



Hubungan Body Image Dengan Kesehatan Mental Ibu Post Partum Di Rsud Dr. M.M. Dunda Limboto

The Relationship Between Body Image and Mental Health of Postpartum Mothers at Dr. M.M. Dunda Limboto Regional Hospital

Riyani Bau^{1*}, Ika Wulansari², Mihrawaty S. Antu³

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

^{2,3}Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

*Corresponding Author: E-mail: Riyanibau@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 29 May, 2025

Revised: 13 Jul, 2025

Accepted: 30 Jul, 2025

Kata Kunci:

Body Image, Kesehatan Mental, Post Partum

Keywords:

Body Image, Mental Health, Postpartum

DOI: [10.56338/jks.v8i7.8309](https://doi.org/10.56338/jks.v8i7.8309)

ABSTRAK

Post partum merupakan masa setelah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta, serta selaput, sehingga organ kembali pulih seperti organ kandungan sebelum hamil dengan waktu kurang lebih 6 minggu. Berbagai hal yang perlu diperhatikan pada masa post partum yaitu kebersihan diri, gizi, istirahat yang cukup dan yang paling penting adalah psikologis atau kesehatan mental ibu. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan body image dengan kesehatan mental ibu post partum di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto. Penelitian ini termasuk dalam jenis kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu post partum, dengan sampel berjumlah 63 responden yang didapatkan melalui teknik sampling yaitu purposive sampling. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuisioner body image dan MBSRQ untuk penilaian kesehatan mental. Adapun uji statistik yang digunakan yaitu uji chi square dengan hasil penelitian yaitu terdapat hubungan body image dengan kesehatan mental ibu postpartum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto dengan nilai Sig. (2-tailed) yaitu 0.000 ($\alpha < 0.05$). Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan masukan kepada pihak RSUD Dr. M.M Dunda Limboto agar dapat meningkatkan kewaspadaan terhadap kesehatan mental ibu dengan cara screening yang dilakukan pada ibu post partum.

ABSTRACT

Postpartum is the period after labor and the birth of the baby, placenta, and membranes, so that the organs recover like the uterine organs before pregnancy with a time of approximately 6 weeks. Various things that need to be considered during the postpartum period are personal hygiene, nutrition, adequate rest and most importantly the psychological or mental health of the mother. The purpose of this study is to analyze the relationship between body image and the mental health of postpartum mothers at Dr. M.M Dunda Limboto Regional Hospital. This study is a quantitative type with a cross-sectional approach. The population in this study were postpartum mothers, with a sample of 63 respondents obtained through a sampling technique, namely purposive sampling. The instruments in this study were a body image questionnaire and MBSRQ for mental health assessment. The statistical test used was the chi-square test with the results of the study, namely there is a relationship between body image and the mental health of postpartum mothers in the postpartum ward of Dr. M.M Dunda Limboto Regional Hospital with a Sig. (2-tailed) value of 0.000 ($\alpha < 0.05$). It is hoped that this study can be a source of information and input to Dr. M.M Dunda Limboto Regional Hospital. M.M Dunda Limboto in order to increase awareness of maternal mental health by conducting screening on postpartum mothers.

PENDAHULUAN

Post partum merupakan masa setelah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta, serta selaput, sehingga organ kembali pulih seperti organ kandungan sebelum hamil dengan waktu kurang lebih 6 minggu. Berbagai hal yang perlu diperhatikan pada masa post partum yaitu kebersihan diri, gizi, istirahat yang cukup dan yang paling penting adalah psikologis ibu (Hilmiah et al., 2023).

Menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) sebanyak 70.9 juta angka persalinan seluruh Indonesia, 17.2% ibu menjalani proses persalinan di puskesmas atau pusku atau pusling, dan

di rumah sakit yaitu 15,2%. Persentase persalinan di Gorontalo menurut SKI (2023) yaitu 32.1% menggunakan fasilitas kesehatan rumah sakit pemerintah untuk tempat bersalin (Kemenkes, 2023).

Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo menyebutkan pada bulan Juni sebanyak 24.055 jumlah ibu bersalin terbagi di 6 kabupaten dan kota. Dengan data tertinggi berada di Kabupaten Gorontalo sebanyak 8 ribu jumlah persalinan, 3.7 ribu di Kota Gorontalo dan 3.3 ribu di Kabupaten Bone Bolango, Kabupaten Pohuwato 3 ribu, Kabupaten Boalemo 3 ribu, dan Gorontalo Utara sebanyak 2.8 ribu angka persalinan ibu (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo 2024).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia persentase persalinan paling banyak menggunakan fasilitas kesehatan rumah sakit untuk tempat bersalin dan Kabupaten Gorontalo tercatat dengan angka persalinan tertinggi yaitu sebanyak 8 ribu jumlah persalinan. Terdapat 2 rumah sakit yang terletak di Kabupaten Gorontalo yaitu RSUD Dr. M.M Dunda Limboto dan RSUD dr. Hasri Ainun Habibie, yang memiliki jumlah persalinan masing-masing yaitu di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto mencatat sebanyak 150 orang ibu melahirkan pada bulan Juni, 124 pada bulan Juli, dan 131 orang ibu melahirkan pada bulan Agustus 2024 atau rata-rata 130 pasien per tiga bulan. Data persalinan di RSUD dr. Hasri Ainun Habibie mencatat jumlah persalinan di bulan Juni yaitu 60, pada bulan Juli 100 dan bulan Agustus yaitu sebanyak 74 jumlah persalinan atau rata-rata 78 pasien per tiga bulan.

