

Hubungan Antara *Body Image* Dengan *Self Esteem* Pada Ibu Post Partum

Nur Syavilla Anwar^{1*}, Ernawati², Ratna³

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

*E-Mail: penulis-korespondensi: (nursyavillaa@gmail.com /08114353355)

(Received: 07.02.2023 ; Reviewed:09.02.2023; Accepted:10.02.2023)

Abstract

Pregnancy, childbirth and postpartum are physiological processes experienced by a woman, in this process there will be physiological and psychological changes in the mother. Physical changes that occur are changes in body shape during pregnancy and after childbirth. Changes in body shape can affect the perception of one's Body image. Perception of body image itself is usually positive or negative. Negative Body image can be formed due to a person's feelings of dissatisfaction with the shape and appearance of his Body on a daily basis and lasts a long time. Self Esteem or self-esteem affects women's transition to a new identity and adjustment to the role of mother and tends to have a strong relationship with self-perception. The purpose of this study was to see whether there is a relationship between body image and Self-esteem for post partum mothers at Laburan Baji Hospital, Makassar. This study uses a quantitative design. The instrument used was a questionnaire in the form of questions about body image and self-esteem which were analyzed using the Pearson correlation test ($p < 0.05$). The sample in this study amounted to 63 respondents with data on post partum mothers at Laburan Baji Hospital Makassar with a non-probability sampling method using a purposive sampling technique. The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between body image and post partum mother's self-esteem ($p = 0.002$). Based on the results of the research that has been done, it can be concluded that there is a relationship between body image and the self-esteem of post partum mothers at Labuan Baji Hospital, Makassar. So it is recommended for post partum mothers to pay attention to activities, exercise regularly and maintain a good diet and family support which is very important so that they can balance themselves and Body Image and Self esteem can be maintained.

Keyword : *Body Image; Self Esteem; Post Partum Mother*

Abstrak

Kehamilan, persalinan dan nifas merupakan proses fisiologis yang dialami oleh seorang wanita, dalam proses ini akan terjadi perubahan fisiologis dan psikologis pada ibu, Perubahan fisik yang terjadi adalah perubahan bentuk tubuh pada hamil dan setelah melahirkan. Perubahan bentuk tubuh dapat mempengaruhi persepsi citra tubuh seseorang. Persepsi *Body image* itu sendiri biasa positif atau negatif. Citra tubuh negatif dapat terbentuk karena perasaan tidak puas seseorang terhadap bentuk dan penampilan tubuhnya sehari-hari dan berlangsung lama. *Self Esteem* atau harga diri mempengaruhi transisi perempuan menuju identitas baru dan penyesuaian peran sebagai ibu dan cenderung memiliki keterkaitan kuat terhadap persepsi diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada Hubungan antara *Body image* dengan *Self esteem* ibu Post partum di RSUD Labuang Baji Makassar. Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif. Instrument yang digunakan adalah kuesioner yang berupa pertanyaan tentang *Body Image* dan *Self esteem* yang dianalisis dengan uji korelasi pearson ($p < 0,05$). Sampel pada penelitian ini berjumlah 63 responden dengan data ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar dengan metode *non probability* sampling menggunakan teknik Purposive Sampling. Hasil analisis Bivariat menunjukkan adanya Hubungan antara *Body Image* dengan *Self esteem* ibu post partum ($p = 0,002$). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa adanya Hubungan antara *Body Image* dengan *Self esteem* Ibu Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar. Sehingga disarankan untuk ibu post partum harus tetap memperhatikan aktifitas, rutin berolahraga dan menjaga pola makan dengan baik serta adanya dukungan keluarga yang sangat penting agar dapat mengimbangi diri serta *Body Image* dan *Self esteem* pun dapat terjaga.

Kata Kunci: *Citra Tubuh; Harga Diri; Ibu Pasca Melahirkan*

Pendahuluan

Periode pasca melahirkan (post partum) adalah periode 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 pada wanita ini dikarenakan kehamilan membawa perubahan pada ukuran dan bentuk tubuh yang mempengaruhi kondisi fisik yang tampak dari luar pada diri seorang ibu pasca melahirkan (Ridwan, Febriani, & Marhamah, 2018).

