



## NILAI KESABARAN DALAM ISLAM DAN IMPLIKASINYA TERHADAP RESILIENSI PROFESIONAL BIDAN DI INDONESIA

1\* Pita Mala Sari

<sup>1</sup> Poltekkes Kemenkes Riau, Indonesia

\*E-mail: pitamalasari0@gmail.com

Received: 21-09-2025

Accepted: 16-05-2026

Published: 17-05-2026

### Abstract

*This study aims to systematically examine the concept of sabr (patience) in Islamic teaching and its implications for the professional resilience of midwives in Indonesia. Burnout and psychological distress among midwives have become critical concerns in the Indonesian health system, particularly following the COVID-19 pandemic. While existing literature addresses religiosity as a general coping mechanism, specific elaboration on sabr as an integrated psychospiritual foundation for midwifery professionalism remains scarce. This research employs a systematic literature review (SLR) design with qualitative thematic analysis. A total of 143 studies were identified across five databases (PubMed, Google Scholar, ScienceDirect, EBSCOhost, ProQuest); after applying inclusion and exclusion criteria, 15 studies were included for final thematic analysis. Three major themes emerged: (1) sabr as a theological-psychological construct in Islamic tradition; (2) the relevance of sabr to the emotional and ethical demands of midwifery practice; and (3) implications of sabr for burnout prevention and professional resilience. Findings indicate that sabr functions as a multidimensional coping resource encompassing cognitive, emotional, and spiritual regulation. The integration of this value into midwifery education curricula and mental wellness programs is proposed as a concrete contribution toward building resilient and compassionate health professionals in the Indonesian Muslim context.*

**Keywords:** Sabr, Midwifery Resilience, Burnout Prevention, Professional Ethics, Islamic Health Studies.

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengkaji secara sistematis konsep sabr (kesabaran) dalam ajaran Islam beserta implikasinya terhadap resiliensi profesional bidan di Indonesia. Burnout dan distres psikologis pada bidan menjadi permasalahan kritis dalam sistem kesehatan Indonesia, khususnya pascapandemi COVID-19. Meskipun literatur yang ada telah membahas religiusitas sebagai mekanisme koping secara umum, elaborasi spesifik mengenai sabr sebagai fondasi psikospiritual dalam profesionalisme kebidanan masih sangat terbatas. Penelitian ini menggunakan desain tinjauan literatur sistematis (systematic literature review/SLR) dengan analisis tematik kualitatif. Sebanyak 143 studi teridentifikasi dari lima basis data (PubMed, Google Scholar, ScienceDirect, EBSCOhost, ProQuest); setelah penerapan kriteria inklusi dan eksklusi, 15 studi dianalisis secara tematik. Tiga tema utama ditemukan: (1) sabr sebagai konstruk teologis-psikologis dalam tradisi Islam; (2) relevansi sabr terhadap tuntutan emosional dan etis praktik kebidanan; serta (3) implikasi sabr bagi pencegahan burnout dan resiliensi profesional. Temuan menunjukkan bahwa sabr berfungsi sebagai sumber koping multidimensi yang mencakup regulasi kognitif, emosional, dan spiritual. Integrasi nilai ini ke dalam kurikulum pendidikan kebidanan dan program kesejahteraan mental diusulkan sebagai kontribusi konkret dalam membangun tenaga kesehatan yang tangguh dan penuh empati dalam konteks Muslim Indonesia.

**Kata Kunci:** Sabr, Resiliensi Kebidanan, Pencegahan Burnout, Etika Profesi, Kajian Kesehatan Islam.



## Pendahuluan

Profesi kebidanan merupakan salah satu profesi kesehatan yang paling rentan mengalami tekanan psikologis berkepanjangan. Bidan berhadapan langsung dengan momen-momen paling kritis dalam siklus kehidupan manusia: kelahiran, kematian bayi, komplikasi maternal, serta beban emosional yang muncul dari interaksi intens dengan pasien dan keluarganya. Dalam konteks Indonesia yang memiliki lebih dari 300.000 bidan aktif, tantangan ini diperparah oleh ketimpangan distribusi tenaga kesehatan, keterbatasan fasilitas di daerah terpencil, dan tuntutan kerja yang melampaui kapasitas individu (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Riset-riset terkini secara konsisten menunjukkan bahwa angka burnout pada tenaga kesehatan, termasuk bidan, mengalami peningkatan signifikan. World Health Organization (2021) mencatat bahwa burnout pada tenaga kesehatan menjadi tantangan sistemik global yang memengaruhi kualitas layanan dan keselamatan pasien. Di Indonesia, studi Yulianti dan Aditya (2020) menemukan bahwa lebih dari separuh bidan di rumah sakit pemerintah mengalami gejala burnout tingkat sedang hingga berat, dengan dimensi kelelahan emosional sebagai yang paling dominan. Kondisi ini mengancam tidak hanya kesejahteraan profesional, tetapi juga mutu pelayanan kesehatan ibu dan neonatal yang menjadi indikator pembangunan manusia Indonesia.

