

ABSTRAK

Adelia Husnul Hotimah (1211040001), 2025: Peran Tawakal dalam Menurunkan Kecemasan pada Kehamilan Anak Pertama di Posyandu Desa Padamukti Kecamatan Solokanjeruk Kabupaten Bandung.

Kecemasan merupakan kondisi psikologis umum yang dialami oleh ibu hamil, khususnya para ibu hamil yang sedang menjalani kehamilan anak pertama. Dengan ditandai gejala fisik seperti gelisah, detak jantung meningkat, pusing, serta gejala kognitif dan perilaku seperti overthinking, menarik diri, dan ketergantungan emosional terhadap pasangan. Kondisi ini, apabila tidak di kelola dengan baik, dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu dan janin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan dan gambaran tawakal serta mengetahui bagaimana penerapan nilai tawakal dalam menurunkan kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dengan kehamilan anak pertama di Posyandu Desa Padamukti, Kecamatan Solokanjeruk, Kabupaten Bandung.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Penelitian ini melibatkan delapan narasumber, yaitu tiga orang ibu hamil, tiga orang suami, satu orang kader posyandu, dan satu orang bidan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan observasi, wawancara semi terstruktur dan dokumentasi. Teknik analisis yang digunakan menurut Miles dan Huberman yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai tawakal menurut Imam Al-Ghazali yakni keyakinan terhadap takdir Allah, usaha maksimal (ikhtiar), kesabaran dan kepasrahan, tidak bergantung kepada makhluk, serta keikhlasan dalam berdoa memiliki peran signifikan dalam mengurangi kecemasan ibu hamil. Para partisipan menggambarkan tawakal sebagai sumber ketenangan batin, penguat keyakinan, dan sarana spiritual untuk menghadapi tekanan emosional selama kehamilan. Temuan ini juga mendukung teori tawakal subjektif, yang memandang tawakal sebagai strategi psikospiritual yang dialami secara personal untuk mengendalikan kecemasan dalam situasi penuh ketidakpastian dalam kehamilan anak pertama.

Kata Kunci: Tawakal, Kecemasan, Ibu Hamil, Kehamilan Anak Pertama