Kehamilan, persalinan dan nifas merupakan proses fisiologis yang dialami oleh seorang wanita. Dalam proses ini akan terjadi perubahan fisiologis dan psikologis pada ibu. Perubahan fisik yang terjadi adalah perubahan bentuk tubuh pada hamil dan setelah melahirkan. Perubahan bentuk tubuh dapat mempengaruhi persepsi citra tubuh seseorang. Persepsi body image itu sendiri biasa positif atau negatif. Citra tubuh negatif dapat terbentuk karena perasaan tidak puas seseorang terhadap bentuk dan penampilan tubuhnya sehari-hari dan berlangsung lama. Citra tubuh adalah cara seseorang memandang tubuhnya dalam kaitannya dengan cita-citanya, serta dalam budaya lokal dan dalam hubungan dengan orang lain menilai tubuhnya (Laili & Amalia, 2020).

Citra tubuh (Body Image) merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dia rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya. Perubahan citra tubuh (Body Image) menghasilkan sikap positif dan negatif pada setiap wanita, wanita yang memiliki citra tubuh negatif atau ketidakpuasan terhadap tubuhnya, akan lebih mudah mengalami depresi dari pada yang merasa puas akan tubuhnya (Gani, Bidjuni, & Lolong, 2014).

Self Esteem atau harga diri mempengaruhi transisi perempuan menuju identitas baru dan penyesuaian peran sebagai ibu dan cenderung memiliki keterkaitan kuat terhadap persepsi diri pada satu domain tertentu yaitu penampilan fisik ketika seorang ibu merasa tubuhnya mengalami banyak perubahan pasca melahirkan akan muncul penilaian dan pikiran negatif terhadap penampilan fisik tubuhnya, ibu dengan *self esteem* rendah akan cenderung mengalami depresi postpartum. Sedangkan ibu dengan *Self Esteem* tinggi merasa menyukai tugasnya sebagai seorang ibu, memiliki kepercayaan diri yang tinggi dalam mengontrol tindakannya dan melalui kesulitannya dalam merawat bayi sehingga ibu dapat menjalankan tugasnya dengan hati yang senang serta perasaan terbuka yang membuat ibu jauh dari depresi (Wardani, Lestari, Nurbaeti, & Keperawatan, 2021).

Meningkatnya berat badan setelah melahirkan disebabkan karena kebiasaan makan makanan yang kurang sehat dan kurang aktivitas fisik, ketika sudah melahirkan porsi makan ibu seharusnya lebih sedikit dibanding saat hamil, karena metabolisme perempuan lebih lambat dari laki-laki sehingga menjadi faktor perempuan lebih cepat gemuk dibandingkan laki-laki.

Salah satu pelarian dari stres dan kelelahan pada ibu adalah pola makan yang meningkat, apalagi jika memiliki kebiasaan stres eating. Sehingga kalori dalam tubuh pun meningkat, waktu yang tersita untuk mengasuh bayinya membuat ibu jarang berolahraga, Hal tersebut otomatis menyebabkan tubuh ibu semakin gemuk. Kondisi stres dan lelah sering dialami di bulan-bulan pertama sekitar 1-3 bulan saat menjadi orang tua baru (Rahman, 2020)

Hasil Riskesdas 2018, pelayanan persalinan normal atau post partum di fasilitas kesehatan tahun 2018 di Indonesia 79% dan pada tahun 2018 pelayanan KF lengkap pada perempuan yaitu 15,4% lebih meningkat dari pada tahun 2013 (Angood et al., 2021).

Prevalensi Post partum menurut World Health Organization (WHO) secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun sedangkan angka kejadian depresi pasca melahirkan diperkirakan yang mengalami depresi ringan, berkisar 10 per 1000 dan depresi pasca melahirkan berat berkisar 20 sampai 30 per 1000 kelahiran hidup. Di Asia dengan angka kejadian depresi pasca melahirkan cukup bervariasi antara 26-85% (Tolongan, Korompis, & Hutauruk, 2019).