Setelah bersalin ibu akan melalui periode post partum, dalam periode post partum ini akan terjadi perubahan fisik dan psikologis pada ibu. Perubahan fisik yang terjadi adalah perubahan bentuk tubuh pada saat kehamilan dan bertahan setelah melahirkan. Perubahan bentuk tubuh dapat mempengaruhi persepsi body image seseorang (Anwar et al., 2023). Body image merupakan gambaran mental seorang ibu hamil terhadap tubuhnya. Cara pandang inilah yang mempengaruhi ibu post partum untuk memikirkan dan merasakan tubuhnya secara menyeluruh, fungsi dan sensasi internal maupun eksternal yang dihubungkan dengan tubuhnya. Bagaimana seseorang ibu post partum menerima dirinya sendiri termasuk perubahan tubuh yang terjadi sehingga mempengaruhi daya tarik dan bagaimana orang lain memandang fisik ibu post partum dan bagaimana interaksinya dengan orang lain (Mundakir, 2022).

Perubahan body image menghasilkan sikap positif dan negatif pada setiap ibu post partum yang memiliki body image negatif atau ketidakpuasan terhadap tubuhnya, akan lebih mudah mengalami depresi dari pada yang merasa puas akan tubuhnya. Body image negatif dapat terbentuk karena perasaan tidak puas seseorang terhadap bentuk dan penampilan tubuhnya sehari-hari dan berlangsung lama (Anwar et al., 2023).

Penilaian terhadap body image ini dikarenakan kehamilan membawa perubahan pada ukuran, bentuk tubuh sehingga mempengaruhi bagaimana seorang ibu post partum mengevaluasi penampilan, berorientasi terhadap penampilannya pasca melahirkan, bagaimana ibu merasa puas terhadap bagian tubuh dan bagaimana ibu mengatasi kenaikan berat badan yang dialami pasca melahirkan yang mengakibatkan kecemasan. Aspek tersebut merupakan faktor penting bagaimana seorang ibu dapat dikategorikan sedang dalam rentang penerimaan ataukah memiliki respon sebaliknya yaitu memiliki pandangan negatif terhadap gambaran dirinya sendiri pasca melahirkan yang sangat mungkin mengganggu kesehatan mental ibu (Indah, 2020).

Menurut data WHO sekitar 10% ibu hamil dan 13% ibu baru melahirkan mengalami gangguan jiwa, terutama depresi. Di negara berkembang angka ini bahkan lebih tinggi, yaitu 15,6% pada masa kehamilan dan 19,8% setelah melahirkan. Dalam beberapa kasus, gangguan kesehatan mental ibu yang begitu parah hingga mereka mungkin melakukan bunuh diri (WHO, 2022).

Data Kesehatan Mental Indonesia yang dirilis dalam Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 oleh Kemenkes menyebutkan perempuan memiliki persentase 2,6% yang memiliki masalah dengan kesehatan jiwa. Menurut kelompok umur yaitu 15-24 tahun dengan persentase terbanyak yaitu 2,8% dan kelompok umur 25-34 dengan persentase 1,7%. Jawa barat memiliki persentase terbanyak yaitu 4,4%, Gorontalo dengan persentase 1,6 % atau 2753 jiwa dengan masalah kesehatan jiwa (Kemenkes, 2023).

Kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan orang mengatasi tekanan hidup, seseorang yang sadar penuh akan kemampuannya, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada masyarakat. Kesehatan mental merupakan hak asasi manusia yang mendasar. Oleh karenanya kesehatan mental sangat penting bagi pengembangan pribadi, komunitas, dan sosial-ekonomi. Kesehatan mental lebih dari sekedar tidak adanya gangguan mental berada dalam suatu kontinum yang kompleks, yang dialami secara berbeda dari satu orang ke orang lain, dengan tingkat kesulitan dan tekanan yang berbeda-beda dan kemungkinan hasil sosial dan klinis yang sangat berbeda (WHO, 2022).