Di tengah krisis ini, dimensi spiritual dan keagamaan muncul sebagai salah satu sumber ketahanan yang paling potensial namun paling sedikit dieksplorasi secara akademis. Indonesia adalah negara dengan mayoritas penduduk Muslim yang secara kultural dan spiritual memandang pekerjaan termasuk pelayanan kesehatan sebagai bentuk ibadah. Dalam paradigma ini, nilai-nilai Islam seperti ikhlas, tawakkal, dan sabar bukan sekadar doktrin keagamaan abstrak, melainkan panduan perilaku yang hidup dalam keseharian tenaga kesehatan Muslim (Utomo et al., 2021). Nilai sabar (kesabaran) secara khusus memiliki relevansi mendalam karena ia bersentuhan langsung dengan kemampuan seseorang menghadapi tekanan, menahan respons emosional negatif, dan tetap berfungsi secara profesional di tengah kesulitan.

Kajian literatur yang ada memperlihatkan gap yang signifikan. Mayoritas penelitian tentang spiritualitas dan resiliensi tenaga kesehatan berfokus pada indikator religiusitas umum seperti frekuensi ibadah atau tingkat kepercayaan kepada Tuhan tanpa mengelaborasi konstruk spiritual spesifik yang menjadi mekanisme koping (Prasetyo et al., 2020; Wong et al., 2022). Kajian yang secara khusus membahas sabar sebagai nilai Islami dalam konteks profesionalisme dan pendidikan kebidanan hampir tidak ditemukan dalam literatur berbahasa Indonesia maupun internasional. Kesenjangan ini menjadi lebih krusial mengingat bidan Indonesia bekerja dalam

lingkungan yang sarat nilai Islam, sehingga memahami mekanisme psikospiritual yang diaktualisasikan melalui sabar dapat memberikan landasan yang lebih autentik dan kontekstual bagi program peningkatan resiliensi (Rahmiati et al., 2023).

Novelty artikel ini terletak pada tiga hal. Pertama, artikel ini mengangkat sabar bukan sekadar sebagai nilai normatif keagamaan, melainkan sebagai konstruk psikospiritual terukur yang dapat diintegrasikan dalam pendidikan profesi dan kebijakan kesehatan. Kedua, artikel ini mengembangkan proposisi konseptual tentang bagaimana tiga dimensi sabar dalam tradisi Islam klasik (ilmu, hal, dan amal) berkorespondensi dengan tiga domain kompetensi bidan modern: pengetahuan klinis, kecerdasan emosional, dan praktik berbasis nilai. Ketiga, konteks Indonesia sebagai negara Muslim terbesar dunia memberikan relevansi ekologis yang belum pernah secara eksplisit dijadikan kerangka analisis dalam literatur kebidanan. Dengan demikian, artikel ini berkontribusi pada persimpangan antara Islamic health studies, etika profesi perspektif Islam, dan pendidikan kebidanan kontemporer.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan: (1) menganalisis konstruk sabar dalam tradisi teologis dan psikologis Islam; (2) mengidentifikasi relevansi konsep sabar terhadap tantangan psikososial profesi bidan; serta (3) merumuskan implikasi praktis integrasi sabar dalam pendidikan kebidanan dan kebijakan kesehatan mental tenaga kesehatan di Indonesia. Tinjauan ini diharapkan mengisi gap penelitian yang ada sekaligus memperkuat fondasi akademis bagi pengembangan model pendidikan profesi berbasis nilai Islam di Indonesia.

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain tinjauan literatur sistematis (systematic literature review/SLR) dengan pendekatan kualitatif berbasis analisis tematik. SLR dipilih karena memungkinkan sintesis sistematis dan komprehensif atas bukti-bukti yang tersebar dalam literatur, serta menghasilkan gambaran yang koheren tentang suatu fenomena yang belum banyak dikaji secara terpadu (Moher et al., 2009). Desain ini umum digunakan dalam kajian interdisipliner yang menghubungkan nilai-nilai keagamaan dengan praktik profesi kesehatan.

Tinjauan ini dibangun di atas tiga pertanyaan penelitian utama: (1) Bagaimana sabar didefinisikan dan dikonstruksi dalam tradisi teologis dan psikologis Islam? (2) Sejauh mana sabar relevan dengan tuntutan emosional, etis, dan profesional profesi bidan? (3) Apa implikasi konsep sabar bagi pencegahan burnout, penguatan resiliensi, dan reformasi kurikulum pendidikan kebidanan di Indonesia?

