BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa kehamilan adalah salah satu tugas perkembangan yang diinginkan dan diharapkan oleh sebagian besar wanita yang telah memasuki kehidupan pernikahan (Sari, dalam Ridwan, Zulfa& Siti, 2019). Kehamilan merupakan bentuk ekspresi diri dan identitas sebagai wanita (Kaplan & Sadock, dalam Rahmandani, Karyono & Dewi, 2010), dan juga sebagai bentuk feminimitas seorang wanita (Widyanti, 2007 dalam Ridwan, Zulfa & Siti, 2019).

Akan tetapi, proses untuk menjadi seorang ibu adalah peristiwa yang penuh tantangan dan tanggung jawab (Effendi & Tjahjono, dalam Sari, 2009). Kehamilan dan proses melahirkan mengharuskan seseorang mengalami adaptasi akan segala perubahan baik fisik maupun piskologis (Hasni, Karini & Andayani 2013). Selama kehamilan perempuan juga mengalami perubahan yang khas dalam segi fisik. Perubahan fisik meliputi payudara mengencang, sering buang air kecil, dan merasa lelah serta adanya kenaikan berat badan dan pembesaran pada bagian perut (Alexander dan Carlson dalam Sari & Siregar, 2012). Diketahui bahwa kenaikan berat badan yang ideal pada wanita selama kehamilan adalah 6,5 – 16,5 kg. Kenaikan berat badan di bawah ataupun di atas rentang tersebut

menimbulkan masalah pada kesehatan ibu dan janin (Sari, dalam Ridwan , 2019).

Sikap terhadap berat dan bentuk tubuh selama kehamilan berdampak penting terhadap kenaikan berat badan ibu selama kehamilan dan kesehatan mental setelah melahirkan (Rubin, dalam Sari, 2009). Sikap dan persepsi terhadap berat dan bentuk tubuh disebut juga sebagai *body image* (Cash dan Pruzinsky, dalam Warren & Rio, 2012). Perubahan fisik selama kehamilan berpengaruh terhadap perubahan *body image* perempuan (Newman & Newman, dalam Sari & Siregar, 2012).

Kekhawatiran wanita akan *body image* dapat ditemukan dari hasil penelitian Fox dan Yamaguchi (dalam Sari, 2009) terhadap 76 wanita yang sedang hamil 30 minggu mengenai perasaan terhadap penampilan dan bentuk tubuh mereka. Hasilnya 67% dari sampel yang sebelum hamil memiliki berat badan normal menyatakan adanya perubahan negatif terhadap *body image* mereka. Perubahan *body image* merupakan aspek kehamilan yang memerlukan waktu sebelum seorang wanita dapat beradaptasi (Farrer, dalam Rahmandani, Karyono & Dewi, 2010).

Periode pasca melahirkan *(post partum)* adalah masa dimana ibu telah melewati proses kelahiran bayi atau persalinan, dan ibu sedang menyesuaikan diri baik fisik maupun psikis dengan proses pengasuhan anak. Periode ini berlangsung kira-kira selama enam minggu atau hingga tubuh melakukan penyesuaian diri ke keadaan yang dimiliki sebelum kehamilan (Santrock, 2005 dalam Ridwan 2019). Perubahan fisik yang

terjadi pasca melahirkan juga berhubungan dengan bertambahnya ketidakpuasan terhadap tubuh pada wanita (menurut Matlin 2004 dalam Ridwan 2017). Ketidakpuasan terhadap tubuh pada wanita ini dikarenakan pengaruh kondisi fisik yang tampak dari luar pada diri seseorang pasca melahirkan.

Stein dan Fairbun (dalam Jordan,Cadevila, & Johnson, 2005) menjelaskan bahwa setelah melahirkan, tubuh jarang cepat kembali seperti bentuk tubuh sebelum melahirkan sehingga banyak wanita yang tidak siap dengan perubahan fisiknya.