Kesehatan mental merupakan status kesehatan jiwa seseorang, salah satunya ibu post partum. Masa setelah kelahiran bayi atau persalinan, yaitu masa dimana ketika sang ibu menyesuaikan diri baik fisik maupun psikis dengan proses pengasuhan anak. Periode ini berlangsung kira-kira selama 6 minggu atau hingga tubuh melakukan penyesuaian diri ke keadaan yang dimiliki sebelum kehamilan, perubahan fisik yang terjadi pasca melahirkan juga berhubungan dengan bertambahnya ketidakpuasan terhadap tubuh yang dapat berimbas dengan terjadinya gangguan kesehatan mental berupa cemas, depresi, penurunan energi, kognitif dan somatik pada wanita (Anwar et al., 2023).

Ibu post partum yang mengalami gangguan body image merupakan suatu masalah yang harus ditangani, namun penelitian yang menghubungkan body image dengan kesehatan mental ibu post partum belum pernah diteliti sebelumnya, yang baru peneliti melakukan studi literatur dan baru menemukan penelitian yang melihat Body image dengan self esteem pada ibu post partum (Anwar, dkk 2023) dan penelitian Body Image Dissatisfaction as a Risk Factor for Post partum Depression oleh Riesco-González et al., (2022)

Sesuai hasil wawancara dan observasi awal di ruang nifas rumah sakit Dunda Limboto, didapatkan data dari 10 ibu, 5 diantaranya mengatakan tidak percaya diri, malu saat keluarga datang berkunjung, apalagi saat penjenguk atau keluarga yang datang menertawakan badannya yang bertambah besar akibat mengandung dan melahirkan, 2 pasien lainnya yang diwawancara bertanya-tanya apakah badannya bisa kembali seperti sebelum melahirkan lagi atau tidak karena mereka malu dengan dengan tubuhnya yang menurut mereka menjadi lebih gendut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu post partum, dengan sampel berjumlah 63 responden yang didapatkan melalui teknik sampling yaitu purposive sampling. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuisioner body image dan MBSRQ untuk penilaian kesehatan mental. Adapun uji statistik yang digunakan yaitu uji chi square

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan usia ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto

No	Usia	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1	Remaja Akhir (17-25 tahun)	22	34.9
2	Dewasa Awal (26-35 tahun)	31	49.2
3	Dewasa Akhir (36-45 tahun)	10	15.9
	Total	63	100

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori usia dewasa akhir (30-59 tahun) yaitu sebanyak 41 responden (75.9%).

Body Image ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto

Tabel 2 Body Image responden di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto

No	Body Image	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1	Positif	40	63.5
2	Negatif	23	36.5
	Total	63	100

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan body image ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto sebagian besar positif yaitu sebanyak 40 responden (63.5%) dan dengan body image negatif sebanyak 23 responden (36.5%).

Analisis Bivariat

Hubungan body image dengan kesehatan mental ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto.

Tabel 3. Hubungan body image dengan kesehatan mental ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto

Body Image		Kesehatan Mental					P value	
		Normal		Terindikasi Masalah		Total		
		N	%	N	%	N		%
Body Image Negatif	6	9.5	17	27	23	36.5	0.000	
% Within body image		26.1		73.9				
% within kesehatan mental		15.4		70.8				
Body Image Positif	33	52.4	7	11.1	40	63.5		
% Within body image		82.5		17.5				
% within kesehatan mental		84.6		29.2				
Total	39	61.9	24	38.1	63			

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hubungan body image dengan kesehatan mental ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto dianalisis menggunakan uji chi square menunjukan nilai Sig. (2-tailed) yaitu 0.000 yang berarti <0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima atau ada hubungan body image dengan kesehatan mental ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto.

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan dari 23 responden (36.5%) yang memiliki body image negatif, sebagian besar berada pada kategori kesehatan mental yang teridentifikasi masalah yaitu sebanyak 17 responden (27%), selebihnya yaitu sebanyak 6 responden (9.5%) memiliki kesehatan mental normal. Sebanyak 40 responden (63.5%) yang memiliki body image positif sebagian besar berada pada kategori kesehatan mental normal yaitu sebanyak 33 responden (52.4%), selebihnya yaitu sebanyak 7 responden (11.1%) berada pada kategori kesehatan mental yang teridentifikasi masalah.

PEMBAHASAN

Identifikasi Body image Ibu Post Partum di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.

Hasil penelitian menunjukkan responden dengan body image positif sebanyak 40 responden (63.5%). Hal ini sesuai dengan hasil kuesioner dimana rata-rata responden pada kategori body image positif mengatakan “Saya akan memilih pakaian yang membuat saya paling cantik. Contohnya pakaian dengan warna kesukaan saya, dan lain sebagainya”, “Saya sangat sadar akan perubahan kecil pada berat badan saya”, “Saya tetap menggunakan produk perawatan kecantikan agar saya tetap terlihat cantik ketika hamil”. Menurut Suprpti et al., (2023) konsep diri yang baik tentang body image adalah kemampuan seseorang menerima bentuk tubuh yang dimiliki dengan senang hati dan penuh rasa syukur serta selalu berusaha untuk merawat tubuh dengan baik. Body image meliputi perilaku yang berkaitan dengan tubuh, termasuk penampilan, struktur atau fungsi fisik. Body image termasuk semua yang berkaitan dengan seksualitas, feminitas dan maskulinitas, berpenampilan muda, kesehatan dan kekuatan Potter & Perry, 2017 dalam (Wahyudi et al., 2023).