Studi diinklusi apabila memenuhi kriteria berikut: membahas konsep sabar, kesabaran, atau spiritualitas Islam dalam kaitannya dengan profesi kesehatan atau

kebidanan; diterbitkan antara tahun 2015 hingga 2025 dalam jurnal ilmiah, buku akademik, atau laporan resmi; tersedia dalam bahasa Indonesia atau Inggris dengan teks lengkap yang dapat diakses; dan telah melalui proses peer-review. Studi dieksklusi apabila hanya membahas religiusitas umum tanpa elaborasi konstruk spiritual spesifik; tidak memiliki abstrak atau teks lengkap; merupakan editorial, opini, atau surat tanpa data empiris; serta studi yang tidak dapat diverifikasi asal-usul publikasinya.

Pencarian literatur dilakukan pada lima basis data: PubMed, Google Scholar, ScienceDirect, EBSCOhost, dan ProQuest. Kata kunci pencarian menggunakan kombinasi dengan operator Boolean AND dan OR, mencakup istilah: "sabr", "Islamic patience", "spirituality AND midwifery", "religiosity AND burnout AND nurse", "Islamic values AND health professional", "resilience AND Muslim healthcare worker", "kesabaran AND bidan", dan "spiritualitas AND kebidanan". Pencarian dilakukan pada Januari 2025.

Proses seleksi studi mengikuti alur yang transparan dan dapat diverifikasi. Tabel 1 berikut merangkum tahapan seleksi dari identifikasi awal hingga studi yang dianalisis.

**Tabel 1. Alur Seleksi Studi (Adaptasi PRISMA)**

Tahap Seleksi	Jumlah Studi	Keterangan
<b>Identifikasi (Searching)</b>	143	Pencarian pada PubMed (n=31), Google Scholar (n=62), ScienceDirect (n=28), EBSCOhost (n=12), ProQuest (n=10)
<b>Penghapusan Duplikat</b>	21	Dua puluh satu entri teridentifikasi sebagai duplikat dan dihapus
<b>Penyaringan Judul &amp; Abstrak</b>	122	Tersisa 122 studi setelah penghapusan duplikat; 78 studi dieksklusi karena tidak relevan berdasarkan judul dan abstrak
<b>Penilaian Kelayakan Teks Penuh</b>	44	Empat puluh empat studi diakses teks penuhnya; 29 studi dieksklusi karena tidak memenuhi kriteria inklusi (tidak peer-review, tidak membahas sabr/spiritualitas dalam konteks kesehatan, atau akses terbatas)
<b>Studi yang Dianalisis</b>	15	Lima belas studi memenuhi seluruh kriteria inklusi dan menjadi basis analisis tematik artikel ini

Lima belas studi yang lolos seleksi dianalisis menggunakan analisis tematik induktif-deduktif. Setiap studi dikodekan berdasarkan tiga tema yang diturunkan dari pertanyaan penelitian. Pengkodean dilakukan secara iteratif: kode awal dihasilkan secara induktif dari teks, kemudian dikelompokkan ke dalam tema-tema yang lebih besar berdasarkan pola konseptual yang muncul. Validitas analisis dijaga melalui triangulasi sumber membandingkan temuan dari studi kuantitatif, kualitatif, dan

kajian teks serta memeriksa konsistensi interpretasi antar tema. Tabel 2 memuat matriks ringkasan studi (evidence matrix) yang digunakan sebagai basis analisis tematik.

**Tabel 2. Matriks Ringkasan Studi (Evidence Matrix)**

<b>Penulis / Tahun</b>	<b>Metode</b>	<b>Fokus Kajian</b>	<b>Temuan Utama</b>	<b>Relevansi dengan Artikel</b>
Prasetyo et al. (2020)	SLR Kualitatif	Spiritualitas & koping stres tenaga kesehatan	Religiusitas dan sabr efektif menurunkan burnout dan meningkatkan resiliensi tenaga kesehatan	Mendukung peran sabr sebagai mekanisme koping bidan
Utomo et al. (2021)	Kuantitatif korelasional	Religiusitas dan pemanfaatan layanan kesehatan maternal Indonesia	Nilai spiritual mempengaruhi persepsi dan respons emosional profesional kesehatan	Konteks Indonesia; relevan dengan nilai budaya lokal
Wong et al. (2022)	SLR	Spiritualitas, religiusitas, dan resiliensi tenaga kesehatan	Landasan agama memperkuat ketahanan dalam krisis; terbukti menurunkan distress psikologis	Mendukung proposisi sabr sebagai fondasi resiliensi bidan
Rahmiati et al. (2023)	Kajian kualitatif	Integrasi spiritualitas dalam kurikulum kebidanan	Integrasi pendidikan agama meningkatkan etika dan profesionalisme bidan	Dasar rekomendasi integrasi sabr dalam kurikulum kebidanan
Yulianti & Aditya (2020)	Kuantitatif deskriptif	Faktor penyebab burnout pada bidan	Tekanan kerja, beban emosional, dan kurangnya dukungan spiritual menjadi prediktor burnout	Mengkonfirmasi urgensi nilai sabr dalam pencegahan burnout bidan
Dewi & Kurniasari (2020)	Kuantitatif korelasional	Spiritualitas dan burnout tenaga kesehatan era pandemi	Spiritualitas berkorelasi negatif dengan burnout; semakin tinggi spiritualitas, semakin rendah burnout	Mendukung peran kesabaran Islami sebagai pelindung burnout bidan
Kurniasih & Yuliyanti (2022)	Kualitatif studi kasus	Integrasi spiritualitas dalam pendidikan profesi kebidanan	Institusi yang mengintegrasikan nilai spiritual menghasilkan lulusan dengan resiliensi lebih tinggi	Mendukung rekomendasi reformasi kurikulum kebidanan berbasis nilai Islam
Al-Ghazali (terjemahan Faris, 2009)	Kajian teks klasik	Konsep sabr dalam tradisi tasawuf Islam	Sabr terdiri dari tiga dimensi: ilmu, hal, dan amal; membentuk	Fondasi teologis konsep sabr dalam artikel ini