Dari Data Dinas kesehatan provinsi Sulawesi Selatan jumlah ibu bersalin pada tahun 2018 sekitar 95,45% dan pada tahun 2019 berjumlah sekitar 90,97%, sedangkan pada tahun 2020 berjumlah sekitar 92,44%, selanjutnya pada pelayanan ibu Nifas pada tahun 2020 mengalami peningkatan pelayanan dibandingkan tahun 2019 yaitu dari 90,78% menjadi 91,91%, (Profil Dinas Kesehatan, 2021).

Khawatiran wanita akan Body image dapat ditemukan dari wanita hamil 30 minggu dengan perasaan terhadap penampilannya dan bentuk tubuhnya dari beberapa penelitian sebanyak 67% dari sampel yang belum hamil memilih berat badan normal menyatakan adanya perubahan negatif terhadap Body image mereka. Perubahan Body image merupakan aspek kehamilan yang memerlukan waktu sebelum seseorang wanita dapat beradaptasi, puncak dari rangkaian proses emosional yang dialami wanita adalah proses melahirkan setelah sembilan bulan mengandung, dimana citra tubuh yang dirasakan tentu akan berbeda (Ridwan et al., 2018).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian Survey analitik, dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan Tujuan untuk mengetahui Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem* pada ibu post partum. penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Desember-07 januari 2023. variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua variabel yaitu variabel Independen dan dependen, variabel independen adalah *Body Image* dan variabel dependen adalah *Self Esteem* pada ibu Post partum. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum yang berkunjung Di Ruang Poli/PNC RSUD Labuang Baji Makassar. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 63 responden dengan menggunakan rumus slovin. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* bertujuan untuk mengetahui sampel sesuai dengan kriteria inklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang sedang melakukan kunjungan pemeriksaan nifas di RSUD Labuang Baji Makassar, ibu post partum yang berusia 17 tahun keatas yang bersedia menjadi responden, dan ibu primipara dan multipara. Sedangkan Kriteria eksklusi adalah ibu yang tidak bersedia menjadi responden. Teknik pengumpulan dalam penelitian menggunakan Data primer dengan metode kuesioner dengan cara memberikan daftar pertanyaan dengan beberapa pilihan jawaban kepada responden. Data sekunder yang digunakan untuk mendukung data primer dengan tujuan melengkapi data primer. Adapun alat pengukuran data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner *Body Image (MBRSQ-AS) Multidimensional Body Self Relation Questionnaire- Appearance Scale* sebanyak 34 pertanyaan dan kuisisioner *Self Esteem* 10 pertanyaan. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan *editing, coding, dan entyr data, dan tabulasi*. Penelitian ini menggunakan analisis Univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi, dan analisis Bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap dependen dengan taraf Signifikansi (*p*) sebesar 0,002 lebih besar dari nila (*a*) = 0.05, Dengan berdistribusi normal. Adapun perhitungan rumus tersebut, penelitian menganalisisnya dengan bantuan *Microsoft excel 2010* dan *SPSS 22 For Windows*. Penelitian ini telah lulus mutu etik dengan nomor *443/STIKES-NH-KEPK-VI/2023* yang dikeluarkan pada tanggal 05 Februari 2023 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin.

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Di RSUD Labuang Baji Makassar Desember Tahun 2022-januari 2023. (n=63)

Karakteristik	n	%
Umur		
17-21 Tahun	7	11.1
22-26 Tahun	22	34.9
27-31 Tahun	34	54.0
Pekerjaan		
Petani	3	4.8
IRT	41	65.1
Guru Honore	11	17.5
Perawat	3	4.8
Guru PNS	1	1.6
Wirausaha	4	6.3
Paritas		
Primipara	32	50.8
Multipara	31	49.2
BB Sekarang		
55-60 kg	18	28.6
61-65 kg	22	34.9
66-75 kg	23	36.5
BB Sebelum Hamil		
40-45 kg	6	9.5
46-50 kg	20	31.7
51-60 kg	37	58.7
Tinggi Badan		
140-145 cm	2	3.2
146-150 cm	12	19.0
151-155 cm	20	31.7
156-160 cm	29	46.0