Berdasarkan hasil kuesioner menunjukkan responden dengan body image negatif sebanyak 23 responden (36.5%). Hal ini sesuai dengan hasil kuesioner yang rata-rata responden menyatakan tidak setuju pada pertanyaan “Saya menyukai penampilan saya sebelum hamil”, menyatakan “Saya tidak suka fisik saya ketika hamil”, responden juga menyatakan “Saat hamil saya merasa khawatir terlihat gemuk”. Menurut Wahyudi et al., (2023) gangguan body image adalah perasaan tidak puas seseorang terhadap tubuhnya yang diakibatkan oleh perubahan struktur, ukuran, bentuk dan fungsi tubuh karena tidak sesuai dengan yang diinginkan. Konfusi dalam gambaran mental tentang diri individu. Gangguan body image adalah perubahan persepsi tentang penampilan, struktur dan fungsi fisik individu. Berdasarkan faktor psikologis, gangguan body image sangat berhubungan dengan harga diri rendah dan kemampuan individu menjalankan peran dan fungsi. Hal-hal yang dapat mengakibatkan individu mengalami harga diri rendah meliputi penolakan orang, harapan yang tidak realistis, tekanan teman sebaya, peran yang tidak sesuai dengan jenis kelamin dan peran dalam pekerjaan.

Hasil karakteristik responden menunjukkan body image negatif didominasi oleh responden yang dengan status kehamilan pertama kali atau primigravida. Hal ini sejalan dengan pendapat Seftiani & Lestari, (2021) yang menyebutkan bahwa kehamilan pertama merupakan pengalaman yang menyebabkan perubahan sosial dan psikologis yang besar. Kehamilan juga merupakan tahap awal dalam kehidupan seorang wanita yang umumnya menyebabkan peningkatan emosional. Hal ini dikarenakan kehamilan merupakan saat-saat terjadinya gangguan, perubahan identitas dan peran bagi setiap calon ibu. Persepsi seseorang dipengaruhi ketika individu menginterpretasikan pengalaman-pengalamannya. Seorang ibu hamil terutama yang mengandung anak pertama akan mengalami persepsi berlebihan tentang kehamilan yang dipengaruhi peningkatan hormon dan menyebabkan perubahan mood atau perasaan yang nyata. Pengalaman ini menimbulkan berbagai perasaan antara bahagia dan penuh harapan dengan kekhawatiran salah satunya tentang perubahan bentuk tubuh yang akan dialaminya.

Hasil karakteristik responden menunjukkan body image positif didominasi oleh ibu dengan tingkat pendidikan perguruan tinggi, hal ini sejalan dengan pendapat Yomiga & Eliezer, (2023) bahwa pada ibu yang berpendidikan tinggi akan mempunyai solusi tentang upaya menjaga tubuh untuk lebih ideal seperti menjaga asupan makanan dan melakukan olah raga yang sesuai pasca melahirkan.

Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin cepat memahami tentang resiko persalinan yang akan dihadapi termasuk terhadap terjadinya perubahan pada tubuh.

Sesuai dengan hasil penelitian oleh Handayani & Fatmawati, (2022) dengan judul gambaran body image ibu post partum di puskesmas kecamatan gatak, Kabupaten Sukoharjo tahun 2022. Hasil penelitian penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan ibu pasca melahirkan memiliki body image normal sehubungan dengan adanya perubahan serta penyesuaian secara fisik maupun psikologis.

Asumsi peneliti yaitu ibu post partum cenderung mengalami perubahan diri yang signifikan seperti kenaikan berat badan, dan perubahan bentuk tubuh yang dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap tubuhnya, pengalaman dalam menghadapi masa kehamilan dapat mempengaruhi penerimaan ibu post partum terhadap tubuhnya. Namun bagaimana ibu menyikapi keadaan tersebut juga tergantung dari bagaimana ibu dapat memahami bahwa perubahan yang terjadi merupakan hal yang alami bagi seorang ibu dan memahami bahwa perubahan fisik yang terjadi bisa diatasi dengan berbagai cara.

Identifikasi Kesehatan Mental Ibu Post Partum di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.

