

# Peranan *Psychological Well-Being* Dan Religiusitas Perempuan Primigravida Dalam Tradisi Pengasingan *Nuhune*

Foty Isabela Otemusu<sup>1\*</sup>, Susana Prapunoto<sup>1</sup>, Agustinus Ignatius Kristijanto<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia

## ARTICLE INFO

### Article history:

Received 26 May 2020

Accepted 22 June 2020

Available online 30 June 2020

### Kata Kunci:

Nuhune; Primigravida;  
Psychological Well-Being;  
Religiusitas

### Keywords:

Nuhune; Primigravida;  
Psychological Well-Being;  
Religiosity

## ABSTRAK

Nuhune adalah tradisi pengasingan bagi perempuan yang memasuki usia kehamilan sembilan bulan di suku Nuaulu, Pulau Seram, Maluku Tengah. Bagi perempuan primigravida, Nuhune merupakan pengalaman pertama dan menimbulkan reaksi psikologis yang berbeda dengan perempuan di daerah lainnya. Tujuan dari penelitian adalah untuk menguji peranan *Psychological Well-Being* dan Religiusitas primigravida agar ditemukan model pendekatan psikologis yang tepat dalam pelestarian tradisi ini. Penelitian kuantitatif analisis sidik ragam dua arah faktorial dilakukan terhadap 15 orang perempuan primigravida Nuaulu di Bunara, Pulau Seram. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi *Psychological Well-Being* dan Religiusitas dengan  $r = -0,590$  serta rata-rata interaksi berkisar antara 427 sampai 1.082. Terdapat hubungan negatif yang kuat serta interaksi antara *Psychological Well-Being* dan Religiusitas pada primigravida di Bunara. Primigravida di Bunara tetap memiliki religiusitas yang baik dalam segala kondisi. Saran yang dapat diajukan dari hasil penelitian ini adalah pembentukan model resiliensi dengan pendekatan psikologi kearifan lokal yang sesuai dengan kondisi subyek kajian dan kontribusi keilmuan. Saran praktis bagi subyek kajian dan pemerintah daerah diberikan untuk menjaga kualitas Sumber Daya Manusia dan pelestarian budaya.

## ABSTRACT

Nuhune is a tradition of exile for women entering nine months of pregnancy in the Nuaulu tribe, Seram Island, Central Maluku. Nuhune is the first experience for primigravida women and causes psychological reactions that are different from women in other areas. The purpose of the research is to examine the role of *Psychological Well-Being* and Religiosity in order among primigravida to find the right psychological approach model in preserving this tradition. A quantitative study of factorial two-way variance analysis was conducted on 15 Nuaulu primigravida women in Bunara, Seram Island. The sampling technique is *purposive sampling*. The results of the data indicate that there is a correlation between *Psychological Well-Being* and Religiosity with  $r = -0,590$ , and the average interaction ranged from 427 to 1.082. There is a robust negative correlation and interaction between *Psychological Well-Being* and Religiosity. Primigravida in Bunara still has good religiosity in all conditions. Suggestions from this study are the establishment of a resilience model with an indigenous psychology approach that is appropriate to the conditions of the study subjects and scientific contributions. Practical advice for subjects and local government is given to maintain the quality of Human Resources and cultural preservation.

Copyright © Universitas Pendidikan Ganessa. All rights reserved.

\* Corresponding author.

E-mail addresses: [otyotemusu@gmail.com](mailto:otyotemusu@gmail.com)

## 1. Pendahuluan

*Nuhune* merupakan tradisi pengasingan perempuan hamil yang dilakukan oleh masyarakat suku Nuaulu, Pulau Seram – Maluku Tengah, sebagai implementasi dari ajaran agama suku yang berlaku. Ajaran agama suku tersebut adalah hasil dari budaya lokal yang dikembangkan oleh masyarakat Nuaulu dan telah diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Oleh sebab itu, tradisi kehidupan yang dipraktekkan dianggap oleh masyarakat Nuaulu sebagai bentuk ketaatan terhadap ajaran agama suku dan kebudayaan lokal. Setiap anggota masyarakat yang tidak taat akan dikenakan sanksi dan bahkan dikeluarkan dari komunitas suku Nuaulu (Nina, 2012). Perempuan dalam kehidupan sosial masyarakat suku Nuaulu memiliki kedudukan yang lebih rendah dibanding laki-laki. Hal ini disebabkan perempuan dianggap “kotor” karena darah yang keluar pada saat menstruasi dan proses persalinan. Meskipun perempuan Nuaulu telah memasuki masa *menopause*, kedudukannya tidak akan berubah karena dianggap sudah pernah “kotor”. Masyarakat suku Nuaulu meyakini bahwa darah dari perempuan saat menstruasi dan bersalin akan mendatangkan bahaya gaib. Itulah sebabnya suku Nuaulu melaksanakan beberapa ritual khusus bagi perempuan demi keselamatan perempuan, bayi, keluarga dan masyarakat suku.

*Nuhune* dilakukan pada saat perempuan suku Nuaulu memasuki usia kehamilan sembilan bulan dan berakhir setelah kurang lebih 40 hari setelah proses persalinan (Wattimury et al., 2019). Ritual adat *Nuhune* diawali dengan pemeriksaan usia kandungan oleh dukun beranak yang dikenal dalam bahasa Nuaulu dengan sebutan *Pina Piane* (Wattimury et al., 2019). Jika usia kandungan telah dipastikan memasuki bulan kesembilan, kaum perempuan yang berasal dari keluarga ibu hamil dan keluarga suaminya akan berkumpul untuk mulai mempersiapkan perlengkapan yang dibutuhkan dalam ritual dan bermusyawarah tentang waktu pelaksanaan ritual. Perempuan akan ditempatkan di rumah sederhana berukuran 3x4 meter yang terbuat dari daun sagu dan disebut *Posune*. Rumah *Posune* biasanya terletak di dekat pinggir hutan. Selama masa ritual *Nuhune* berlangsung, perempuan akan terpisah dengan keluarga dan bahkan suaminya serta wajib mematuhi beberapa aturan yang telah ditetapkan oleh generasi pendahulu suku (Nina, 2012).

