

ABSTRAK

Anne Idzharniwati: *Peranan Konseling Islami Pada Kesehatan Mental Ibu Hamil*

Kesehatan fisik memang penting untuk dijaga, namun ada hal yang tak kalah penting, yakni kesehatan mental. Beberapa gangguan kesehatan mental yakni depresi dan kecemasan sering dialami oleh individu pada umumnya, apalagi ibu hamil yang tentunya mengalami banyak perubahan fisiologis juga psikologis, tentu lebih rentan mengalami berbagai masalah kesehatan mental seperti kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran menghadapi tiap trimester kehamilannya. Ada berbagai cara dalam menjaga kestabilan kesehatan mental yakni dengan upaya dan peranan dari konseling Islami, yang tertuang dalam Al-Qur'an melalui Rasulullah SAW untuk memperoleh ketenangan hidup, kebahagiaan dunia dan akhirat.

Tujuan pada penelitian ini untuk mengetahui bagaimana kesehatan mental ibu hamil meliputi karakteristik fisiologis ibu hamil dan karakteristik psikologis ibu hamil serta untuk mengetahui proses konseling Islami di Klinik Persalinan Maryam (PMB Mugi Rahayu) dan melihat hasil dari proses konseling Islami pada kesehatan mental ibu hamil agar dapat terjaga juga berorientasi pada *mahabbah* kepada Allah.

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil dan pembahasan yang dikaji, peneliti menemukan adanya perubahan pada kondisi psikologis dan fisiologis dari ibu hamil sebelum dan setelah dilakukan proses konseling islami selama masa kehamilannya, jika sebelumnya daya psikologisnya rendah, mencangkup pemenuhan kebutuhan, kompetensi intrapribadi dan antarpribadi, adanya kecemasan berlebih, dan rendahnya keyakinan, menuju kepada peningkatan daya psikologis yakni dapat menerima dan memberi kasih sayang, merasa mendapat dukungan, lebih percaya diri dan dapat menemukan makna hidup baru melalui kehamilannya, sehingga ketika tiba waktunya mendekati masa persalinan segala keluhan sudah dapat dikendalikan dengan baik oleh ibu hamil

Kata kunci: konseling islami, kesehatan mental, kehamilan.