Berdasarkan penelitian (Ridwan, Zulfa, & Siti, 2017), hasil kategorisasi *body image* dalam penelitian ini, terdapat 33% subjek wanita dewasa muda pasca melahirkan memiliki *body image* negatif dan sebanyak 67% subjek pada wanita dewasa muda pasca melahirkan memiliki *body image* positif.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti di Puskesmas Pasir Mulya Kota Bogor, dengan melakukan wawancara dengan bidan di lokasi penelitian. Terdapat 41 orang ibu pasca melahirkan periode bulan maret di wilayah binaan puskesmas pasir mulya. Dan saat dilakukan studi pendahuluan mendapatkan informasi dari bidan bahwa banyak pasien yaitu ibu pasca melahirkan yang mengeluhkan berat badan setelah melahirkan tidak menurun, bahkan ada yang semakin meningkat.

Perasaan tidak puas dengan tubuh mengindikasikan bahwa sebagian besar wanita memandang bentuk tubuh dan ukuran tubuhnya

sebagai perubahan negatif, dan hal ini dapat mengakibatkan *body image* negatif (Gjerdingen, dkk., dalam Erbil, Senkul & Basara, 2012). *Body image* negatif pada wanita dewasa muda pasca melahirkan menyebabkan ibu pasca melahirkan melakukan diet untuk mendapatkan keadaan tubuh seperti semula ketika sebelum hamil. Perilaku diet yang dilakukan pada wanita dewasa muda pasca melahirkan berakibat pada perubahan fungsi tubuh wanita sehingga dapat mengakibatkan berkurangnya asupan nutrisi dan kalori serta menurunnya kualitas ASI (Erbil, Senkul & Basara, 2012).

Selain itu, *body image* negatif pada wanita dewasa muda pasca melahirkan juga mengakibatkan menurunnya *self esteem* (Erbil, Senkul & Basara, 2012). Standar nilai - nilai evaluasi individu tentang diri bisa positif atau negatif (Bordens dan Horowitz, 2008). Mereka yang memiliki harga diri yang tinggi diduga secara psikologis bahagia dan sehat, sedangkan orang dengan harga diri yang rendah diyakini secara psikologis tertekan (Heatherton & Wyland, 2003 dalam Ridwan, Zalfa & Siti 2017).

Ketertarikan peneliti mengambil judul ini adalah, karena dilihat saat ini banyak sekali para ibu yang setelah melahirkan ini merasa perubahan yang cukup mengganggu terhadap dirinya, sehingga ada beberapa ibu langsung melakukan diet ketat tanpa memikirkan dampak terhadap nutrisi yang nanti akan diterima anaknya melalui ASI yang dihasilkan ibu.

1.2 Rumusan Masalah

"Bagaimanakah *Body Image* Ibu Pasca Melahirkan di wilayah Puskesmas Pasir Mulya Kota Bogor ?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

1. Diperoleh gambaran *body image* pada ibu pasca melahirkan di wilayah Puskesmas Pasir Mulya Kota Bogor.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Diketahuinya karakteristik seperti, status paritas, pendidikan, penghasilan, riwayat terpapar informasi dan sumber informasi yang didapat pada ibu pasca melahirkan di wilayah Puskesmas Pasir Mulya Kota Bogor
2. Diketahuinya *body image* pada ibu pasca melahirkan di wilayah Puskesmas Pasir Mulya kota Bogor.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Peneliti

Sebagai sarana belajar untuk menambah ilmu pengetahuan serta pengalaman untuk meningkatkan wawasan penelitian dalam *body image* pada ibu pasca melahirkan di wilayah Puskesmas Pasir Mulya Kota Bogor.

1.4.2. Tempat Penelitian

Diharapkan bahwa hasil dari penelitian ini dapat memberikan gambaran *body image* pada ibu pasca melahirkan di wilayah Puskesmas Pasir Mulya Kota Bogor.

1.4.3. Instalasi Kesehatan

Diharapkan dapat dijadikan referensi mengenai *body image* pada ibu pasca melahirkan di wilayah Puskesmas Pasir Mulya Kota Bogor.