Perempuan Nuaulu yang sedang berada di dalam *Posune* juga hanya diperbolehkan dikunjungi dan berinteraksi dengan sesama perempuan yang mengunjunginya (Prapunoto, et al., 2019). Kaum perempuan di luar *Posune* yang akan membantu menyediakan berbagai kebutuhan bagi perempuan. Perempuan suku Nuaulu dan bayi yang dilahirkannya baru akan bertemu dengan suami dan anggota keluarga laki-laki setelah perempuan dan bayi diizinkan keluar dari *Posune*. Setelah *Nuhune* dijalankan. Perempuan dan bayinya dapat kembali tinggal bersama di rumah kediaman anggota keluarganya.

Pelaksanaan *Nuhune* mengharuskan perempuan yang sedang hamil terpisah dengan keluarga dan tinggal sementara di tempat yang kurang nyaman serta mengonsumsi makanan yang tidak memenuhi persyaratan kesehatan yang baik. Tradisi pengasingan tersebut akan menimbulkan reaksi psikologis tertentu bagi perempuan suku Nuaulu, terutama bagi perempuan primigravida yang memiliki pengalaman pertama kali hamil. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Prapunoto menemukan bahwa perempuan yang menjalankan tradisi *Nuhune* ini menunjukkan gejala stres, seperti wajah yang pucat, kurang nafsu makan, sering kelelahan, sering termenung, kesedihan yang mendalam dan bermimpi buruk di malam hari (Prapunoto, et al., 2019).

Umumnya, perubahan hormonal yang dialami perempuan pada masa kehamilan menyebabkan kemerosotan dari sisi emosional atau “baby blues” selain gangguan emosional yang dapat terjadi pasca melahirkan. Perempuan sejak proses kehamilan mengalami ketakutan akan hal-hal yang tidak diketahui, stres, perasaan tidak menentu dan masalah terkait perubahan fisik dan hormonal yang dapat menyebabkan kecemasan (Deklava et al., 2015). Kecemasan pada perempuan yang sedang hamil berpengaruh pada peningkatan kondisi mual dan muntah, terhambatnya pertumbuhan janin, kelahiran premature, berat lahir rendah pada bayi, terganggunya hubungan ibu dan bayi serta terhambatnya perkembangan kognitif dan sosial anak (Deklava et al., 2015). Selain itu, kecemasan juga dapat menurunkan kesejahteraan psikologis ibu (Prapunoto, et al., 2019).

Kecemasan dan ketakutan yang dialami oleh perempuan selama masa kehamilan mengakibatkan perempuan akan berusaha untuk mengeksplorasi semua pilihan spiritual dan tradisional agar dapat melahirkan dengan selamat (Aziato et al., 2016). Pilihan spiritual dan tradisional yang tersedia bagi perempuan suku Nuaulu adalah menjalankan *Nuhune*. Berdasarkan keyakinan agama dan budaya suku Nuaulu, *Nuhune* adalah cara yang wajib dipraktikkan oleh perempuan agar dirinya dapat melahirkan bayinya dengan selamat, menghindarkan pula bahaya dari keluarga dan masyarakat suku Nuaulu. Orang-orang yang melanggar aturan diyakini akan tertimpa malapetaka seumur hidup (Utami, 2015). Oleh karena itu, sebagai rasa tunduk kepada peraturan adat dan agama serta untuk menghindari malapetaka, perempuan tetap menjalankan *Nuhune* (Prapunoto, et al., 2019).

Pengalaman dramatis selama masa kehamilan dan proses persalinan merupakan pengalaman yang pertama bagi primigravida. Demikian juga kaum perempuan primigravida suku Nuaulu pasti mengalami situasi perubahan drastis, baik secara fisik maupun psikologis. Umumnya, perempuan asli suku Nuaulu (bukan orang luar yang menikah dengan pria suku Nuaulu) sudah pernah ditempatkan di *Posune* pada saat mengalami menstruasi (Tanahitumesseng; Yonna Euinike, 2017). Pengasingan bagi perempuan yang menstruasi adalah salah satu bagian ritual adat bagi perempuan suku Nuaulu yang berbeda dari *Nuhune*. Namun, tentu saja masa kehamilan dan proses melahirkan yang pertama kali bagi perempuan suku Nuaulu adalah proses yang berbeda dengan masa menstruasi.

Penelitian terhadap perempuan dalam pengasingan berdasarkan keyakinan agama suku Nuaulu menemukan bahwa *psychological well-being* memengaruhi tingkat religiusitas (Prapunoto, et al., 2019). Perempuan dengan *psychological well-being* tinggi menunjukkan tingkat religiusitas yang tinggi. Sedangkan, perempuan dengan *psychological well-being* rendah menunjukkan tingkat religiusitas yang rendah. Perempuan multigravida ditemukan memiliki religiusitas yang tinggi dan tidak menunjukkan gejala kecemasan berlebih. Sebaliknya, perempuan primigravida memiliki religiusitas yang rendah dan nampak lebih cemas. Dengan kata lain, *psychological well-being* dan religiusitas pada perempuan suku Nuaulu turut memengaruhi kecemasan dalam menjalankan tradisi pengasingan. Namun, penelitian lainnya menemukan hal berbeda tentang hubungan *psychological well-being* dan religiusitas 13 perempuan di Ghana pasca melahirkan, yakni penghayatan religiusitas selama kehamilan yang justru memengaruhi perilaku kesehatan dan kondisi psikologis, termasuk *psychological well-being* (Aziato et al., 2016)