Berdasarkan tabel. 1 diatas menunjukkan distribusi frekuensi karakteristik responden didapatkan bahwa mayoritas responden adalah berumur 27-31 tahun sebanyak 34 responden (54.0%), dan yang paling terendah berumur 17-21 tahun sebanyak 7 responden (11.1%), menurut tingkat pekerjaan yang paling terbanyak adalah IRT sebanyak 41 responden (65.1%), dan yang paling terendah adalah pada Guru PNS yaitu hanya 1 responden (1.6%), menurut karakteristik berdasarkan Paritas yang paling terbanyak yaitu pada ibu dengan kehamilan pertama (Primipara) sebanyak 32 Responden (50.8%), sedangkan ibu dengan kehamiln kedua (multipara) sebanyak 31 responden (49.2%), menurut karakteristik berdasarkan Berat badan sekarang yang paling terbanyak adalah BB 66-75 kg sebanyak 23 responden (36.5%) dan terendah pada Berat badan 55-60 kg sebanyak 18 responden (28.6%),sedangkan karakteristik menurut BB sebelum hamil yang paling tinggi adalah pada Berat badan 51-60 kg sebanyak 37 responden (58.7%), dan yang paling terendah pada Berat badan 40-45 kg sebanyak 6 responden (9.5%), menurut karakteristik responden berdasarkan Tinggi badan yang paling tinggi adalah pada tinggi badan 156-160 cm sebanyak 29 responden (46.0%), dan yang paling terendah ada pada Tinggi badan 140-145 cm sebanyak 2 responden (3.2%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin Bayi Di RSUD Labuang Baji Makassar Desember Tahun 2022-Januari 2023 (n=63).

Karakteristik	n	%
Umur Bayi		
1 Bulan	21	33.3
2 Bulan	35	55.6
3 Bulan	7	11.1
Jenis Kelamin		
Perempuan	36	57.1
Laki-Laki	27	42.9

Berdasarkan Tabel 2 diatas menunjukkan distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur bayi yang paling tinggi adalah responden yang memiliki bayi berumur 2 bulan sebanyak 35 responden (55.6%), dan yang paling rendah adalah responden yang memiliki bayi berumur 3 bulan sebanyak 7 responden (11.1%), sedangkan menurut distribusi berdasarkan jenis kelamin bayi yang lebih tinggi yaitu pada bayi dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 36 responden (57.1 %), dan yang paling rendah pada jenis kelamin Laki-laki sebanyak 27 responden (42.9%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 3 Hubungan *Body Image* Terhadap *Self Esteem* pada ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar Desember Tahun 2022-Januari 2023 (n=63)

<i>Body Image</i>	<i>Self Esteem</i>				Total	ρ	α
	Tinggi		Rendah				
	n	%	n	%	n	%	
Positif	4	6.3	6	9.5	10	15.9	
Negatif	3	4.8	50	79.4	53	84.1	
Total	7	11.1	56	88.9	63	100.0	0.002 0.05

Berdasarkan Tabel 3 diatas menunjukkan distribusi frekuensi responden bahwa subjek pada penelitian ini berjumlah 63 responden yang mengalami *Body Image* Positif berjumlah 10 responden (15.9%), dimana terdapat *self esteem* tinggi sebanyak 4 responden (6.3%), dan *self esteem* rendah sebanyak 6 responden (9.5%), sedangkan responden yang mengalami *Body Image* negatif sebanyak 53 responden (84.1%), dimana terdapat 3 responden (4.8%) yang mengalami *self esteem* tinggi, dan 50 responden (79.4%) mengalami *self esteem* rendah.

