

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis bibliometrik yang dilakukan terhadap 85 studi terindeks Scopus pada rentang tahun 2014 hingga 2025, penelitian ini berhasil memetakan struktur intelektual, tren tematik, dan pola kolaborasi pada persinggungan psikologi Islam, resiliensi pengasuhan, dan *baby blues* pascapersalinan, sekaligus mengungkap sejumlah kesimpulan penting yang menjawab rumusan masalah dan tujuan penelitian yang telah disusun.

Berkenaan dengan gambaran tingkat penerapan nilai-nilai psikologi Islam serta struktur intelektual bidang kajian ini, hasil pemetaan three-field plot dan analisis kata kunci menunjukkan bahwa struktur intelektual riset pada persinggungan psikologi Islam dan kesehatan mental maternal masih bersifat terfragmentasi dan belum membentuk basis pengetahuan inti yang mapan. Fondasi konseptual yang ada, yang didominasi oleh karya-karya Abu-Raiya, Padela, dan Awad, sejauh ini masih berkutat pada kajian psikologi Islam dan kesehatan mental Muslim secara umum, sementara rujukan yang secara spesifik membahas kondisi pascapersalinan hampir tidak ditemukan dalam korpus literatur yang dipetakan. Kekosongan ini menegaskan bahwa integrasi antara nilai-nilai tazkiyatun nafs yang mencakup sabr, syukur, tawakkul, dan dzikir dengan konstruk resiliensi pengasuhan pada ibu dengan *baby blues* masih merupakan wilayah yang secara empiris belum tergarap, meskipun secara

konseptual kedua ranah ini memiliki keterkaitan teoretis yang kuat sebagaimana telah dielaborasi panjang lebar dalam kajian teori.

Berkenaan dengan arah perkembangan riset dan posisi Indonesia dalam wacana global, hasil pemetaan kolaborasi antarnegara menunjukkan bahwa Indonesia, sekalipun tergolong salah satu kontributor paling produktif di kawasan Global South pada bidang kajian ini, masih relatif terisolasi dari jaringan kolaborasi riset internasional yang justru didominasi oleh Amerika Serikat, Inggris, dan sejumlah negara Timur Tengah. Keterbatasan kolaborasi lintas negara ini berimplikasi langsung terhadap minimnya representasi konteks sosial-budaya khas Indonesiamencakup struktur keluarga besar yang komunal, praktik keislaman yang dijalankan sehari-hari, serta dukungan emosional dari suami dan kerabatdi dalam literatur global mengenai resiliensi maternal. Kondisi ini pada gilirannya memperkuat urgensi dilaksanakannya penelitian empiris yang secara khusus berbasis konteks lokal.

Berkenaan dengan kerangka konseptual yang menjelaskan bagaimana psikologi Islam dapat memperkuat resiliensi pengasuhan, telaah kritis terhadap literatur yang relevan menunjukkan bahwa pendekatan ini memiliki landasan teoretis yang kokoh, yang beroperasi melalui tiga jalur utama sebagaimana telah dirumuskan dalam kerangka berpikir penelitian. Jalur pertama adalah jalur kognitif, di mana pemaknaan kelahiran anak sebagai amanah dari Allah serta internalisasi konsep qadha dan qadar berfungsi meredakan kecenderungan perfeksionistik dan penyalahan diri yang berlebihan pada ibu pascapersalinan.

Jalur kedua adalah jalur psikofisiologis, di mana praktik dzikir, sabar, dan tawakkul secara teoretis berkaitan dengan mekanisme relaksasi parasimpatis dan regulasi hormonal yang memengaruhi suasana hati serta kelekatan ibu-bayi. Jalur ketiga adalah jalur relasional-kolektif, di mana nilai-nilai sakinah, mawaddah, dan rahmah memperkuat sistem dukungan keluarga dan komunitas religius seperti majelis taklim, sehingga beban pengasuhan tidak ditanggung secara individual oleh ibu semata. Ketiga jalur ini secara bersama-sama diasumsikan bermuara pada peningkatan resiliensi pengasuhan, sekalipun pembuktian empiris langsung atas hubungan antarvariabel tersebut pada populasi ibu dengan *baby blues* di Indonesia masih memerlukan penelitian primer lanjutan yang bersifat kuantitatif-eksplanatif.