Penelitian terhadap perempuan suku Nuaulu yang menjalankan ritual *Nuhune* dari sudut pandang psikologis masih belum banyak dilakukan. Penelitian yang pertama dalam bidang ilmu psikologi baru telah yang dilaksanakan dengan judul "Pengaruh *Psychological Well-being* dan Kebermaknaan Hidup Terhadap Tingkat Religiusitas Perempuan Dalam Rumah Pengasingan "Nuhune" Suku Nuaulu – Maluku Tengah (Wattimury, et.al 2019). Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan kondisi psikologis yang berbeda antara primigravida dan multigravida. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya ini tidak saja untuk mengetahui korelasi antar peubah *psychological well-being* dan religiusitas, tetapi juga sekaligus untuk mengetahui bagaimana kedua peubah tersebut saling berinteraksi dalam memengaruhi perempuan suku Nuaulu, secara khusus primigravida, yang merasakan kecemasan dalam masa kehamilan. Tujuan dari penelitian ini dapat digunakan untuk menentukan model psikologis dari perempuan primigravida yang sesuai dengan kearifan lokal masyarakat suku Nuaulu.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subyek kajian berjumlah 15 orang perempuan suku Nuaulu di Bunara, Pulau Seram, Maluku Tengah. Penentuan subyek kajian dilakukan berdasarkan teknik *purposive sampling*, yakni subyek yang memenuhi kriteria tertentu (Sugiyono, 2017). Subyek dalam penelitian ini merupakan perempuan suku Nuaulu yang tinggal di Dusun Bunara dan tergolong sebagai primigravida. Berdasarkan data BPS Maluku Tengah tahun 2017 tercatat di daerah Sepa (tempat dusun Bunara terletak) terdapat 28 pasangan menikah sesuai sistem Kantor Urusan Agama (Prapunoto, at.al 2019). Sedangkan, data mengenai jumlah primigravida masih belum dapat diakses melalui *website* Dinas Kesehatan

Maluku Tengah. Subyek berjumlah 15 orang primigravida didapatkan peneliti di lokasi penelitian. Jumlah tersebut cukup mewakili perempuan primigravida yang jumlahnya tidak lebih dari 20 karena mengingat kriteria subyek yang ditetapkan dan jumlah penduduk yang kecil di Dusun Bunara.

Data dikumpulkan dengan pengisian skala *Psychological Well-Being* dan skala Religiusitas yang telah dimodifikasi sesuai dengan konteks kearifan suku Nuaulu dan diuji coba oleh Wattimury (2018). Skala *Psychological Well-Being* berdasarkan multidimensional *Psychological Well-Being* oleh Carol D. Ryff yaitu otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup dan penerimaan diri yang terdiri dari 31 aitem dengan reliabilitas 0.752. Skala Religiusitas berdasarkan dimensi religiusitas oleh Glock dan Stark yaitu pengetahuan religius, praktik religius, perasaan religius, keyakinan religius dan pengaruh religius yang terdiri dari 25 item dengan reliabilitas 0.832.

Data yang terkumpul diuji menggunakan korelasi *Pearson*. Kemudian untuk menentukan interaksi yang terjadi antara *Psychological Well-Being* dan Religiusitas perempuan primigravida di Bunara digunakan Rancangan Perlakuan Faktorial dengan metode Sidik Ragam analisis Dua Arah dan ulangan 15 (sesuai jumlah subyek). Perbandingan antar purata perlakuan dengan uji BNJ 5% (Beda Nyata Jujur).

### 3. Hasil dan pembahasan

#### 3.1 Uji Korelasi Pearson

**Tabel 1.** Uji Korelasi Pearson

		Religiusitas
Psychological Well-Being	Pearson Correlation	-0.590
	Sig. (2-tailed)	.021
	N	15

*Psychological well-being* dan religiusitas pada perempuan primigravida di Bunara memiliki korelasi  $r = -0.590$ . Artinya semakin sejahtera, religiusitas perempuan primigravida di Bunara semakin menurun. Sebaliknya, semakin kurang sejahtera, perempuan primigravida di Bunara menjadi semakin religius.

#### 3.2 Analisis Sidik Ragam Dua Arah Faktorial

**Tabel 2.**

Purata Interaksi *Psychological well-being* (Pw) dan Religiusitas (R) Perempuan Primigravida di Bunara

	Pw <sub>TS</sub> R <sub>SS</sub>	Pw <sub>SS</sub> R <sub>TS</sub>	Pw <sub>S</sub> R <sub>S</sub>	Pw <sub>STS</sub> R <sub>S</sub>	Pw <sub>S</sub> R <sub>TS</sub>	Pw <sub>TS</sub> R <sub>S</sub>	Pw <sub>SS</sub> R <sub>S</sub>
Rataan	427	443	612	804	926	1066	1082
W =	(a)	(a)	(ab)	(ab)	(bc)	(c)	(c)
377,71							

Keterangan:

W = BNJ (Beda Nyata Jujur) 5%.

Pw<sub>SS</sub> = sangat sejahtera; Pw<sub>S</sub> = sejahtera; Pw<sub>TS</sub> = kurang sejahtera; Pw<sub>STS</sub> = tidak sejahtera.

R<sub>SS</sub> = religiusitas sangat baik; R<sub>S</sub> = religiusitas baik; R<sub>TS</sub> = religiusitas kurang baik; R<sub>STS</sub> = religiusitas tidak baik.

Angka-angka yang diikuti oleh huruf yang sama menunjukkan antar kombinasi perlakuan tidak berbeda nyata, sedangkan yang diikuti oleh huruf yang tidak sama menunjukkan antar perlakuan berbeda nyata.

Data pada Tabel 2 menunjukkan bahwa interaksi yang signifikan terjadi pada Pw<sub>TS</sub>R<sub>S</sub> dan Pw<sub>SS</sub>R<sub>S</sub>. Pw<sub>TS</sub>R<sub>S</sub> artinya pada saat perempuan merasa kurang sejahtera secara psikologis, perempuan memiliki religiusitas yang baik. Sedangkan, Pw<sub>SS</sub>R<sub>S</sub> artinya pada saat perempuan merasa sangat sejahtera secara psikologis, perempuan memiliki religiusitas yang baik.