Pembahasan

Untuk mengetahui hasil yang lebih lanjut dari penelitian ini yang diperoleh setelah pengolahan, penyajian dan analisis data. Pembahasan dalam penelitian ini meliputi hasil penelitian yang telah dilakukan seperti yang dijabarkan sebelumnya dengan merujuk pada teori-teori dan penelitian yang sudah ada sebelumnya yang mendukung penelitian ini.

Gambaran seseorang atau Pemikiran mengenai tubuhnya baik positif maupun negatif terhadap dirinya sendiri. Dapat dilihat hasil dari penelitian ini lebih dominan responden mengalami *Body Image* negatif. Adapun beberapa hal yang mempengaruhi *Body Image* pada penelitian ini salah satunya adalah berat badan responden dimana ukuran tubuh pada seseorang yang bisa naik turun kapan saja. Peningkatan berat

badan pada ibu post partum dapat disebabkan karena kebiasaan makan makanan yang kurang sehat dan kurang aktivitas fisik ataupun berolahraga, ketika melahirkan porsi makan ibu seharusnya lebih sedikit dibanding pada saat hamil. Sesuai dengan teori Menurut Stein dan Fairbun yang dikutip dalam (Ridwan et al., 2018) menjelaskan bahwa setelah melahirkan tubuh jarang kembali seperti bentuk tubuh pada saat sebelum melahirkan sehingga banyak wanita yang tidak siap dengan perubahan pada Berat Badannya atau bentuk fisiknya.

Faktor pekerjaan juga dapat mempengaruhi *Body image* terutama dalam proses pemberian ASI eksklusif bagi ibu pekerja, oleh karena itu dari data responden pekerjaan yang paling dominan selain IRT yaitu adalah berprofesi sebagai Guru atau yang memiliki pekerjaan diluar rumah, sehingga ini menimbulkan adanya perbandingan terhadap diri sendiri saat sebelum berbadan dua serta sehabis melahirkan lalu menimbulkan adanya tekanan psikologis dan rasa malu ketika menyusui didepan orang sekitar atau ditempat umum. Ini sesuai dengan teori Menurut (Inayah, 2013) bahwa wanita pekerja merupakan penyebab kegagalan terbesar dalam proses pemberian ASI Eksklusif hal ini berhubungan dengan faktor kebijakan laktasi ditempat kerja, dan beberapa faktor lainnya bukti menunjukkan bahwa cakupan ASI Eksklusif pada wanita pekerja lebih rendah dibandingkan wanita yang tidak bekerja (Ariani et al., 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ariani, 2020) yang menunjukkan bahwa salah satu penyebab *Body image* ibu pasca melahirkan adalah dengan menyusui atau pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja, perempuan dengan *Body Image* negatif sehabis melahirkan cenderung mempunyai durasi pemberian ASI yang lebih pendek, dan cakupan ASI eksklusif pada wanita pekerja lebih rendah dibandingkan dengan wanita yang tidak bekerja (Ariani et al., 2020).

Faktor usia juga dapat mempengaruhi *Body Image* yang artinya semakin bertambahnya usia maka tingkat dari metabolisme pun semakin menurun, Hal ini dikarenakan hilangnya sebagian jaringan daripada otot serta perubahan hormonal dan neurologis (Larasati, 2014), ini berakibat pada kecepatan tubuh berkurang dalam membakar kalori pada ibu pasca melahirkan (Faragina & Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Selain faktor usia faktor Paritas juga dapat mempengaruhi *Body image* ibu pasca melahirkan dapat dilihat bahwa dari data Paritas lebih dominan pada kehamilan pertama atau Primipara ini dikarenakan ibu belum memiliki pengalaman dalam merawat atau mengasuh anaknya sehingga mengakibatkan citra tubuh negatif dan harga diri rendah. Melahirkan untuk pertama kali bagi wanita adalah hal yang sangat menyenangkan sekaligus menegangkan, ketegangan yang dialami dapat disebabkan karena merupakan pengalaman pertama ibu. Hal ini juga berpengaruh terhadap proses adaptasi dimana ibu primipara lebih sering mengalami kekhawatiran pada saat setelah melahirkan (Irvana, 2021). Hal ini sesuai dengan penelitian (Sari, 2011) yaitu adanya hubungan citra tubuh pada ibu primipara. Sesuai juga dengan (Kurniasari & Astuti 2015) bahwa yang menyebabkan hal ini adalah karena sebelumnya ibu belum memiliki pengalaman dalam merawat anak. Penilaian pada *Body Image* ini yaitu dimana sebagian dari responden merasa kurang mampu dalam menerima bentuk tubuhnya dan menghargai serta kurang puas terhadap dirinya sendiri dan terkadang mempersepsikan dirinya ke arah yang negatif.