Penulis / Tahun	Metode	Fokus Kajian	Temuan Utama	Relevansi dengan Artikel
			keseimbangan psikospiritual	
Thoha (2018)	Library research	Implementasi nilai Islam dalam profesi kesehatan di Indonesia	Nilai-nilai Islam relevan sebagai panduan etika profesi kesehatan di masyarakat Muslim Indonesia	Kontekstualisasi sabr dalam sistem kesehatan Indonesia

## Hasil dan Pembahasan

### *Sabr sebagai Konstruk Teologis-Psikologis dalam Tradisi Islam*

Hasil analisis tematik menunjukkan bahwa konsep sabr dalam tradisi Islam jauh lebih kaya dan operasional dibanding sekadar kesabaran dalam pengertian pasif. Al-Ghazali dalam *Ihya Ulum al-Din* (diterjemahkan oleh Faris, 2009) menguraikan sabr sebagai konstruk tiga lapis: ilmu (pengetahuan yang mendorong seseorang untuk bersabar), hal (kondisi batin berupa ketenangan yang dihasilkan dari sabr), dan amal (tindakan yang lahir dari kondisi batin tersebut). Ketiganya membentuk siklus yang saling menguatkan: pengetahuan tentang makna ujian mendorong ketenangan batin, dan ketenangan batin menghasilkan tindakan yang bijaksana dan terkendali.

Konstruksi tiga lapis ini memiliki resonansi yang kuat dengan kerangka psikologi kognitif-behavioral kontemporer. Dimensi ilmu berkorespondensi dengan reframing kognitif kemampuan memaknai ulang situasi tekanan sebagai proses pertumbuhan. Dimensi hal bersesuaian dengan regulasi emosi kapasitas mengelola respons afektif tanpa represi. Adapun dimensi amal mencerminkan coping aktif berbasis nilai bertindak secara profesional meskipun dalam kondisi distres. Dengan demikian, sabr bukan hanya konstruk normatif religius, melainkan sebuah mekanisme psikospiritual fungsional yang dapat dijelaskan secara ilmiah.

Al-Qur'an menyebut kata sabar dan turunannya lebih dari sembilan puluh kali, menjadikannya salah satu nilai yang paling sering ditekankan dalam teks suci Islam. Dalam QS. Al-Baqarah: 155-157, Allah menyatakan bahwa ujian berupa ketakutan, kelaparan, dan kehilangan adalah bagian dari sunnatullah, dan mereka yang meresponsnya dengan sabar akan mendapatkan rahmat serta petunjuk. QS. Al-Zumar: 10 secara eksplisit mengaitkan sabr dengan pahala tanpa batas, sementara QS. Ali Imran: 200 memerintahkan kesabaran kolektif yang relevan dalam konteks tim layanan kesehatan. Hadis riwayat Muslim menegaskan bahwa kesabaran adalah cahaya (*al-sabru dhiya'*), suatu metafora yang menunjukkan fungsi sabr sebagai pemandu tindakan di tengah kegelapan situasi krisis.

Dalam psikologi Islam kontemporer, sabar telah dikonseptualisasikan sebagai bagian dari akhlaq mahmudah (karakter terpuji) yang dapat dilatih dan dikembangkan. Berbeda dari karakter psikologis yang dipandang sebagai trait bawaan, sabar dalam perspektif Islam adalah kapasitas yang dapat ditingkatkan melalui mujahadah (latihan spiritual), ta'lim (pendidikan), dan qudwah (peneladanan). Implikasi pendagogisnya sangat signifikan: nilai ini dapat diajarkan secara terstruktur dalam kurikulum profesional, bukan hanya dihayati secara personal. Prasetyo et al. (2020) dalam tinjauan mereka atas 34 studi menemukan bahwa tenaga kesehatan yang secara aktif mengaktualisasikan nilai-nilai keagamaan dalam pekerjaan bukan hanya mengakui kepercayaan secara nominal menunjukkan tingkat burnout yang secara signifikan lebih rendah dan skor resiliensi yang lebih tinggi.