Sebagai catatan metodologis yang tidak kalah penting, penelusuran kritis yang dilakukan terhadap sitasi dalam artikel acuan utama penelitian ini menemukan bahwa sejumlah klaim statistik spesifik pada bagian pembahasantermasuk data eksperimental mengenai penurunan kortisol. Temuan ini menjadi catatan metodologis penting yang menegaskan perlunya kehati-hatian akademik yang tinggi dalam mereproduksi klaim dari literatur sekunder tanpa melakukan verifikasi langsung terhadap sumber primer, dan sekaligus menjadi bukti bahwa argumen teoretis dalam skripsi ini secara konsisten diupayakan untuk berpijak hanya pada sumber-sumber yang telah terverifikasi validitasnya.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa kekayaan konseptual psikologi Islam, khususnya kerangka tazkiyatun nafs, menawarkan landasan teoretis yang koheren dan relevan secara kultural untuk memahami serta berpotensi memperkuat resiliensi pengasuhan pada ibu Muslim Indonesia yang mengalami *baby blues* pascapersalinan. Meskipun demikian, operasionalisasi konsep ini ke dalam instrumen terukur dan pengujian empiris langsung terhadap populasi sasaran masih merupakan agenda riset yang terbuka lebar dan mendesak untuk ditindaklanjuti, sebagaimana secara eksplisit diidentifikasi baik oleh kajian bibliometrik acuan maupun oleh telaah kritis yang dilakukan dalam penelitian ini sendiri.

B. Saran

1. Saran Teoretis

Bagi pengembangan keilmuan psikologi, khususnya psikologi Islam dan psikologi perkembangan, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengoperasionalkan konsep tazkiyatun nafs secara lebih presisi ke dalam instrumen pengukuran yang valid dan reliabel, mengingat kajian ini menemukan bahwa keragaman operasionalisasi konsep-konsep psikologi Islam di kalangan peneliti kontemporer masih menjadi kendala bagi terwujudnya integrasi ilmiah yang konsisten dengan metodologi psikologi modern. Selain itu, penelitian lanjutan disarankan untuk menguji secara empiris ketiga jalur teoretis yang telah dirumuskan dalam penelitian ini jalur kognitif, psikofisiologis, dan relasional-kolektif baik secara terpisah maupun sebagai satu model struktural yang

terintegrasi, sehingga kontribusi relatif masing-masing jalur terhadap resiliensi pengasuhan dapat diketahui secara lebih tepat dan terukur. Pengembangan teori lanjutan juga disarankan untuk mempertimbangkan sisi kritis dari internalisasi nilai religius, sebagaimana telah disinggung dalam pembahasan mengenai potensi tekanan normatif "ibu ideal", agar kerangka resiliensi berbasis Islam yang dibangun tidak jatuh pada romantisasi sepihak, melainkan tetap mempertahankan keseimbangan reflektif sesuai prinsip wasatiyyah.

2. Saran Metodologis

Bagi peneliti yang berminat melanjutkan kajian pada bidang ini, disarankan untuk melaksanakan penelitian primer berbasis survei atau eksperimen pada populasi ibu dengan *baby blues* di Indonesia, sebagaimana telah dirancang secara rinci, guna menjembatani kesenjangan antara pemetaan konseptual yang bersifat bibliometrik dengan pembuktian empiris langsung atas hubungan antarvariabel. Penelitian lanjutan juga disarankan untuk memperluas cakupan basis data pencarian literatur dengan turut menyertakan basis data pengindeksan nasional dan repositori jurnal Indonesia, mengingat penelitian ini menemukan bahwa ketergantungan eksklusif pada Scopus berpotensi kurang merepresentasikan riset lokal yang membahas kesejahteraan maternal dan koping Islami. Selain itu, peneliti selanjutnya sangat disarankan untuk senantiasa melakukan verifikasi silang terhadap klaim statistik pada literatur sekunder ke sumber primernya masing-masing sebelum mengutipnya, sebagai bentuk kehati-hatian metodologis yang penting untuk menjaga integritas ilmiah, mengingat

penelitian ini sendiri menemukan sejumlah ketidaksesuaian sitasi pada artikel acuan utamanya.

3. Saran Praktis

Bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan dan tenaga di layanan kesehatan primer, hasil kajian ini dapat menjadi dasar pertimbangan awal untuk mengembangkan modul psikoedukasi berbasis nilai-nilai Islam guna mendukung deteksi dini dan pendampingan ibu dengan *baby blues*, dengan tetap menempatkan pendekatan spiritual sebagai pelengkap dan bukan pengganti bagi penanganan medis dan psikologis yang berbasis bukti. Bagi pengelola komunitas keagamaan, seperti pengurus majelis taklim, hasil kajian ini menyarankan pentingnya penguatan peran komunitas sebagai ruang dukungan sebaya yang aman bagi ibu pascapersalinan, dengan tetap memperhatikan risiko tekanan normatif "ibu ideal" agar dukungan yang diberikan bersifat memberdayakan, bukan menambah beban psikologis. Bagi pemangku kebijakan di Kementerian Kesehatan dan Kementerian Agama, hasil kajian ini menegaskan urgensi mendorong kolaborasi riset lintas institusi dan lintas negara guna memperkuat representasi konteks Indonesia dalam wacana ilmiah global mengenai resiliensi pengasuhan pada ibu Muslim, sekaligus mendukung terbentuknya kebijakan kesehatan mental maternal yang berakar pada nilai-nilai budaya dan keagamaan lokal.