Berdasarkan hasil kuisioner penelitian menunjukkan kesehatan mental ibu post partum yang normal sebanyak 39 responden (61.9%). Sesuai hasil kuesioner rata-rata responden menjawab tidak bisa tidur dengan nyenyak, mengalami gangguan pencernaan dan mudah lelah. Jika dikaji gejala yang dialami tersebut tidak merujuk spesifik pada salah satu gejala gangguan kesehatan mental. Menurut Putri et al., (2022) kesehatan mental terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya. Pembelajaran tingkah laku, pencegahan yang dimulai secara dini untuk mendapatkan hasil yang dituju oleh manusia.

Berdasarkan hasil kuisioner menunjukkan kesehatan mental ibu post partum yang terindikasi masalah sebanyak 24 responden (38.1%). Sesuai hasil kuesioner menunjukkan rata-rata responden yang terindikasi masalah pada kesehatan mental menyatakan sering merasa sakit kepala, kehilangan nafsu makan, mengalami gangguan pencernaan, sulit untuk menikmati aktivitas sehari-hari, merasa lelah sepanjang waktu, dan merasa mudah lelah. Dari gejala yang di rasakan dapat dilihat rata-rata responden mengalami gejala gangguan kesehatan mental berupa gejala penurunan energy. Menurut Pratama et al., (2022) gangguan mental emosional adalah suatu keadaan yang mengindikasikan individu yang mengalami suatu perubahan emosional yang dapat berkembang menjadi keadaan patologis apabila terus berlanjut dan tidak segera ditangani. Gangguan mental emosional pada keadaan tertentu dapat diderita oleh semua orang dan gangguan ini dapat disembuhkan apabila orang yang mengalaminya memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada dengan baik. Gangguan mental emosional yang sering ditemui di masyarakat yaitu depresi dan kecemasan. Beberapa penyesuaian dibutuhkan oleh wanita dalam menghadapi aktivitas dan peran barunya sebagai seorang ibu. Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi sebagian lainnya tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan-gangguan psikologis dengan berbagai gejala atau sindrom yang para peneliti dan klinisi disebut post partum blues (Hilmiah et al., 2023).

Hasil karakteristik responden menunjukkan ibu post partum yang dalam kategori terindikasi masalah pada kesehatan mental didominasi oleh ibu yang dengan jenis pekerjaan IRT atau ibu rumah tangga, menurut Mardhatillah et al., (2019) ibu yang hanya bekerja di rumah dapat mengalami keadaan krisis situasi dan mengalami gangguan perasaan yang disebabkan karena rasa lelah dan letih yang dirasakan. Pada ibu rumah tangga yang mengurus semua urusan rumah tangga sendiri, kemungkinan mempunyai tekanan terhadap tanggung jawabnya, ibu yang tidak bekerja juga bisa mengalami kurangnya informasi dan wawasan dari lingkungan yang nantinya dapat dijadikan pengalaman dan pegangan yang dapat meningkatkan kesadaran diri sehingga kesehatan mental tetap terjaga.

Hasil karakteristik responden menunjukkan ibu post partum dalam kategori normal didominasi oleh ibu dengan status kehamilan multipara. Menurut teori pengalaman melahirkan berbeda bagi setiap ibu, namun umumnya ibu melahirkan akan mengalami berbagai perubahan fisik maupun psikologis sebagai dampak dari proses kelahiran. Banyak ibu dengan pengalaman melahirkan anak pertama (Primipara) belum dapat menerima sepenuhnya kenyataan akan perubahan “bentuk” dirinya, yang kemudian membuatnya kecewa, sedih, merasa tidak percaya diri atau tidak lagi menarik. Ibu primipara merupakan kelompok yang paling rentan mengalami gangguan kesehatan mental post partum dibanding ibu multipara.

Sesuai dengan penelitian oleh Cahyaningtyas & Yulian, (2023) dengan judul gambaran kesehatan mental pada ibu post natal. Hasil penelitian menyebutkan ibu Post Natal perlu mendapatkan perhatian khusus karena perubahan status menjadi menjadi ibu dan orang tua dari bayi kecil, menjadi orang tua sendiri merupakan krisis, dan ibu harus mampu bertahan dalam masa transisi sehingga diperlukannya usia yang matang untuk mencapai kesiapan fisiologis dan psikologis.

Asumsi peneliti yaitu kesehatan mental ibu post partum dapat didasari dari beberapa hal yang salah satunya yaitu pengalaman melahirkan sebelumnya, yang membuat ibu mempunyai kewaspadaan akan mental untuk menghadapi kehamilan, persalinan dan bahkan kondisi setelah melahirkan. Hal ini tidak terlepas dari dukungan yang diberikan keluarga yang dapat membuat ibu merasa dicintai bahkan dengan kondisi fisik yang berbeda dari sebelum hamil.

