pada masa nifas (Bahadoran (2007). Tomaso, 2017).

Manusia sebagai makhluk holistik memiliki makna yang utuh atau menyeluruh, terdiri dari unsur biologis, psikologis, sosial dan spiritual (Fatmayanti et al., 2022). Peneliti akan melakukan intervensi asuhan masa nifas secara non-farmakologi dengan pendekatan spiritual. Kegiatan spiritual mengandung unsur psiko-terapeutik dan psiko-religius yang dapat memberikan keyakinan akan kesembuhan. Spiritualitas diakui sebagai suatu strategi bertahan hidup yang memungkinkan seseorang memberikan nilai dari situasi sulit mereka (Dadang Hawari, 2013; Fitriyani, Dwi. Sulistiawati, 2021). Kondisi spiritual yang baik dapat meningkatkan adaptasi ibu dalam menghadapi ketidaknyamanan di masa kehamilan, persalinan dan nifas, sehingga perubahan-perubahan yang dialami mudah untuk dilalui (Sukmayati et al., 2021).

Terapi dzikir merupakan pendekatan keyakinan spiritual dalam agama islam (Syufian, 2019). Terapi dzikir penting diberikan pada ibu nifas untuk mampu beradaptasi terhadap perubahan tubuh dan peran baru, sehingga dapat menjamin tercapainya kualitas hidup yang baik. Bacaan dzikir dapat

memberikan ibu nifas rasa percaya diri, membawa ketenangan, kekuatan, keamanan, kedamaian dan kebahagiaan (Subandi 2014; Syufian, 2019). Dzikir akan menghasilkan gelombang alpha ketika dilakukan dengan konsentrasi penuh, sehingga membuat kondisi tubuh menjadi rileks (Umamy et al., 2021).

Al Hafidz Ibn Al Qayyim dalam kitabnya yang berjudul *Al Wabul Al Sayyib*, manfaat dzikir di antaranya mendekatkan diri dan meningkatkan iman kepada Allah SWT., mengangkat derajat manusia di mata-Nya, membantu memecahkan masalah, serta sebagai terapi jiwa. Sebagaimana dalam firman-Nya QS. Ar Rad (13) ayat 28 *"Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram"*.

Penelitian Maimunah & Masita (2019) menunjukkan metode double D (Dzikir dan Doa) efektif menurunkan depresi postpartum pada *fase letting go*, dengan hasil uji analisis didapatkan $p = 0,001$. Selain pada masa nifas, terapi dzikir juga memberikan pengaruh positif terhadap tahap reproduksi wanita lainnya. Penelitian Fitriyani & Sulistiawati (2021) menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian terapi dzikir terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester I dan III dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$. Penelitian Umamy dkk (2021), menyimpulkan bahwa adanya pengaruh terapi dzikir terhadap kecemasan ibu bersalin pada masa pandemi covid-19, dengan rata-rata nilai tingkat kecemasan sebelum diberi intervensi 62,5 dan mengalami penurunan setelah diberi intervensi menjadi 57,10.

Hasil studi pendahuluan dari 10 orang yang dilakukan pada bulan September 2022, menunjukkan enam ibu nifas memiliki kekhawatiran terhadap perawatan anak dan seluruhnya mengalami gangguan kualitas tidur, serta kelelahan yang mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Maka dari itu, salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup ibu nifas, termasuk mengatasi gangguan yang ada adalah dengan terapi dzikir.

Latar belakang tersebut menjadi dasar peneliti melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Kualitas Hidup Ibu Masa Nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung tahun 2022. Adapun alasan memilih lokasi penelitian ini ialah di ketidakmampuan beberapa ibu nifas dalam merawat bayi baru lahir secara mandiri. Bidan memiliki peran dan tanggung jawab sebagai tenaga kesehatan yang memberikan asuhan kebidanan secara bio-psiko-sosial dan spiritual. Penelitian ini sangat penting dilakukan karena belum adanya studi terkait pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas.

B. Rumusan Masalah

Masih kurangnya pengkajian terhadap kualitas hidup ibu nifas, sehingga dapat mengakibatkan dampak serius bagi ibu dan perannya dalam keluarga. Berdasarkan latar belakang di atas maka didapatkan rumusan masalah Bagaimana Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Kualitas Hidup Ibu Nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung.?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus diambil dari kuosioner kualitas hidup ibu nifas *Postpartum Quality of Life* berupa empat domain yaitu perawatan anak, fungsi fisik, fungsi psikologis dan dukungan sosial.

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik demografi dan obstetrik ibu nifas di kecamatan Paseh kabupaten Bandung.
- b. Untuk mengidentifikasi (PQOL) perawatan anak di kecamatan Paseh kabupaten Bandung.
- c. Untuk mengidentifikasi (PQOL) fungsi fisik ibu nifas di kecamatan Paseh kabupaten Bandung.
- d. Untuk mengidentifikasi (PQOL) fungsi psikologis ibu nifas di kecamatan Paseh kabupaten Bandung.
- e. Untuk mengidentifikasi (PQOL) dukungan sosial ibu nifas di kecamatan Paseh kabupaten Bandung tahun.
- f. Untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas di kecamatan Paseh kabupaten Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini bisa memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan dalam ilmu kebidanan holistik islami.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Sebagai landasan untuk mempraktikkan terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas dan salah satu pemenuhan kebutuhan spiritual klien.

b. Bagi PMB

Manfaat bagi PMB ialah menjadi salah satu alternatif dari implementasi terapi dzikir bagi ibu nifas dan kepuasan asuhan pelayanan.

c. Bagi Profesi Bidan

Diharapkan penelitian ini mampu menjadi referensi dan mengembangkan asuhan kebidanan, khususnya bagi kualitas hidup ibu nifas.