Berdasarkan hasil perhitungan data, maka nampak bahwa *Psychological well-being* dan religiusitas memiliki korelasi dan interaksi dalam kehidupan perempuan primigravida suku Nuaulu di Bunara. Perempuan primigravida di Bunara yang merasa sangat sejahtera secara psikologis memiliki religiusitas yang baik. Sebaliknya, perempuan primigravida di Bunara yang merasa kurang sejahtera secara psikologis juga tetap menunjukkan religiusitas yang baik. Adapun religiusitas oleh Glock dan Stark (Reitsma et al., 2006) diartikan sebagai sistem simbol, keyakinan, nilai dan perilaku yang terlembagakan dan terpusat pada persoalan-persoalan penghayatan dan pemaknaan. Hasil kajian lainnya menyatakan bahwa religiusitas merupakan perasaan spiritual yang memengaruhi tingkah laku sosial dan kehidupan sehari-hari individu (Kibuuka, 2011). Sehingga religiusitas dapat disimpulkan sebagai pengetahuan dan perasaan individu terhadap nilai-nilai kepercayaan agama dan budaya yang diwujudkan dalam tingkah laku hidup sehari-hari. Hal ini juga dikuatkan oleh Aziato yang menyatakan bahwa religiusitas merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang (Aziato et al., 2016).

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan keadaan individu yang mampu menerima diri apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti hidup, serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontiniu (Ryff, 1989). Pengertian tersebut juga merujuk pada indikator *psychological well-being* yang dikenal dengan istilah multidimensional *psychological well-being*. *Psychological well-being* tidak mengindikasikan kehidupan individu yang terlepas dari hal-hal tidak menyenangkan dan dipenuhi dengan kebahagiaan. Tetapi, *psychological well-being* merujuk pada apa yang dirasakan individu terhadap aktivitas yang dilakukan dan hasil dari pengalaman hidupnya.

Pada konteks kehidupan perempuan primigravida suku Nuaulu, masa kehamilan pertama menjadi pengalaman hidup yang berbeda dengan pengalaman ibu hamil lainnya. Umumnya, perempuan dalam masa kehamilan dan persalinan mengalami kecemasan sebagai akibat dari perubahan secara dramatis pada fisik dan psikis. Penelitian-penelitian juga menemukan bahwa primigravida biasanya lebih cemas dibanding multigravida. Selain mengalami kecemasan dalam masa kehamilan, perempuan primigravida suku Nuaulu juga harus menjalani masa tersebut dengan terpisah dari suami dan keluarganya. Hal ini tentu berdampak cukup signifikan pada perkembangan psikologi perempuan maupun bayi yang dikandungnya (Aini et al., 2018).

### 3.3 Kecemasan Perempuan Dalam Masa Kehamilan

Kecemasan adalah salah satu emosi dalam diri manusia yang memengaruhi fungsi fisiologis dan psikologis serta tetap ada dalam diri manusia sepanjang hidup (Sulima et al., 2014). Beberapa penelitian meyakini bahwa proses kehamilan dapat mengganggu *psychological well-being* dan kesehatan mental, penyebab dasar stres, kecemasan dan depresi selama dan setelah kehamilan, kelainan emosional pada anak serta meningkatkan risiko masalah perilaku pada anak usia dini (Fahami et al., 2018). Masa kehamilan dan transisi perempuan menjadi seorang ibu adalah suatu masa perubahan fisiologis, psikologis dan sosial yang berlangsung secara cepat serta berpotensi menjadi tantangan dan ketegangan bagi perempuan (McNamara et al., 2019). Perubahan hormon selama masa kehamilan mengakibatkan perempuan mengalami penurunan tekanan darah, buruknya suasana hati, masalah pigmentasi, kekurangan gairah dan tenaga. Perubahan hormon secara dramatis pada perempuan hamil juga dapat mengakibatkan terjadinya *baby blues* yang dapat berlangsung dalam satu hingga dua minggu dan terjadinya depresi *postpartum* (Prapunoto, et al., 2019). Selama hamil, perempuan juga dapat mengalami depresi yang disebabkan oleh beberapa faktor, seperti riwayat depresi pada kehamilan sebelumnya, gangguan kejiwaan yang terjadi sebelum hamil, masalah dalam perkawinan, kehamilan yang tidak direncanakan, rendahnya status ekonomi, kurangnya dukungan sosial, kehamilan pada usia dini, kematian bayi saat bersalin dan kekerasan dalam rumah tangga serta penyakit kronis (Orbay et al., 2017). Penyebab lainnya dari kecemasan selama kehamilan juga dapat disebabkan oleh diagnosa kelahiran *premature* (Sulima et al., 2014).

Perempuan mengalami kecemasan tidak saja selama masa kehamilan, tapi juga di saat persalinan. Alasan perempuan cemas saat melahirkan adalah nyeri persalinan. Rasa nyeri dialami perempuan di awal proses persalinan dan seiring berjalannya waktu rasa nyeri menjadi lebih sering serta periode istirahat dan kontraksi menjadi lebih pendek (Gokyildiz Surucu et al., 2018). Rasa nyeri persalinan yang melebihi toleransi perempuan akan berakibat buruk pada fisiologis dan psikologis dari ibu dan bayinya. Kajian lainnya mengemukakan bahwa nyeri persalinan yang parah akan menyebabkan gangguan psikologis jangka panjang, terganggunya kesehatan mental ibu dan relasi yang negatif antara ibu dan bayinya (Hanjani et al., 2015). Selanjutnya kajian lainnya juga mengungkapkan bahwa ketakutan yang terkait dengan persalinan adalah takut akan nyeri persalinan, kehilangan kendali atas fisik saat melahirkan, kesejahteraan psikologis bayi dan potensi komplikasi yang berdampak pada ibu dan janin yang belum lahir (El-Malky et al., 2018). Ibu memiliki perasaan tertekan, putus asa, tidak berdaya dan takut akan kurangnya bantuan jika (El-Malky et al., 2018). Oleh karena itu, beberapa terapi dapat dilakukan untuk mengurangi ketakutan dan kecemasan serta meningkatkan *psychological well-being* perempuan melahirkan, seperti *foot reflexology* (Hanjani et al., 2015), terapi musik (Gokyildiz Surucu et al., 2018) dan *antenatal nursing-intervention* atau kelas persiapan persalinan (El-Malky et al., 2018)

