

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Layanan konseling individual merupakan salah satu dari sepuluh jenis layanan dalam bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling sendiri merupakan proses pemberian bantuan kepada individu maupun kelompok melalui kegiatan wawancara konseling, dengan tujuan membantu klien mengatasi hambatan, menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, serta mengembangkan potensi dirinya (Prayitno, 2017). Menurut Prayitno, layanan konseling individual adalah proses pemberian bantuan kepada individu yang sedang mengalami masalah melalui wawancara tatap muka secara langsung antara klien dan konselor profesional, yang diarahkan pada upaya menemukan solusi dan penyelesaian atas permasalahan tersebut.

Secara umum, layanan konseling individual bertujuan untuk membantu mengentaskan permasalahan yang dialami klien. Permasalahan tersebut dapat dipahami sebagai sesuatu yang tidak disukai, ingin dihilangkan, bersifat terlarang, menghambat aktivitas, atau menimbulkan kerugian bagi klien (Prayitno, 2017).

Adapun tujuan khusus layanan konseling individual berkaitan dengan fungsi-fungsi konseling yang dilaksanakan. Pertama, klien diharapkan mampu memahami secara menyeluruh permasalahan yang dihadapinya (fungsi pemahaman). Kedua, pemahaman tersebut mendorong terbentuknya persepsi, sikap, dan tindakan yang tepat guna mengatasi

masalah secara spesifik (fungsi pengentasan). Ketiga, melalui pemahaman dan penyelesaian masalah, potensi serta aspek positif dalam diri klien dapat dikembangkan dan dipelihara (fungsi pengembangan dan pemeliharaan). Keempat, penguatan terhadap potensi dan unsur positif tersebut, yang didukung oleh teratasinya masalah, diharapkan mampu mencegah munculnya permasalahan baru (fungsi pencegahan). Kelima, apabila permasalahan klien berkaitan dengan pelanggaran hak yang menyebabkan kerugian atau perlakuan tidak adil, maka layanan konseling individual juga berperan dalam memberikan pembelaan atau advokasi (fungsi advokasi) (Prayitno, 2017).

Berdasarkan ayat Al-Quran dalam surat At-Taubah Ayat 71 Allah SWT berfirman:

وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ٧١

Artinya: “Orang-orang mukmin, laki-laki dan perempuan, sebagian mereka menjadi penolong bagi sebagian yang lain. Mereka menyuruh (berbuat) makruf dan mencegah (berbuat) mungkar, menegakkan salat, menunaikan zakat, dan taat kepada Allah dan Rasul-Nya. Mereka akan diberi rahmat oleh Allah. Sesungguhnya Allah Mahaperkasa lagi Mahabijaksana”.

Ayat ini mengandung pesan moral bahwa setiap individual dalam komunitas muslim harus saling bekerjasama dalam kebaikan dan meninggalkan yang dilarang oleh Allah. Tolong-menolong yang dimaksud di sini bukan hanya terbatas pada bantuan materi atau fisik, tetapi juga pada dukungan emosional dan spiritual, yang tercermin dalam praktik-praktik

seperti konseling individual. Dalam konteks ini, konselor berfungsi sebagai penolong yang mengarahkan klien untuk mengatasi permasalahan mereka dengan cara yang baik, berdasarkan prinsip-prinsip yang sesuai dengan ajaran Islam.

QS. At-Taubah ayat 71 dapat dikaitkan dengan layanan konseling individual dalam hal tolong-menolong dan saling mendukung antar sesama, khususnya dalam menghadapi masalah atau kesulitan emosional. Ayat ini mengandung pesan tentang pentingnya saling membantu, saling memberi nasihat, dan bekerja bersama untuk mencapai kebaikan, sesuai dengan prinsip dasar dalam konseling individual.

Menurut tafsiran Ibnu Katsir, ayat ini menjelaskan bahwa orang-orang yang beriman, baik laki-laki maupun perempuan, saling mendukung dan membantu satu sama lain dalam kebaikan dan ketakwaan. Mereka menjadi penolong bagi sesama dalam memperjuangkan yang benar, mencegah kemungkaran, dan mendirikan ibadah seperti shalat serta menunaikan zakat. Hal ini mencerminkan bentuk tolong-menolong dalam kebaikan, yang merupakan ciri khas dari kehidupan umat Islam, saling menjaga dan mengingatkan satu sama lain dalam menjalani ajaran Islam yang benar.