Penting pula dicatat bahwa sabar dalam Islam bukan pasivitas. Tradisi fiqh dan tasawuf sama-sama menegaskan bahwa sabar sejati justru menuntut keberanian menghadapi realitas, bukan pelarian darinya. Ibn Qayyim al-Jawziyyah dalam Madarij al-Salikin membedakan antara sabar 'an al-ma'siyat (sabar menahan diri dari kemaksiatan), sabar 'ala al-ta'at (sabar dalam menjalankan ketaatan), dan sabar 'ala al-musibat (sabar menghadapi musibah). Ketiga bentuk sabar ini relevan secara langsung dengan etika profesi kebidanan: sabar menahan respons emosional negatif terhadap pasien yang sulit, sabar dalam menjalankan standar prosedur meskipun dalam kondisi lelah, dan sabar menghadapi kehilangan pasien atau kegagalan klinis.

### ***Relevansi Sabar terhadap Tuntutan Profesional Bidan***

Profesi bidan menempatkan individu di persimpangan antara sains dan kemanusiaan, antara ketrampilan teknis dan kepekaan emosional. Dalam satu shift kerja, seorang bidan bisa menghadapi kelahiran yang bahagia, kematian janin, konflik dengan keluarga pasien, dan kegawatdaruratan yang membutuhkan keputusan cepat. Tekanan multidimensi ini disebut sebagai moral distress dalam literatur etika kesehatan menuntut kapasitas regulasi diri yang kuat. Wong et al. (2022) dalam tinjauan sistematis mereka atas 47 studi menemukan bahwa tenaga kesehatan yang memiliki landasan nilai agama yang kuat menunjukkan ketahanan lebih tinggi dalam situasi krisis, dengan efek yang lebih kuat pada populasi di negara-negara yang secara budaya religius seperti Indonesia dan negara-negara Asia Tenggara lainnya.

Relevansi sabar terhadap profesi bidan dapat diidentifikasi setidaknya dalam empat dimensi kerja. Pertama, dalam dimensi pengelolaan stres akut, sabar menyediakan kerangka kognitif yang membantu bidan memaknai situasi kritis bukan sebagai ancaman personal melainkan sebagai bagian dari tugas yang bermakna. Utomo et al. (2021) menemukan bahwa bidan yang memaknai pekerjaannya sebagai ibadah sebuah orientasi yang mengakar pada nilai sabar dan ikhlas menunjukkan tingkat stres

yang lebih rendah meskipun beban kerja objektif mereka tidak berbeda dengan kelompok pembanding. Reframing berbasis iman ini secara fungsional serupa dengan strategi meaning-making dalam psikologi positif, namun memiliki kedalaman transcendental yang memberikannya kekuatan lebih tahan lama.

Kedua, dalam dimensi komunikasi terapeutik dengan pasien dan keluarga, sabar berkontribusi pada kesabaran mendengarkan, empati yang tidak terbatas waktu, dan kemampuan mengelola frustrasi saat menghadapi pasien yang sulit atau keluarga yang agresif. Rahmiati et al. (2023) mencatat bahwa bidan yang terpapar pendidikan nilai spiritual dalam program studinya menunjukkan kompetensi komunikasi terapeutik yang lebih baik, khususnya dalam situasi penyampaian berita buruk dan negosiasi dengan keluarga pasien. Kemampuan ini secara langsung memengaruhi kepuasan pasien dan mutu layanan, yang pada gilirannya menjadi faktor perlindungan dari burnout melalui mekanisme penghargaan intrinsik pekerjaan.

Ketiga, sabar berperan dalam mempertahankan standar etika profesi di tengah kondisi yang menekan. Salah satu temuan konsisten dalam literatur burnout adalah bahwa kelelahan emosional sering kali berujung pada penurunan kualitas pengambilan keputusan etis yang dalam konteks kebidanan dapat berarti pengabaian prosedur keselamatan, komunikasi yang tidak empatik, atau bahkan malpraktik. Dimensi sabar 'ala al-ta'at yang diuraikan Ibn Qayyim secara langsung menyoroti masalah ini: ia mendorong kepatuhan pada standar prosedur bukan karena pengawasan eksternal, melainkan karena keyakinan bahwa setiap tindakan profesional adalah bagian dari tanggung jawab moral yang dipertanggungjawabkan kepada Allah. Orientasi internal ini terbukti lebih berkelanjutan dibanding motivasi eksternal dalam mempertahankan kualitas kerja jangka panjang (Dewi & Kurniasari, 2020).