Kecemasan yang dialami ibu pada masa kehamilan sampai pasca melahirkan dapat memengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya. Kesejahteraan psikologis individu ditandai dengan dimensi kemampuan untuk menerima diri, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup dan mampu untuk mengembangkan diri (Ryff, 1989). Orang yang memiliki *psychological well-being* yang baik akan menunjukkan dimensi-dimensi tersebut dalam kehidupannya. Penelitian terhadap *psychological well-being* pada subyek perempuan hamil menjadi fokus penelitian karena gangguan terhadap psikis perempuan diketahui akan memberi dampak buruk pada proses kehamilan, persalinan dan perkembangan anak serta kesejahteraan psikologis ibu (Azeez Fagbenro et al., 2018). Perempuan mengalami gangguan kesejahteraan psikologis secara bertahap sesuai trimester kehamilannya. Tahapan trimester pertama ditandai dengan kondisi mual dan muntah yang berhubungan dengan rasa sakit, mudah tersinggung, kelelahan dan murung serta takut akan keguguran. Trimester kedua dapat dikatakan sebagai masa yang cukup aman bagi perempuan karena gejala sakit fisik yang mulai berkurang. Sedangkan, trimester ketiga menjadi saat dimana ketidaknyamanan fisik mendominasi lagi. Pada saat itulah perempuan mengalami gangguan yang memengaruhi kesejahteraan psikologisnya (Azeez Fagbenro et al., 2018). Kondisi-kondisi tersebut yang harus diperhatikan dan ditangani dengan tepat agar tidak memperburuk keadaan fisik dan psikis ibu serta perkembangan bayi.

Pada umumnya, penelitian-penelitian menemukan bahwa perempuan primigravida atau yang baru pertama kali hamil memiliki tingkat kecemasan yang lebih dibanding perempuan multigravida atau yang memiliki riwayat hamil kedua kali atau lebih. Kecemasan dialami primigravida karena belum memiliki pengalaman sebelumnya. Perempuan primigravida takut jika tidak bisa melahirkan secara normal, terjadi masalah pada diri atau bayinya dan takut akan mengalami pendarahan (Alza & Ismarwati, 2018). Kecemasan primigravida juga dipengaruhi kurangnya latihan fisik selama masa kehamilan (Aryani, 2019). Latihan fisik yang baik akan menyebabkan perempuan merasa lebih nyaman menjalani masa kehamilan dan membantu kesiapan fisik perempuan untuk melahirkan dengan baik. Hal lain yang berpengaruh terhadap kecemasan primigravida adalah kepercayaan terhadap cerita pengalaman orang yang sudah pernah hamil atau melahirkan dan kepercayaan terhadap mitos atau ajaran tertentu (Shodiqoh & Syahrul, 2014). Selain itu, primigravida juga cemas karena belum memiliki pengalaman sebelumnya dan tidak mengetahui berbagai cara untuk mengatasi kehamilan sampai pada proses persalinan dengan lancar dan mudah. Sehingga hanya informasi bersifat positif dan dapat dipercayai yang akan dapat mengurangi kecemasan primigravida. Pengalaman pertama kali hamil pada perempuan akan menentukan sikap, tingkah laku, pikiran dan perasaan pada periode kehamilan berikutnya (Prapunoto, et al., 2019). Pengalaman pertama dari primigravida memberi pelajaran tentang apa yang perlu dilakukan untuk menjalani masa kehamilan berikutnya dengan lebih baik.

### 3.4 Penghayatan Religiusitas dan Psychological Well-Being Perempuan Nuaulu dalam Tradisi Nuhune

Pengalaman selama masa kehamilan memberikan dampak yang berbeda-beda terhadap perempuan dikarenakan oleh kondisi biologis, psikologis dan budaya di lingkungan hidup ibu hamil (Azeez Fagbenro et al., 2018). Budaya patriarki yang masih dominan dalam kehidupan masyarakat Indonesia dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kondisi perempuan hamil. Praktek kehidupan dengan budaya patriarki seringkali menempatkan kaum perempuan sebagai golongan kedua dalam kelompok masyarakatnya. Salah satu kelompok masyarakat yang masih menerapkan budaya patriarki di Indonesia adalah suku Nuaulu yang berdiam di Pulau Seram, Maluku Tengah. Perempuan dan laki-laki Nuaulu memiliki kedudukan, tugas dan tanggung jawab berbeda (Tanahitumesseng, et al., 2017). Kedudukan perempuan Nuaulu lebih rendah daripada laki-laki karena sewaktu-waktu perempuan dapat menjadi "kotor" sebab darah yang keluar pada saat menstruasi dan melahirkan (Prapunoto, et al., 2019). Oleh karena itu, masyarakat Nuaulu mengadakan ritual-ritual khusus untuk mengasingkan perempuan yang sedang "kotor" agar masyarakat terhindar dari malapetaka (Nina, 2012). Salah satu ritual yang dikhususkan bagi wanita hamil dan melahirkan di kehidupan suku Nuaulu adalah *Nuhune*. Perempuan yang memasuki bulan kesembilan kehamilannya akan diasingkan dalam sebuah gubuk yang disebut *posune* di pinggir hutan. Pengasingan berlangsung sejak usia kehamilan perempuan memasuki bulan kesembilan sampai setelah masa nifas berakhir (40 hari setelah persalinan). Saat waktu bersalin tiba, perempuan akan ditolong oleh dukun beranak yang dipercayai memiliki karisma, pemahaman kosmologi, keterampilan medis secara tradisional dan kemampuan spiritual (Setyowati, 2016).