Pelaksanaan layanan konseling individual merupakan proses layanan perorangan dari kegiatan paling awal sampai kegiatan paling akhir terbagi menjadi beberapa tahapan yaitu, tahap pengantaran, penjajakan, penafsiran, pembinaan, penilaian. Pertama tahap pengantaran, pada tahap ini konselor

mengantarkan klien memasuki kegiatan konseling dengan segenap pengertian, tujuan dan asas yang menyertainya. Kedua tahap penjajakan, pada tahap ini konselor menjajaki permasalahan pasien untuk menemukan berbagai perasaan yang tengah dirasakannya. Ketiga tahap penafsiran pada tahap ini apa yang terungkap dalam penjajakan merupakan berbagai informasi yang perlu untuk diselesaikan. Keempat pembinaan, proses pembinaan ini secara langsung mengacu pada pengentasan masalah dan pengembangan diri klien. Kelima tahap penilaian yaitu pada tahap ini proses konseling dapat dihentikan setelah upaya pembinaan melalui konseling menghasilkan hal-hal ataupun perubahan yang dapat berguna bagi klien (Prayitno, 2017). Kemudian begitu juga untuk mengentaskan permasalahan emosional yang dialami klien.

Dalam praktiknya, teknik konseling individual mencakup keterampilan dasar yang harus dimiliki konselor untuk membangun hubungan yang kondusif. Teknik-teknik tersebut antara lain mendengar aktif (*active listening*) untuk menunjukkan perhatian penuh terhadap pembicaraan konseli, empati untuk memahami perasaan konseli dari sudut pandangnya, refleksi perasaan untuk membantu konseli menyadari kondisi emosinya, serta *paraphrase* dan klarifikasi untuk menegaskan kembali inti pembicaraan agar tidak terjadi kesalahpahaman. Selain itu, konselor juga menggunakan pertanyaan terbuka guna mendorong konseli mengungkapkan pengalaman secara lebih luas, pemberian umpan balik

untuk membantu konseli memahami pola pikir dan perilakunya, serta rangkuman untuk memfokuskan kembali pembahasan (Prayitno, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Haryani, Erika, dan Zulfitri pada tahun 2025 dengan judul “*Efektivitas Program Konseling Ibu Hamil dan Keluarga terhadap Pencegahan Risiko Tinggi pada Kehamilan*” menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, serta kesiapan ibu hamil dalam menjaga kesehatan kehamilan. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan konseling secara terstruktur cenderung lebih tenang, mampu mengelola kecemasan, serta lebih aktif dalam mengikuti pemeriksaan antenatal. Temuan tersebut menegaskan bahwa konseling berperan penting tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga pada kondisi psikologis dan emosional ibu hamil (Haryani et al., 2025). Penelitian ini relevan dengan penelitian penulis karena sama-sama membahas intervensi konseling pada ibu hamil, namun penelitian tersebut berfokus pada program konseling keluarga secara umum, sedangkan penelitian penulis lebih spesifik pada pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengentaskan masalah emosional ibu hamil di rumah sakit.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh I Gusti Ayu Putri Devy Rosiana, O. Irene Prameswari Edwina, dan Lie Fun Fun pada tahun 2018 yang berjudul “*Konseling Individual untuk Meningkatkan Self-Efficacy Belief pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Kedua di Klinik ‘X’ Bandung*” ditemukan bahwa layanan konseling

individual mampu membantu ibu hamil *primigravida* meningkatkan keyakinan diri dalam menghadapi persalinan serta menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan. Setelah mengikuti sesi konseling, subjek penelitian menunjukkan peningkatan skor *self-efficacy belief* dan penurunan skor kecemasan secara signifikan. Selain itu, keberhasilan konseling juga dipengaruhi oleh faktor latar belakang pendidikan, keterbukaan klien selama proses konseling, serta dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling individual dapat menjadi intervensi yang efektif dalam membantu ibu hamil mengatasi permasalahan emosional, khususnya kecemasan menjelang persalinan (Rosiana et al., 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian yang peneliti lakukan, yaitu sama-sama menelaah pelaksanaan layanan konseling individual dalam membantu ibu hamil mengentaskan masalah emosional selama masa kehamilan.

