

## ABSTRAK

### **Peran *Self-Compassion* dan Spiritualitas terhadap Depresi pada Ibu Hamil serta Tinjauannya dalam Islam**

Kehamilan merupakan peristiwa penting yang menyebabkan adanya perubahan fisik dan psikologis pada ibu hamil, sehingga dapat menimbulkan gejala depresi selama masa kehamilan. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa *self-compassion* berkorelasi negatif secara signifikan dengan depresi, begitu pula pada spiritualitas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *self-compassion* dan spiritualitas secara bersama-sama terhadap depresi pada ibu hamil. Penelitian ini melibatkan 125 ibu hamil yang melengkapi kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS), *Self-Compassion Scale* (SCS), dan *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES). Hasil uji regresi ganda menunjukkan bahwa *self-compassion* dan spiritualitas memiliki peran yang signifikan secara bersama-sama dalam memprediksi depresi pada ibu hamil. Ibu hamil dengan skor *self-compassion* yang lebih tinggi mampu memprediksi skor depresi yang lebih rendah meskipun skor spiritualitasnya dibuat tetap, dan sebaliknya. Aspek *self-judgement* dan persepsi terhadap peristiwa transenden diketahui memiliki kontribusi yang signifikan terhadap depresi pada ibu hamil. Hasil penelitian tersebut diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengatasi prevalensi depresi pada ibu hamil yang semakin meningkat. Dalam Islam, seseorang yang beriman dan memiliki sifat belas kasih akan memiliki kondisi hati (*qalb*) yang sehat dan tenteram, dimana *qalb* memegang peranan penting terhadap aspek fisik dan spiritual manusia.

**Kata Kunci** : depresi; ibu hamil; *self-compassion*; spiritualitas