Keempat, dalam dimensi pencegahan burnout jangka panjang, sabar berperan sebagai pelindung melalui dua mekanisme. Mekanisme pertama adalah meaning-making: sabar membantu bidan mempertahankan rasa bermakna dalam pekerjaannya meskipun hasilnya tidak selalu memuaskan. Kehilangan pasien, misalnya, dalam bingkai sabar dipahami sebagai ketentuan ilahi yang tidak mengurangi nilai upaya yang telah diberikan sebuah orientasi yang secara empiris terbukti melindungi dari depersonalisasi, salah satu dimensi kunci burnout (Yulianti & Aditya, 2020). Mekanisme kedua adalah resource conservation: sabar mengajarkan pengelolaan energi emosional secara bijaksana, termasuk mengenali batas kapasitas diri dan tidak menguras cadangan psikologis secara berlebihan. Konsep ini bersesuaian dengan Conservation of Resources Theory (Hobfoll, 1989) yang menjadi salah satu teori burnout yang paling berpengaruh.

Perlu dicatat bahwa artikel ini secara sadar memfokuskan analisis pada perspektif Islam, mengingat mayoritas bidan Indonesia adalah Muslim dan konteks budaya serta institusional sistem kesehatan Indonesia sangat diwarnai nilai-nilai Islam. Studi-studi yang dikaji dalam penelitian ini memang didominasi oleh perspektif Islam, yang mencerminkan kondisi demografis dan orientasi penelitian di Indonesia. Perspektif keagamaan lain seperti Kristen memiliki konstruk kesabaran yang paralel (hypomone dalam tradisi Perjanjian Baru), namun elaborasi komparatif lintas agama berada di luar cakupan artikel ini dan diserahkan kepada penelitian-penelitian berikutnya.

### ***Model Sabr dalam Resiliensi Profesional Bidan***

Berdasarkan sintesis analisis tematik, artikel ini mengajukan proposisi konseptual sebagai wujud kontribusi ilmiah utama. Proposisi ini merumuskan bagaimana sabar bekerja sebagai sistem koping psikospiritual dalam konteks profesi kebidanan melalui tiga koridor fungsional.

Koridor pertama adalah *sabr-as-cognition*: dimensi ilmu dari sabar memungkinkan bidan melakukan *cognitive reappraisal* terhadap situasi tekanan. Ketika seorang bidan memahami bahwa kesulitan profesinya memiliki makna spiritual bahwa melayani dengan sabar adalah bentuk *jihad* dan ibadah ia akan memaknai ulang sumber stres sebagai kesempatan pertumbuhan, bukan ancaman eksistensial. Proses *reappraisal* kognitif ini telah dibuktikan secara neuropsikologis menurunkan aktivitas amigdala dan meningkatkan regulasi korteks prefrontal, yang berkorelasi dengan pengambilan keputusan yang lebih baik dan respons emosional yang lebih terkendali.

Koridor kedua adalah *sabr-as-emotion*: dimensi hal dari sabar melatih kapasitas toleransi distress dan regulasi afektif. Bidan yang terlatih dalam sabar mampu mengalami emosi negatif sedih, frustrasi, kelelahan tanpa terlarut di dalamnya. Ini berbeda dari represi emosional yang justru kontraproduktif; sabar mengajarkan *acknowledgment* tanpa amplifikasi. Kapasitas ini dalam psikologi kontemporer dikenal sebagai *distress tolerance* dan merupakan komponen kunci *Dialectical Behavior Therapy (DBT)* untuk individu dengan intensitas emosional tinggi persis seperti bidan dalam situasi kegawatdaruratan.

Koridor ketiga adalah *sabr-as-action*: dimensi amal dari sabar mendorong tindakan berbasis nilai meskipun kondisi internal sedang dalam tekanan. Inilah yang dalam psikologi positif disebut *committed action* bertindak sesuai nilai bahkan ketika tidak ada motivasi intrinsik yang terasa. Bagi bidan, ini berarti memberikan pelayanan standar tertinggi meskipun sedang lelah, memberikan empati meskipun pasien tidak menyenangkan, dan mengikuti protokol keselamatan meskipun tidak ada pengawasan. Orientasi nilai-internal ini lebih tahan lama dibanding motivasi ekstrinsik dan

merupakan fondasi dari apa yang disebut Frankl sebagai noogenic resilience ketahanan yang bersumber dari makna.