Analisis Hubungan Body image Dengan Kesehatan Mental Ibu Post Partum di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai p value yaitu 0.000 yang berarti <0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima atau ada hubungan body image dengan kesehatan mental ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto. Hal ini sesuai dengan penelitian yang sejalan oleh Syavilla Anwar et al., (2023) terdapat hubungan yang signifikan antara Body Image dengan Self Esteem ibu post partum. Oleh karena itu jika body image yang dialami seseorang adalah positif maka self esteem yang dialami seseorang itu juga tinggi, dan begitupun sebaliknya jika Body Image yang dialami seseorang itu negatif maka hasil dari self esteemnya pun rendah. Menurut Wahyuni Sundari et al., (2023) kesehatan mental dan body image pada ibu post partum mempunyai hubungan yang erat karena kesehatan mental merupakan kunci status kesehatan seseorang, terutama pada ibu post partum, perubahan peran baru sebagai ibu dengan tambahan anggota keluarga baru, menyebabkan ibu mengalami perubahan psikologi, emosi bahkan sampai dengan depresi. Pasca persalinan merupakan masa kritis, dimana ibu mengalami perubahan fisik, psikis serta perubahan peran baru yang sangat berat.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 17 responden memiliki body image negatif dan terindikasi masalah dalam kesehatan mental. Menurut Kumalasari & Rahayu, (2022) perubahan fisik selama kehamilan berpengaruh terhadap perubahan citra tubuh perempuan. Perkembangan citra tubuh itu sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya sosialisasi kebudayaan, pengalaman-pengalaman interpersonal, karakteristik fisik dan faktor kepribadian. Pada faktor kepribadian, kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan citra tubuh. Seseorang yang memiliki kesehatan yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki kesehatan mental yang rendah akan meningkatkan citra tubuh yang negatif.

Hasil penelitian menunjukkan 6 responden dengan kategori body image negatif dengan kesehatan mental normal. Sesuai dengan pendapat Wahyudi et al., (2023) gangguan body image adalah perasaan tidak puas seseorang terhadap tubuhnya yang diakibatkan oleh perubahan struktur, ukuran, bentuk, dan fungsi tubuh karena tidak sesuai dengan yang diinginkan. Konfusi dalam

gambaran mental tentang diri individu Gangguan body image adalah perubahan persepsi tentang penampilan, struktur dan fungsi fisik individu. Menurut Potter & Perry dalam (Wahyuni, 2022) cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologisnya.

Sesuai dengan karakteristik responden didapatkan bahwa responden yang memiliki body image negatif namun memiliki kesehatan mental yang normal di dominasi oleh responden dengan tingkat pendidikan SMA dan perguruan tinggi, menurut Sinaga & Jober, (2023) Tingkat pendidikan berkaitan dengan pengetahuan yang dimiliki individu untuk mampu beradaptasi dan menggunakan strategi koping yang tepat dalam menghadapi masalah. Pandangan yang realistis terhadap dirinya, menerima dan mengukur bagian tubuhnya akan membuatnya lebih merasa aman sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri. Proses tumbuh kembang fisik dan kognitif perubahan perkembangan yang normal seperti pertumbuhan dan penuaan mempunyai efek penampakan yang lebih besar pada tubuh bila dibandingkan dengan aspek lain dari konsep diri.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 33 responden memiliki body image positif dan memiliki kesehatan mental yang normal. Menurut Indah, (2020) menyebutkan bahwa evaluasi penampilan yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh. Dimensi ini berkaitan dengan perasaan seseorang secara keseluruhan mengenai daya tarik dan kepuasan terhadap penampilan fisiknya. Semakin tinggi skor pada dimensi ini, seseorang diindikasikan memiliki perasaan puas terhadap penampilannya. Orientasi penampilan yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri. Skor yang tinggi pada dimensi ini menggambarkan bahwa semakin banyak waktu dan tenaga yang dicurahkan untuk rutinitas bersolek.

Hasil penelitian menunjukkan kesehatan mental dari 7 responden yang memiliki persepsi body image positif namun terindikasi masalah dalam kesehatan mental. Menurut teori Pratama et al., (2022) gangguan mental emosional adalah suatu keadaan yang mengindikasikan individu yang mengalami suatu perubahan emosional yang dapat berkembang menjadi keadaan patologis apabila terus berlanjut dan tidak segera ditangani. Menurut Hilmiah et al., (2023) banyak hal yang dapat menambah beban hingga membuat seorang wanita merasa down. Banyak juga wanita yang merasa tertekan setelah melahirkan, sebenarnya hal tersebut adalah wajar. Perubahan peran seorang ibu semakin besar dengan lahirnya bayi yang baru lahir. Beberapa penyesuaian dibutuhkan oleh wanita dalam menghadapi aktivitas dan peran barunya sebagai seorang ibu. Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi sebagian lainnya tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan-gangguan psikologis. Menurut Syavilla Anwar et al., (2023) faktor pekerjaan juga dapat mempengaruhi body image bagi ibu pekerja memiliki pekerjaan diluar rumah, menimbulkan adanya perbandingan terhadap diri sendiri saat sebelum berbadan dua serta sehabis melahirkan lalu menimbulkan adanya tekanan psikologis dan rasa malu ketika didepan orang sekitar atau ditempat umum.