Menurut Chaplin, emosi dapat dipahami sebagai kondisi terangsangnya organisme yang melibatkan perubahan-perubahan yang disadari, bersifat mendalam, serta diikuti oleh perubahan perilaku. Emosi muncul sebagai respons terhadap situasi tertentu dan umumnya berkaitan dengan kecenderungan individu untuk mendekati (*approach*) atau menghindari (*avoidance*) suatu objek atau keadaan. Respons emosional tersebut biasanya disertai dengan ekspresi fisik sehingga dapat diamati oleh orang lain. Misalnya, ketika seseorang merasa takut, wajah tampak pucat dan detak jantung meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa emosi berkaitan erat dengan perubahan jasmaniah sebagai bagian dari reaksi psikologis

individu. Namun demikian, dalam kondisi tertentu individu masih mampu mengendalikan emosinya sehingga tidak selalu tampak melalui tanda-tanda fisik, seperti wajah memerah saat marah atau air mata yang mengalir ketika sedih maupun terharu (Triantoro Safaria, 2012).

Menurut Mezy, emosi ibu hamil didefinisikan sebagai luapan perasaan yang dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikologis ibu serta perkembangan janin. Emosi ibu hamil, baik positif maupun negatif, memiliki dampak signifikan terhadap kecerdasan dan budi pekerti anak. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk mengelola emosinya dengan baik agar dapat mencetak anak yang cerdas dan berbudi sejak dalam kandungan (Mezy, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Mira Rizkia dkk, pada tahun 2025 yang berjudul *“Efektivitas Layanan Pregnancy e-Counseling (PeC) terhadap Perilaku Kesehatan Ibu Hamil pada Masa Pandemi COVID-19”* ditemukan bahwa layanan konseling berbasis daring melalui *Pregnancy e-Counseling* efektif dalam meningkatkan perilaku kesehatan prenatal ibu hamil. Pemberian konseling individual melalui media digital yang disertai edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan, mendorong perilaku hidup sehat, serta menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil terkait kondisi kehamilan selama pandemi. Selain itu, konseling individual secara daring juga membantu memenuhi kebutuhan emosional dan psikologis ibu hamil meskipun akses terhadap layanan kesehatan langsung terbatas. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan konseling individual, baik secara tatap muka

maupun digital, memiliki peran penting dalam membantu ibu hamil mengatasi masalah emosional serta meningkatkan kesiapan fisik dan mental selama masa kehamilan (Rizkia et al., 2025). Hal ini sejalan dengan penelitian yang peneliti lakukan, yaitu sama-sama mengkaji pelaksanaan layanan konseling individual sebagai upaya membantu ibu hamil mengentaskan permasalahan emosional dan meningkatkan kesiapan psikologis selama kehamilan.

Prevalensi gangguan kecemasan selama kehamilan adalah 10% di negara maju dan 25% di negara berkembang. Di Indonesia, prevalensi gangguan kecemasan pada kehamilan sekitar 28,7% (Hastanti et al., 2021). Sedangkan prevalensi kecemasan kehamilan di Jawa Tengah sebanyak 19 orang (63%) dengan kecemasan berat dan 11 orang (37%) dengan kecemasan sedang. Sebaliknya, 12 orang (40%) pada akhir kehamilan yang tinggal bersama suaminya mengalami kecemasan sedang dan 18 orang (60%) mengalami kecemasan ringan (Kiftiyah & Riska Aprilia, 2024).

