

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan pada bagian sebelumnya, penulis dapat menyimpulkan hal-hal sebagai berikut.

1. *Baby Blues Syndrome* merupakan gangguan mental ringan yang dialami oleh ibu pasca melahirkan dan jarang dipedulikan oleh sang ibu, keluarga bahkan profesional kesehatan sekalipun. Gangguan semacam ini biasanya dimulai dari hal-hal yang dianggap remeh seperti stress lalu menjadi depresi, disorientasi, sampai pada gangguan mental berat yang berujung pada bunuh diri karena frustrasi. Hal ini disebabkan oleh faktor hormonal, faktor fisik sang ibu dan faktor umur paritas dari sang ibu serta lingkungan seperti status pekerjaan, pendapatan, tingkat pendidikan bahkan dukungan sosial.

Baby Blues dapat diketahui dengan melihat beberapa gejala yang timbul pada ibu dan bayi. Sang ibu akan mengalami perubahan sikap pada hari ketiga atau hari keenam setelah persalinan. Perubahan sikap yang biasanya muncul seperti sedih, menangis, tidak mau makan, sensitif dan cemas yang berlebihan yang berpengaruh pula pada pola tidur sang ibu. Dan seiring berjalannya waktu, terkadang sang ibu sulit mengontrol sikap dan pikiran yang dapat berakibat fatal. Hal ini dapat diminimalisir dengan cara lebih mempersiapkan mental sang ibu diiringi dengan bantuan dari keluarga apalagi dari sang suami untuk senantiasa membantu sang ibu dalam mengurus sang bayi. Serta terdapat beberapa pengobatan yaitu dengan metode farmakologis dan metode nonfarmakologis.

2. *Baby Blues Syndrome* menurut Al-Marāgi, menyebutkan jasa ibu mulai dari mengandung, merawat kandungan hingga melahirkan dan selesai dari masa nifasnya merupakan kesulitan yang sangat berat. Apalagi saat mengandung, seorang ibu dalam keadaan lemah kemudian melahirkannya dan merawatnya di malam dan siang hari. Oleh karena itu, diwajibkan oleh sang suami menanggung segala kebutuhan istri serta membantu istri dalam merawat anak agar terhindar dari berbagai penyakit salah satunya yang berhubungan dengan mental sang ibu. Selain itu, Disebutkan pula bahwa ancaman keras Allah terhadap orang tua yang mengabaikan masalah perawatan anak dan saling memberatkan satu sama lain dari suami dan istri dalam perawatan anak-anak. Al Marāgi juga menyebutkan tentang wasiat Allah untuk kaum muslim agar bersabar dalam menghadapi berbagai kekerasan dan kesengsaraan di dunia salah satunya penyakit.
3. Pengkajian di atas membuktikan bahwa tafsir Al-Marāgi merupakan tafsir Adab Ijtimai yang mengkaji fenomena ini dengan sangat memadai. Dengan ini maka membuktikan lebih jauh bahwa Al-Qur'an telah memberikan isyarat-isyarat tentang fenomena *Baby Blues Syndrome* baik tentang menghindarinya atau gejalanya. Ayat Al-Qur'an tentang *Baby Blues* ini dengan tambahan penjelasan dari tafsir Al-Marāgi ini memanglah sangat *relate* dengan kehidupan masa kini. Yang dapat memperkuat dan memperteguh bahwa Al-Qur'an itu merupakan pedoman hidup sepanjang masa.

B. SARAN

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan yang diuraikan, maka penulis akan mengemukakan beberapa saran sebagai berikut.

1. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk membahas lebih banyak lagi mengenai *Baby Blues Syndrome* dalam berbagai perspektif penafsiran lainnya. Banyak hal yang terjadi, dengan ilmu pengetahuan sains ini membantu manusia menjelaskan terhadap hal yang terjadi di dunia ini. Karena ilmu pengetahuan agama dengan ilmu pengetahuan sains saling berkaitan, menjadi dasar ilmu dan sebagai pengetahuan umum yang diperlukan untuk keseimbangan hidup.
2. Penulis berharap adanya kritik dan saran yang membangun dari pembaca, dan siapapun yang mendapatkan manfaat dari skripsi ini. Dengan masukan itulah, penulis dapat melakukan perbaikan dan peningkatan dalam penulisan.