Sesuai dengan hasil karakteristik responden menunjukkan bahwa responden yang memiliki persepsi body image positif namun terindikasi masalah dalam kesehatan mental di dominasi oleh ibu yang memiliki status pekerjaan sebagai IRT (ibu rumah tangga). Menurut Cahyaningtyas & Yulian, (2023) ibu rumah tangga (IRT) beresiko lebih besar menderita depresi pasca persalinan dibandingkan dengan ibu yang bekerja, ibu yang tidak bekerja lebih cenderung terganggu oleh emosi dan ekspresi negatif terhadap anak-anaknya. Karena ibu yang banyak menghabiskan waktu di rumah bersama bayinya menimbulkan rasa bosan dan bosan, ini meningkatkan risiko gangguan mood, yang merupakan salah satu penyebab depresi pasca persalinan.

Peneliti berasumsi hubungan body image merupakan hal yang patut menjadi perhatian bagi pasien, keluarga bahkan petugas kesehatan karena sangat dapat mempengaruhi bagaimana status mental seorang ibu. Namun hal ini tidak terlepas dari bagaimana ibu mengatasi persepsi negatif tubuhnya yang datang dari diri sendiri maupun orang lain. Kesehatan mental seseorang sangatlah berpengaruh terhadap bagaimana seseorang berespon dalam kesehariannya, entah itu merawat anak,

merawat dirinya maupun keluarganya, oleh karenanya kesehatan mental ibu post partum sangatlah penting untuk dideteksi sehingga dapat diatasi sejak dini.

KESIMPULAN

Teridentifikasi body image ibu post partum di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto yaitu positif sebanyak 40 responden (63.5%) dan body image negatif sebanyak 23 responden (36.5%).

Teridentifikasi kesehatan mental ibu post partum di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto yaitu normal sebanyak 39 responden (61.9%) dan yang teridentifikasi masalah sebanyak 24 responden (38.1%).

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) yaitu 0.000 yang berarti <0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima atau ada hubungan body image dengan kesehatan mental ibu post partum di ruang Nifas RSUD Dr M.M Dunda Limboto.

SARAN

Bagi Rumah Sakit, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan masukan kepada RSUD Dr. M.M Dunda Limboto agar dapat meningkatkan kewaspadaan terhadap kesehatan mental ibu dengan post partum.

Bagi Responden, penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan menambah kesadaran bagi keluarga dan orang terdekat ibu yang baru melahirkan atau menjalani masa nifas untuk memperhatikan kesehatan mental ibu post partum.

Bagi Peneliti Selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan penelitian selanjutnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental ibu post partum.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningtyas, K. N., & Yulian, V. (2023). GAMBARAN KESEHATAN MENTAL PADA IBU POST NATAL. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5, 1–14. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Hadriani, Arna, Y. D., Aulia, G., Maretha, D. E., Katiandagho, D., Rokot, A., Safrudin, Lombogia, M., Bidjuni, M., Kolompoy, J. A., Maramis, J. L., Putri, S. K., Brata, A., Kawatu, Y. T., Saputro, B. S. D., & Silalahi, Y. F. (2024). *Bunga Rampai Metodologi Penelitian* (L. O. Alifariky (ed.)). Media Pustaka Indo.
- Handayani, S. P., & Fatmawati, S. (2022). GAMBARAN BODY IMAGE IBU POSTPARTUM DI PUSKESMAS KECAMATAN GATAK, KABUPATEN SUKOHARJO TAHUN 2022. *Universitas 'Aisyiyah Surakarta*, 33(1), 1–12.
- Hilmiah, Y., Maemunah, D., Fitria, N., Nurhaliza, F., Dewi, T. R., & Mandavika, S. (2023). *Asuhan Masa Nifas di Keluarga*. Langgam Pustaka.
- Indah, M. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi body image pada pengguna aktif instagram di sma negeri 1 Kutacane. In *Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area. Universitas Medan Area*.
- Kemenkes. (2023a). *Survei Kesehatan Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia*, 1–68.
- Kemenkes. (2023b). *Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI)*. Kemenkes, 235.
- Kumalasari, A. Y., & Rahayu, M. N. M. (2022). Self Esteem dan Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Pasca Melahirkan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 653.