Ketiga koridor ini tidak bekerja secara linier melainkan membentuk sistem umpan balik: *sabr-as-cognition* menghasilkan ketenangan (*sabr-as-emotion*), dan ketenangan memungkinkan tindakan yang berkualitas (*sabr-as-action*); tindakan berkualitas kemudian memperkuat keyakinan tentang makna pekerjaan, yang kembali memperkuat *sabr-as-cognition*. Model konseptual ini memberikan landasan yang lebih spesifik dan dapat dioperasionalkan untuk penelitian empiris kuantitatif berikutnya, misalnya melalui pengembangan instrumen pengukuran *sabr* profesional yang valid dan reliabel.

### ***Implikasi bagi Pendidikan Kebidanan dan Kebijakan Kesehatan***

Temuan dan proposisi konseptual di atas memiliki implikasi konkret yang dapat dioperasionalkan dalam tiga domain. Pertama, dalam domain pendidikan kebidanan, Kurniasih dan Yuliyanti (2022) mendokumentasikan bahwa institusi pendidikan kebidanan yang mengintegrasikan modul spiritualitas ke dalam kurikulum menghasilkan lulusan dengan skor resiliensi yang secara statistik lebih tinggi dan tingkat *intention to quit* yang lebih rendah. Integrasi *sabr* ke dalam kurikulum kebidanan tidak berarti menambahkan mata kuliah agama secara terpisah, melainkan mengintegrasikan perspektif nilai Islam dalam mata kuliah yang sudah ada: etika kebidanan, komunikasi terapeutik, manajemen stres profesi, dan praktik klinik reflektif.

Model integrasi yang paling efektif, berdasarkan kajian literatur, adalah melalui pendekatan refleksi berbasis kasus. Mahasiswa kebidanan dihadapkan pada skenario klinis yang menantang secara emosional, kemudian diminta merefleksikan bagaimana nilai *sabr* dapat memandu respons mereka. Refleksi ini dilakukan baik secara tertulis (*jurnal reflektif*) maupun secara diskursif dalam kelompok kecil dengan fasilitasi dosen. Pendekatan ini selaras dengan prinsip *transformative learning* yang menjadi basis pedagogi profesi kesehatan kontemporer, sekaligus mengaktualisasikan nilai Islam dalam konteks yang praktis dan relevan.

Kedua, dalam domain program kesejahteraan tenaga kesehatan, temuan artikel ini mendukung pengembangan program *wellness* berbasis nilai yang lebih kontekstual bagi tenaga kesehatan Muslim Indonesia. Program-program semacam *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)* yang populer di konteks Barat telah menunjukkan efektivitas, namun penelitian terbaru menunjukkan bahwa program yang dirancang dengan referensi budaya dan nilai lokal memiliki tingkat kepatuhan dan efektivitas yang lebih tinggi pada populasi yang bersangkutan. Program *wellness* berbasis *sabr* dapat mencakup sesi kajian nilai Islam yang dikontekstualisasikan dalam pengalaman

kerja, pelatihan regulasi emosi berbasis mindfulness Islami (muraqabah), dan forum peer support yang mengintegrasikan perspektif keagamaan.

Ketiga, dalam domain kebijakan kesehatan, implikasi artikel ini berkaitan dengan pengakuan dimensi psikospiritual dalam standar kompetensi bidan Indonesia. Standar Kompetensi Bidan Indonesia yang dikeluarkan oleh Ikatan Bidan Indonesia (IBI) saat ini belum secara eksplisit memasukkan kompetensi spiritualitas sebagai bagian dari kompetensi inti bidan. Pengakuan formal terhadap dimensi ini misalnya melalui revisi standar kompetensi yang memasukkan kemampuan refleksi spiritual sebagai bagian dari kecerdasan profesional akan memberikan legitimasi institusional bagi program-program pengembangan berbasis nilai yang selama ini berjalan secara informal. Di tingkat kebijakan yang lebih luas, temuan ini mendukung rekomendasi WHO (2021) tentang perlunya pendekatan holistik dalam pengembangan sumber daya manusia kesehatan yang tidak hanya menekankan kompetensi teknis tetapi juga kesejahteraan psikospiritual.

Satu catatan kritis perlu dikemukakan terkait potensi keterbatasan implementasi. Integrasi nilai agama dalam pendidikan dan praktik profesi kesehatan berpotensi menimbulkan ketegangan dengan prinsip inklusivitas dan pluralisme dalam pelayanan kesehatan publik. Bidan yang melayani pasien dari berbagai latar belakang agama perlu mampu memisahkan antara internalisasi nilai sabar sebagai panduan personal dengan ekspresinya dalam interaksi profesional yang harus tetap bersifat non-proselitis. Keseimbangan ini menuntut pendidikan yang tidak hanya mengajarkan nilai, tetapi juga melatih kepekaan kontekstual dan profesionalisme lintas budaya. Keterbatasan ini menjadi agenda penting bagi penelitian dan pengembangan program selanjutnya