Indonesia menemukan prevalensi depresi kehamilan sebanyak 20% pada ibu hamil trimester II dan III. Gejala depresi tersebut meningkat sebanyak 16% pada trimester III serta menetap hingga empat minggu dan tiga bulan postpartum. Provinsi Jawa Tengah memiliki prevalensi gangguan mental emosional sebesar 7,7% dari 95.460 penduduk, dimana hasil dari riset kesehatan dasar pada tahun 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi gangguan mental emosional pada ibu hamil meningkat yaitu sebesar 8,1% menjadi 10,1%. Sedangkan dilain sisi, berdasarkan survei demografi dan

kesehatan Indonesia tahun 2019 tercatat AKI sebanyak 4.912 dengan presentase 28,7% dari seluruh ibu hamil di Indonesia yang dilaporkan mengalami kecemasan.

Gangguan kesehatan mental tersebut diawali dari rasa khawatir berlebihan akan kesehatan dan keselamatan janin, ancaman kematian dan keterbatasan aktivitas harian, sehingga memicu terjadinya depresi kehamilan. Selain itu, ibu hamil sering tidak menyadari dirinya mengalami gangguan kesehatan mental, dikarenakan tidak mengetahui tanda dan gejala yang dialami, karena keluhan yang disadari sebagian besar hanya terkait perubahan fisik kehamilan. Tanda dan gejala yang biasanya dirasakan ibu hamil seperti suasana hati berubah, pikiran tidak menentu, kecemasan kronis, harga diri yang berlebihan atau tinggi, tindakan impulsif, disorientasi dalam ruang dan waktu, hingga merasakan halusinasi yang sering atau konstan. Sehingga apabila hal ini terus berlanjut dapat menimbulkan dampak buruk baik bagi ibu, bayi dan keluarganya, seperti terjadinya aborsi, kelahiran prematur, dan bahkan gangguan mental pada bayi yang dilahirkan (Adyani et al., 2023).

Data Dinas Kesehatan (dinkes) Sumatra Barat menyebutkan bahwa sebanyak 113 ibu hamil meninggal dunia pada tahun 2022, sedangkan pada tahun 2021 terdapat 193 kasus ibu meninggal, sedangkan tahun 2020 terdapat 178 kasus kematian ibu di Sumatra Barat (Selvia & Wahyuni, 2022). Dikota Padang kasus kematian ibu ditemukan sebanyak 17 kasus, jumlah ini menurun jika dibandingkan tahun 2021 yaitu 30 orang.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 18 Maret 2025, ditemukan lima orang ibu hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang yang mengalami berbagai gangguan emosional, seperti kecemasan menjelang persalinan, ketakutan terhadap kondisi janin, serta tekanan psikologis lainnya. Kelima ibu hamil tersebut telah mendapatkan layanan konseling individual dari konselor di rumah sakit tersebut. Namun demikian, permasalahan emosional yang mereka alami belum sepenuhnya terentaskan, karena meskipun layanan tersebut telah diberikan, ibu hamil masih belum menunjukkan perbaikan yang signifikan, karena gejala gangguan emosional seperti ketakutan menjelang persalinan, ketakutan terhadap kondisi janin, serta tekanan psikologis masih tampak selama masa kehamilan.

Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan emosional pada ibu hamil belum sepenuhnya terentaskan melalui layanan konseling yang telah dilakukan. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengentaskan masalah emosional pada ibu hamil, guna melihat sejauh mana proses, peran dan dampak layanan tersebut dalam membantu ibu hamil mencapai kestabilan emosi selama proses kehamilan.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Dalam Mengentaskan Masalah Emosional Ibu Hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang”.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan diatas maka masalah penelitian ini adalah, “Bagaimana pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengentaskan masalah emosional ibu hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang?”.

2. Batasan Masalah

Agar pembahasan lebih terarah maka peneliti membatasi penelitian sebagai berikut:

- a. Tahapan pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengentaskan masalah emosional ibu hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang.
- b. Teknik-teknik yang dipakai pada pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengentaskan masalah emosional ibu hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang.

C. Tujuan Penelitian Dan Kegunaan

1. Tujuan Penelitian

- a. Mendeskripsikan tahapan pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengentaskan masalah emosional ibu hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang.
- b. Mendeskripsikan teknik-teknik yang dipakai pada pelaksanaan layanan konseling individual dalam

mengentaskan masalah emosional ibu hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang.