- <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.9099>
- Latipun. (2019). Kesehatan Mental (edisi 3). UMMPress.
- Mardhatillah, D., Gandini, A. L. A., & Ratnawati. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Postpartum Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Temindung Tahun 2019. *Poltekkes Kalimantan Timur*, 3(2), 14–15.
- Mundakir. (2022). Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa 1. UMSurabaya Publishing.
- Pratama, A. H. E., Susana, S. A., & Ghofur, A. (2022). Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Yang Menjalani Pratik Klinik Di Rumah Sakit. *RAMA*, 465–471. <https://doi.org/10.51620/0869-2084-2021-66-8-465-471>
- Puteri, V. D., Lontaan, A., Harahap, M. H., Mahmudah, R., Mahayati, N. M. D., Kusmaryati, P., Nurbaiti, Longulo, O. J., Miniharianti, Sari, D. N., Abubakar, M. L., Lombogia, M., Melly, Hanum, N., Mukarramah, S., & Mangun, M. (2024). Bunga Rampai Masa Nifas dan Permasalahannya. Media Pustaka Indo.
- Putri, U. N. H., Nur'aini, Sari, A., & Mawaadah, S. (2022). MODUL KESEHATAN MENTAL. CV. AZKA PUSTAKA.
- Rashid, F. (2022). Buku Metode penelitian Fathor Rasyid. IAIN Kediri Press.
- Riesco-González, F. J., Antúnez-Calvente, I., Vázquez-Lara, María, J., Rodríguez-Díaz, L., Palomo-Gómez, R., Gómez-Salgado, J., García-Iglesias, J. J.-C., Parrón-Carreño, T., & Javier, F. (2022). Body Image Dissatisfaction as a Risk Factor for Postpartum Depression. *Medicina*, 1–14.
- Sari, U. S. C., & Abrori. (2019). Body Image. PT. SAHABAT ALTER INDONESIA.
- Seftiani, Y., & Lestari. (2021). Perbedaan Citra Tubuh Primigravida Dengan Multigravida. 1–8.
- Sinaga, E., & Jobber, N. F. (2023). Karakteristik dan Status Kesehatan Mental Ibu Postpartum. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1717–1729. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.5333>
- Sugiyono. (2023). Statistika Untuk Penelitian (32nd ed.). Penerbit Alfabeta.
- Suprpti, E., Syah, A. Y., Purwaningsih, I., Astuti, Y., Dayaningsih, D., Anggarawati, T., Martini, D. E., Tinungki, Y. L., Sari, N. W., Martyastuti, N. E., Masithoh, R. F., Wardani, S., Isrofah, Nurjanah, S., Wati, N. M. N., & Prastiwi, D. (2023). Konsep Keperawatan Dasar (P. I. Daryaswanti (ed.)). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Syavilla Anwar, N., Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, S., Perintis Kemerdekaan VIII, J., & Makassar, K. (2023). Hubungan Antara Body Image Dengan Self Esteem Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(2), 2023.
- Ulilalbab, A., Rachmawati, D. A., Mutyah, D., Nurkhalim, R. F., Fadmi, F. R., Handayani, A., Suryana, A. L., Nurlala, L., Sidabutar, S., Palilingan, R. A., Adhianata, H., Sihombing, E. S. R., Dherlirona, Widyarningsih, L., Pujiyanto, T., Susanti, A., Raharja, K. T., Harfika, M., Nasution, A. S., ... Fitriyah, H. (2023). Ilmu Kesehatan Masyarakat (F. Fadlia (ed.)). Sada Kurnia Pustaka.
- Wahyudi, H., Setiawan, C. T., Bajak, C. M. A., Kusuma, M. D. S., Jaftoran, E. A., Anies, N. F., Yudhawati, N. L. P. S., Kardiatur, T., Qarimah, S. N., Sulaihah, S., & Syah, A. Y. (2023). Buku Ajar Keperawatan Jiwa. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

-
- Wahyuni, S. (2022). Keperawatan Jiwa (Konsep Asuhan Keperawatan pada Diagnosa Keperawatan Jiwa). Rumah Pustaka.
- Wahyuni Sundari, S., Novayanti, N., & Nur Aulia, D. (2023). Dukungan Sosial Dan Status Kesehatan Mental Ibu Pascasalin. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 18, 2302–2531. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/download/1525/905/6778>
- Wardana. (2020). Pengantar Aplikasi SPSS Versi 20 (A. Primuss (ed.)). LPPM Universitas Muhammadiyah Buton Press.
- Wardani, D. K. (2020). Pengujian Hipotesis (Deskriptif, Komparatif dan Asosiatif) (A. Wulandari (ed.)). LPPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah.
- WHO. (2022). Kesehatan Mental. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Yomiga, F. F., & Eliezer, V. (2023). Gambaran Citra Tubuh Pada Ibu Pasca Persalinan Di Kota Jambi Tahun 2022. Electronic Journal Scientific of Environmental Health And Disease, 4(1), 19–30. <https://doi.org/10.22437/esehad.v4i1.29334>
- Yuliana, W., & Hakim, B. N. (2020). Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.