Prapunoto dalam penelitiannya terhadap perempuan Nuaulu yang menjalankan *Nuhune* menunjukkan terdapat perbedaan pengaruh *Psychological Well-Being* dan Religiusitas antara perempuan primigravida dan multigravida. *Psychological well-being* memiliki pengaruh pada tingkat religiusitas perempuan (Prapunoto, et al., 2019). Menurut Ryff dalam (Moe, 2012) *psychological well-being* dipengaruhi oleh usia. Orang dengan usia dewasa memiliki *psychological well-being* lebih tinggi, khususnya di bagian dimensi penguasaan lingkungan. Selain itu, religiusitas juga ditemukan berhubungan dengan usia sehingga semakin dewasa, individu semakin religius (Zimmer et al., 2016). Sejalan dengan pernyataan tersebut (Prapunoto, et al., 2019) menemukan bahwa perempuan multigravida memiliki *psychological well-being* lebih tinggi dibanding perempuan primigravida. Perempuan multigravida memiliki usia yang lebih dewasa daripada perempuan primigravida. Perempuan multigravida di suku Nuaulu dengan usia yang lebih dewasa telah menguasai lingkungan rumah pengasingan lebih baik dibanding perempuan primigravida. Penguasaan lingkungan rumah pengasingan yang lebih baik membuat perempuan semakin yakin bahwa *Nuhune* memberi dampak yang baik bagi banyak pihak dan karena ritual ini pasti bisa dilewati, maka perempuan yakin untuk melakukan ritual *Nuhune* di kehamilan berikutnya. Secara fisik, perempuan Nuaulu dengan *psychological well-being* dan tingkat religiusitas yang baik tidak menunjukkan gejala cemas, yakni tidak pucat, memiliki kualitas tidur dan nafsu makan yang lebih baik.

### 3.5 Interaksi Psikologis antara Psychological Well-Being dan Religiusitas Pada Perempuan Primigravida di Bunara

Religiusitas merupakan penghayatan manusia terhadap keyakinan, simbol dan perilaku berdasarkan makna yang dihayati oleh manusia. Religiusitas juga memiliki lima dimensi yang dapat dijadikan indikator, yakni pengetahuan, praktek, perasaan, keyakinan dan efek religiusitas (Wattimury et al., 2019). Pengetahuan tentang prinsip agama dan perasaan yakin pada Sang Ilahi yang memengaruhi perempuan untuk mempraktekkan ajaran agamanya supaya mendapatkan perlindungan selama kehamilan (Aziato et al., 2016). Sebagai penganut agama, perempuan yang sedang hamil akan secara intensif berharap pada Yang Maha Kuasa supaya tetap dilindungi sampai proses melahirkan.

Pada interaksi perempuan primigravida di Bunara terlihat bahwa religiusitas perempuan tetap baik saat sangat sejahtera maupun kurang sejahtera. Artinya, perempuan

primigravida di Bunara adalah pribadi yang religius dalam segala kondisi. Penemuan hasil penelitian ini semakin membuka wawasan bahwa primigravida dari suku Nuaulu khususnya yang bertempat tinggal di Bunara juga menunjukkan *psychological well-being* dan religiusitas yang baik. Hal itu mungkin disebabkan oleh letak geografis dusun Bunara yang terletak di antara dusun-dusun lain yang beda agama dengan masyarakat Nuaulu. Masyarakat suku Nuaulu di Bunara menganggap bahwa jika masyarakat suku tidak sungguh-sungguh meyakini dan mengamalkan ajaran agama suku, maka kehidupan masyarakat Nuaulu akan diintervensi oleh agama dari masyarakat di luar dusun Bunara. Sehingga baik perempuan multigravida maupun perempuan primigravida di Bunara tetap menjalankan *Nuhune* sebagai upaya untuk melestarikan kebudayaan dan keagamaan agar tidak tergerus pengaruh ajaran agama lainnya. Upaya pelestarian tradisi tersebut juga sekaligus menjadikan perempuan primigravida di Bunara semakin percaya dan bergantung pada *Upu Kuanahatana*. Dengan demikian perempuan tidak memfokuskan diri pada kecemasan yang dirasakan, tetapi lebih fokus terhadap penghayatan dan usaha untuk mengamalkan nilai agama suku Nuaulu.

Primigravida di Bunara menjalankan *Nuhune* sebagai bukti ketaatan terhadap *Upu Kuanahatana* (Wattimury et al., 2019). Ajaran tersebut telah ditanamkan sejak usia dini oleh orang-orang yang lebih tua dalam suku Nuaulu. Pengajaran agama suku juga terbukti sangat berpengaruh terhadap penghayatan dan tingkah laku setiap perempuan dalam suku Nuaulu. Meskipun baru pertama kali menjalankan *Nuhune*, perempuan primigravida berpegang teguh kepada keyakinan bahwa *Upu Kuanahatana* pasti menolong dirinya dan bayi yang dikandungnya serta keluarga yang tidak bersama mereka di dalam *Posune*. Hal tersebut sejalan dengan pendapat bahwa demi keselamatan sampai saat persalinan, ibu hamil akan mempraktekkan ajaran agama yang diyakininya. Jika perempuan primigravida bukanlah penduduk asli suku Nuaulu (perempuan yang menikah dengan pria dari suku Nuaulu) dan baru memeluk keyakinan agama suku Nuaulu, maka keluarga sang suami dan kelompok perempuan suku Nuaulu akan mengajarkannya tentang tradisi *Nuhune*. Pembekalan terhadap perempuan primigravida dari luar suku Nuaulu tersebut dilakukan terus-menerus agar perempuan siap melaksanakan tradisi suku Nuaulu. Perempuan suku Nuaulu juga meyakini bahwa pelaksanaan *Nuhune* akan membebaskan keluarganya dari sanksi dan denda adat yang ditetapkan dalam suku Nuaulu. Jaminan akan keselamatan diri perempuan, bayi dan keluarga menjadi suatu kekuatan tersendiri yang mendorong perempuan untuk menyelesaikan proses ritual *Nuhune*.