2. Kegunaan Penelitian

- a. Memberikan pemahaman kepada pasien tentang pentingnya dukungan emosional selama kehamilan.
- b. Memberikan pemahaman pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengatasi masalah emosional ibu hamil.
- c. Memberikan pemahaman bagi mahasiswa bimbingan konseling Islam untuk dapat menerapkan ilmu dengan baik dan wawasan mengenai pelaksanaan konseling individual.

D. Definisi Operasional

Supaya tidak terjadi kesalahpahaman kata yang terkait dalam judul, maka penulis menjelaskan kata yang terdapat dalam judul:

Layanan konseling individual: Konseling individual adalah proses dimana seseorang dapat berbicara secara pribadi dengan seorang konselor untuk mendapatkan dukungan, bimbingan, dan solusi terhadap berbagai masalah yang mereka hadapi (Prayitno, 2017).

Emosional ibu hamil : Emosional ibu hamil dalam penelitian ini merujuk pada kondisi perasaan yang dialami ibu selama masa kehamilan yang mencakup emosi positif maupun negatif yang dapat

memengaruhi keadaan fisik, psikologis, serta perkembangan janin. Menurut Mezy, emosi ibu hamil didefinisikan sebagai luapan perasaan yang dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikologis ibu serta perkembangan janin. Emosi ibu hamil, baik positif maupun negatif, memiliki dampak signifikan terhadap kecerdasan dan budi pekerti anak. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk mengelola emosinya dengan baik agar dapat mencetak anak yang cerdas dan berbudi sejak dalam kandungan (Mezy, 2019).

Ibu Hamil

: Ibu hamil adalah seorang wanita yang sedang berada dalam masa mengandung, mulai dari saat konsepsi hingga kelahiran janin. Kehamilan merupakan periode transisi yang menghubungkan kehidupan sebelum memiliki anak dengan kondisi setelah anak itu lahir (Novitiyanto et al., 2023). Kehamilan merupakan masa yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lama kehamilan normal yaitu 280 hari, 40

minggu, 9 bulan, 7 hari (Handayani et al., 2021).

Dari penjelasan yang dimaksud dengan layanan konseling individual merupakan bentuk bantuan profesional yang memberikan kesempatan kepada individu untuk berkomunikasi secara tatap muka dan bersifat pribadi dengan konselor. Melalui proses tersebut, klien memperoleh bimbingan, dukungan emosional, serta arahan dalam menemukan alternatif solusi terhadap permasalahan yang dihadapi.

Kondisi emosional ibu hamil memiliki peranan penting karena berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan psikologis ibu, sekaligus berdampak pada perkembangan janin. Kestabilan perasaan selama masa kehamilan perlu dijaga agar proses pertumbuhan anak berlangsung optimal serta mendukung lahirnya generasi yang sehat secara jasmani maupun mental.

Ibu hamil adalah perempuan yang sedang menjalani periode kehamilan sejak terjadinya pembuahan hingga proses persalinan. Tahap ini ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisik maupun psikologis, serta menjadi fase awal dalam menjalankan peran sebagai seorang ibu.

Jadi berdasarkan penjelasan diatas, maka maksud dari judul yang dibuat adalah “Bagaimana pelaksanaan layanan konseling individual dalam mengentaskan masalah emosional ibu hamil di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Kota Padang”

E. Sistematika Penulisan

Dalam sistematika penulisan Untuk memudahkan penulisan penelitian, penulis menyusun sistematika pembahasan menjadi tiga bab, sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, rumusan dan batasan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II : Landasan teoritis terdiri dari beberapa teori yaitu: konseling individual, pengertian konseling individual, tujuan konseling individual, fungsi konseling individual. emosional ibu hamil, pengertian emosi, jenis emosi, fungsi emosi, perubahan kondisi emosi pada ibu hamil, penelitian relevan

BAB III : Merupakan bagian metode penelitian yang meliputi: jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek penelitian, teknik pengumpulan data.

BAB IV : Merupakan hasil penelitian yang terdiri dari: deskripsi informan penelitian, temuan penelitian, analisis temuan penelitian, implementasi hasil penelitian terhadap bimbingan konseling Islam

BAB V : Merupakan bagian penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran.