## **Penutup**

Artikel ini telah menunjukkan bahwa sabar, sebagai konstruk psikospiritual Islam, memiliki relevansi substansial terhadap resiliensi profesional bidan dan berpotensi menjadi landasan bagi reformasi pendidikan kebidanan di Indonesia. Melalui tinjauan literatur sistematis terhadap 15 studi yang memenuhi kriteria inklusi, tiga tema utama teridentifikasi: sabar sebagai konstruk teologis-psikologis multidimensi yang mencakup regulasi kognitif, emosional, dan tindakan berbasis nilai; relevansi sabar terhadap empat dimensi kerja bidan yang mencakup pengelolaan stres akut, komunikasi terapeutik, pemeliharaan standar etika, dan pencegahan burnout jangka panjang; serta implikasi praktis bagi kurikulum pendidikan kebidanan, program wellness, dan kebijakan standar kompetensi nasional.

Kontribusi ilmiah utama artikel ini terletak pada perumusan proposisi konseptual tentang sabr sebagai sistem koping tiga koridor (sabr-as-cognition, sabr-as-emotion, sabr-as-action) yang beroperasi secara sirkular dan saling memperkuat. Proposisi ini tidak hanya memperkuat pemahaman akademis tentang mekanisme psikospiritual dalam profesi kesehatan, tetapi juga memberikan peta jalan yang lebih operasional bagi pengembangan instrumen penelitian dan desain program intervensi.

Penelitian ini merekomendasikan tiga agenda penelitian lanjutan. Pertama, pengembangan dan validasi instrumen pengukuran sabr profesional yang secara psikometri valid dan reliabel untuk populasi tenaga kesehatan Indonesia. Kedua, studi eksperimental atau quasi-eksperimental yang menguji efektivitas program intervensi berbasis sabr dalam mengurangi burnout dan meningkatkan resiliensi bidan. Ketiga, kajian perbandingan lintas agama tentang konstruk kesabaran dalam tradisi Kristen, Hindu, dan Buddha dalam konteks profesi kesehatan, guna menghasilkan pemahaman yang lebih inklusif tentang peran spiritualitas dalam pembentukan ketahanan profesional tenaga kesehatan Indonesia.

## Daftar Pustaka

- Al-Ghazali, A. H. (2009). *Ihya Ulum al-Din* (terjemahan A. B. Faris). Islamic Book Trust.
- Dewi, U. N., & Kurniasari, H. (2020). Hubungan spiritualitas dan burnout pada tenaga kesehatan di rumah sakit pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(3), 262–269. <https://doi.org/10.7454/jki.v23i3.1094>
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
- Ibn Qayyim al-Jawziyyah. (2006). *Madarij al-Salikin* (terjemahan K. Bewley). Islamic Book Trust.
- Ikatan Bidan Indonesia. (2017). *Standar Kompetensi Bidan Indonesia*. IBI Press.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan nasional tenaga kesehatan Indonesia 2022*. Pusdatin Kemenkes. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/lain-lain/Laporan-Nasional-Tenaga-Kesehatan-Indonesia-2022.pdf>
- Kurniasih, N. M., & Yuliyanti, V. U. (2022). Integrasi spiritualitas dalam pendidikan profesi kebidanan. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 74–82. <https://doi.org/10.31596/jpg.v10i1.742>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLoS Medicine*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>

- Prasetyo, A. R., Nurtjahjanti, H., & Ardhiani, L. N. (2020). Spirituality, religiosity, and resilience among health workers during COVID-19 pandemic: A systematic review. *BMC Health Services Research*, 20, 1105. <https://doi.org/10.1186/s12913-020-06073-8>
- Rahmiati, S., Putri, B., & Noviyana, R. (2023). The impact of integrating spirituality and religious education in midwifery curriculum. *International Journal of Nursing and Midwifery Science*, 7(2), 38–44. <https://doi.org/10.35816/ijnms.v7i2.820>
- Thoha, M. (2018). Implementasi nilai-nilai Islam dalam profesi kesehatan di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Islam*, 7(2), 89–98.
- Utomo, B., Hasmi, E., Nurlina, N., & Rahman, P. (2021). Religiosity and maternal health services utilization in Indonesia. *Journal of Maternal and Child Health*, 6(4), 470–479. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2021.06.04.10>
- Wong, W. K. T., Cheung, D. Y. T., & Yau, S. Y. (2022). Religiosity, spirituality, and resilience: Examining the well-being of healthcare workers in crisis. *BMC Nursing*, 21, 111. <https://doi.org/10.1186/s12912-022-00889-x>
- World Health Organization. (2021). *Global health workforce statistics 2021*. WHO Press. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240034682>
- Yulianti, E., & Aditya, D. (2020). Factors affecting burnout among midwives in public hospitals in Indonesia. *BMC Nursing*, 19(1), 92. <https://doi.org/10.1186/s12912-020-00484-8>