Pandangan yang difokuskan kepada keselamatan dari *Upu Kuanahatana* selama melaksanakan *Nuhune* di *Posune* membuat perempuan teralihkan dari kecemasan dan lebih merasa sejahtera. Religiusitas menjadi salah satu faktor penting dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis perempuan primigravida di Bunara. Individu memilih menjadi religius untuk melindungi diri dari tekanan pada saat gangguan psikologis terjadi. Individu yang religius yakin bahwa Sang Ilahi selalu ada dan memberi kekuatan untuk melewati berbagai tantangan sehingga keadaan psikologis individu menjadi lebih stabil dan *self-esteem* menjadi lebih tinggi (Chime, 2015). Religiusitas dapat mengarahkan individu untuk berkomunikasi dengan Tuhan sehingga masalahnya tidak menjadi fokus utama yang mengurangi kesejahteraan psikologisnya. Individu yang merasa terasing juga menggunakan religiusitas untuk menjaga kesehatan mental agar keadaan dirinya tidak semakin memburuk (Appel et al., 2011).

Primigravida di Bunara juga menghayati hasil belajar dari pengalaman orang-orang yang sudah pernah melahirkan sebelumnya. Umumnya, informasi dari multigravida akan berguna untuk mengurangi kecemasan primigravida (Shodiqoh & Syahrul, 2014). Primigravida akan berusaha mengatasi kehamilan dan proses bersalin berdasarkan informasi yang telah didapatkan. Perempuan yang telah memiliki pengalaman menjalankan *Nuhune* sebelumnya akan menyarankan pada primigravida untuk berdoa kepada *Upu Kuanahatana* dengan sungguh-sungguh saat menjalankan *Nuhune*. Karena melalui pengalaman sebagai multigravida, kepatuhan dan harapan kepada *Upu Kuanahatana* telah menyelamatkan diri perempuan dan bayi yang dilahirkan serta anggota keluarga daripada malapetaka. Informasi tersebut dapat meyakinkan bahwa primigravida dapat berhasil menyelesaikan proses ritual *Nuhune* seperti perempuan lainnya. Oleh karena itu juga kelompok perempuan di suku Nuaulu memiliki peranan yang penting khususnya dalam hal berbagi pengalaman dalam menjalankan *Nuhune*.

Terlebih jika ada perempuan dari luar suku yang baru bergabung setelah menikah dengan pria suku Nuaulu, kelompok perempuan akan berusaha memberi informasi mengenai kehidupan sebagai perempuan suku Nuaulu dan mendampingi selama menjalani proses *Nuhune*.

#### 4. Simpulan dan saran

Proses kehamilan sampai melahirkan menimbulkan kebahagiaan sekaligus kecemasan bagi perempuan, terkhususnya bagi perempuan di Nuaulu yang harus menjalankan ritual pengasingan. Berdasarkan hasil penelitian, variabel *Psychological Well-Being* dan Religiusitas memiliki interaksi dalam kehidupan perempuan primigravida suku Nuaulu di Bunara. Perempuan primigravida di Bunara yang merasa sangat sejahtera secara psikologis memiliki religiusitas yang baik. Sebaliknya, perempuan primigravida di Bunara yang merasa kurang sejahtera secara psikologis juga tetap menunjukkan religiusitas yang baik. Dari perspektif kajian psikologi kearifan lokal, penelitian ini merupakan kajian yang dapat dikembangkan secara interdisipliner, maupun kajian longitudinal. Hasil penelitian ini disarankan agar menjadi bahan pertimbangan bagi Pemerintah Daerah Maluku Tengah untuk dapat lebih memerhatikan pelaksanaan dan pelestarian tradisi *Nuhune*. Perhatian secara holistik terhadap perempuan yang menjalankan *Nuhune* adalah bentuk tanggung jawab pemerintah dalam hal perlindungan kemanusiaan terhadap masyarakatnya. Di samping itu penelitian ini juga diharapkan dapat menyadarkan perempuan suku Nuaulu bahwa mereka adalah pribadi yang sangat tangguh dan religius. Ketangguhan dan ketaatan terhadap nilai agama yang mereka yakini telah memampukan perempuan suku Nuaulu untuk dapat menjalankan tradisi *Nuhune* dan melestarikannya. Bagi penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi terhadap perempuan primigravida suku Nuaulu disarankan untuk menemukan model resiliensi yang berbasiskan psikologi kearifan lokal. Model resiliensi tersebut diharapkan dapat bermanfaat dalam upaya mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada perempuan primigravida di Bunara dengan tetap melestarikan tradisi lokal suku Nuaulu.

#### Ucapan terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Kemenristek Dikti atas Hibah Pascasarjana Dikti Tahun 2019 dengan nomor kontrak: 200/SPK-PTM/PR V/5/2019.

#### Daftar Rujukan

- Aini, R. N., Tamtomo, D. G., & Hanim, D. (2018). Penelitian Anemia Pada Siklus 270 Hari Pertama Kehidupan Dan Usia Ibu Dengan Berat Bayi Lahir Rendah. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 10(1), 1-12. <https://doi.org/10.22435/mgmi.v10i1.589>
- Alza, N., & Ismarwati, I. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(1), 1-6. <https://doi.org/10.31101/jkk.205>
- Appel, H. B., Huang, B., Ai, A. L., & Lin, C. J. (2011). Physical, Behavioral, and Mental Health Issues in Asian American Women: Results from the National Latino Asian American Study. *Journal of Women's Health*, 20(11), 1703-1711. <https://doi.org/10.1089/jwh.2010.2726>
- Aryani, F. (2019). Factors Affecting The Primigravida Anxiety During The 3rd Trimester of Pregnancy Regarding The Upcoming Labor. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 6(1), 72. [https://doi.org/10.21927/jnki.2018.6\(1\).72-76](https://doi.org/10.21927/jnki.2018.6(1).72-76)
- Azeez Fagbenro, D., Benjamin, E. O., & Folasade, A. O. (2018). Influence of Stages of Pregnancy on the Psychological Well-Being of Pregnant Women in Ibadan, Nigeria. *International Journal of Caring Sciences*, 11(2), 719-724. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=rzh&AN=131851611&site=ehost-live>
- Aziato, L., Odai, P. N. A., & Omenyo, C. N. (2016). Religious beliefs and practices in pregnancy and labour: An inductive qualitative study among post-partum women in Ghana. *BMC Pregnancy and Childbirth*. 16 (1) 138-142. <https://doi.org/10.1186/s12884-016-0920-1>
- Chime, E. (2015). A study of religiosity and psychological well-being . *Thesis*. [National College of Ireland]. <https://doi.org/http://trap.ncirl.ie/1967/1/emiliachime.pdf>

- Deklava, L., Lubina, K., Circenis, K., Sudraba, V., & Millere, I. (2015). Causes of Anxiety during Pregnancy. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 205(9), 623-626. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.097>
- El-Malky, M., Samah, M., El-Homosal, Seif, E., Ashour, S., Shehata, Y., El-Homosal, E., Seif, S., Ashour, Y., & Shehada. (2018). *Effectiveness of Antenatal Nursing Intervention on Childbirth's Fears, Psychological-Wellbeing and Pregnancy Outcomes in Primipara's Women*. 4(2): 17-24. <http://www.aascit.org/journal/jns>
- Fahami, F., Amini-Abchuyeh, M., & Aghaei, A. (2018). The relationship between psychological wellbeing and body image in pregnant women. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(3), 167-177. [https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR\\_178\\_16](https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_178_16)
- Gokyildiz Surucu, S., Ozturk, M., Avcibay Vurgec, B., Alan, S., & Akbas, M. (2018). The effect of music on pain and anxiety of women during labour on first time pregnancy: A study from Turkey. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 30, 96-102. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2017.12.015>
- Hanjani, S. M., Tourzani, Z. M., & Shoghi, M. (2015). The Effect Of Foot Reflexology On Anxiety, Pain, And Outcomes Of The Labor In Primigravida Women. *Acta Medica Iranica*, 53(8), 507-511. <https://acta.tums.ac.ir/index.php/acta/article/view/4277>
- Kibuuka, H. S. (2011). *Religiosity and Attitudes on Intimacy: Implications for the HIV/AIDS Pandemic in Central Uganda* [Master's thesis, Duquesne University]. <https://doi.org/https://dsc.duq.edu/etd/743>
- McNamara, J., Townsend, M. L., & Herbert, J. S. (2019). A systemic review of maternal wellbeing and its relationship with maternal fetal attachment and early postpartum bonding. *PLOS ONE*, 14(7), 1-28. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220032>
- Moe, K. (2012). *Factors influencing women's psychological well-being within a positive functioning framework* [University of Kentucky]. [https://uknowledge.uky.edu/edp\\_etds/3/](https://uknowledge.uky.edu/edp_etds/3/)
- Nina, J. (2012). *Perempuan Nuaulu: Tradisionalisme dan Kultur Patriarki*. Jakarta: Pustaka Obor.
- Orbay, E., Tüzün, S., Çinkıt, B., Ölmez, M. B., Tekin, S., Purut, E., Bulut, S., & Sargin, M. (2017). Gestasyonel Diabetes Mellitusu Olan Gebelerde Antenatal Anksiyete. *Ankara Medical Journal*, 7(2), 111-115. <https://doi.org/10.17098/amj.323187>
- Prapunoto, Susana, Mernon Yerlinda Carlita Mage, Charla Wattimury (2019). *Perempuan dalam Kelindan Ritual Budaya – Perjuangan di Balik Makna*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Reitsma, J., Scheepers, P., & Grotenhuis, M. Te. (2006). Dimensions of individual religiosity and charity: Cross-national effect differences in European countries? *Review of Religious Research*, 47(4), 347-362. <https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.17098%2Famj.323187>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/https://www.semanticscholar.org/paper/Happiness-is-everything%2C-or-is-it-Explorations-on-Ryff/0b7cbc0e7b5946b39778784a2167019eebd53e52>
- Setyowati, S. E. (2016). Tengah, Pengasingan Wanita Melahirkan Suku Nuaulu Di Dusun Rohua Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku. *Jurnal Riset Kesehatan*, 5(1), 14-20. <https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jrk.v5i1.448>
- Shodiqoh, E. R., & Syahrul, F. (2014). Anxiety Level Differences Between The Face Of Labour And Multigravida Primigravida. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 2(1), 141. <https://doi.org/10.20473/jbe.V2I12014.141-150>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sulima, M., Makara-Studzińska, M., Lewicka, M., Wiktor, K., Stawarz, B., & Wiktor, H. (2014). Analysis of the severity of anxiety in a group of pregnant women hospitalized for threatened premature delivery. *Polish Annals of Medicine*, 21(2), 114-119. <https://doi.org/10.1016/j.poamed.2014.07.012>
- Tanahitumesseng; Yonna EuinikeRatnawati, M. C.; R. (2017). Makna Menstruasi Bagi Perempuan Suku Nuaulu-Dusun Rohua Kabupaten Maluku Tengah Provinsi Maluku. *Portal Jurnal Universitas Brawijaya*, 5(1), 1-15.

- <https://doi.org/https://ijws.ub.ac.id/index.php/ijws/article/view/110/103>
- Utami, R. W. (2015). Pengembangan Civic Culture Melalui Pendidikan Formal dan Budaya Lokal Masyarakat Suku Nuauulu *Tesis*. [Universitas Pendidikan Indonesia]. <https://doi.org/http://repository.upi.edu/id/eprint/18717>
- Wattimury, C., Prapunoto, S., & Kristijanto, A. I. (2019). The Influences Of Psychological Well Being And Meaning Of Life Toward Women's Level Of Religiosity On The Exile Ritual Traditions "Nuhune." *Proceedings of the International Conference of Science and Technology for the Internet of Things*. <https://doi.org/10.4108/eai.19-10-2018.2282154>
- Y. Sahetapy, L.J. Soulissa, C. Wattimury, M.Y.C. Mage, Dr. Susana Prapunoto, MA-Psy., Dr. Agus Ign. Kristijanto, M. S. (2019). *Perempuan dalam Kelindan Ritual Budaya – Perjuangan di Balik Makna*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Zimmer, Z., Jagger, C., Chiu, C.-T., Ofstedal, M. B., Rojo, F., & Saito, Y. (2016). Spirituality, religiosity, aging and health in global perspective: A review. *SSM - Population Health*, 2, 373–381. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2016.04.009>