Self Esteem umumnya adalah sebuah perasaan dan pemikiran tentang penilaian terhadap diri sendiri, dapat dalam bentuk penolakan atau penerimaan yang ditunjukkan pada dirinya sendiri, hasil dari penelitian ini responden yang memiliki *Self Esteem* rendah sebanyak 56 responden (88.9%), sedangkan responden yang memiliki self esteem tinggi sebanyak 7 responden (11.1%).

Penilaian pada *Self Esteem* dimana sebagian besar responden mengalami *Self Esteem* yang rendah karena menganggap dirinya tidak berguna, tidak dapat menghormati dirinya sendiri, memiliki rasa rendah diri saat bertemu dengan orang lain serta tidak mampu mengambil sikap positif terhadap dirinya. Berdasarkan banyak pendapat oleh ahli dapat kita simpulkan bahwa *Self Esteem* adalah suatu evaluasi, pandangan penilaian mengenai diri sendiri. Penilaian tersebut akan mempengaruhi keadaan emosi, intelektualitas tingkah laku individu yang mana dapat bersifat positif maupun negatif. Berdasarkan hasil penelitian (Utami,S.R., 2020), pembahasannya dapat kita simpulkan bahwa terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial keluarga terhadap *self-esteem* pada ibu primigravida. Pengaruh positif ini artinya apabila dukungan sosial keluarga semakin tinggi maka *self-esteem* nya juga akan semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, apabila dukungan sosial keluarga yang diberikan semakin rendah, maka *self-esteem* yang dimiliki ibu primigravida akan semakin rendah pula. Hal ini akan menimbulkan dampak buruk bagi semua anggota keluarga dikarenakan ibu cenderung akan menarik diri dan menolak merawat bayinya sehingga bayi mengalami kekurangan kasih sayang, dukungan keluarga adalah suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosialnya yang dapat diakses oleh keluarga yang dapat bersifat mendukung dan memberikan pertolongan kepada anggota keluarga yang lain (Musdi et al., 2022).

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Grogan, 2017) menjelaskan bahwa individu yang memiliki *Self esteem* rendah akan relatif memiliki kepuasan terhadap tubuh yang rendah begitupun sebaliknya individu yang memiliki *self esteem* tinggi akan memiliki rasa menghargai diri individu itu sendiri yang begitu tinggi pula (Kumalasari & Rahayu, 2022).

Dalam penelitian Cash dan Pruzinsky (2002) yang dikutip dalam (Shawli, I. F., 2019), yang menyatakan bahwa *self esteem* memiliki pengaruh yang signifikan dengan arah yang negatif. dapat diartikan seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diri rendah akan meningkatkan persepsi tubuh yang negatif sehingga dapat muncul evaluasi negatif pada dirinya (Esberger, 1978)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti laksanakan di RSUD Labuang Baji Makassar kepada 63 responden dimana sampel yang diambil adalah ibu pasca melahirkan, terdapat 53 responden dengan *body image* negatif dengan kategori *self esteem* rendah, Hasil analisis hubungan *Body image* dengan *Self esteem* ibu post partum menggunakan uji korelasi pearson diperoleh nilai $p=0,002$ dibawah dari nilai kemaknaan α (0,05) hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *Body Image* dengan *Self Esteem* ibu post partum. Berdasarkan observasi yang dilakukan pada saat penelitian kehamilan dan setelah proses melahirkan menyebabkan terjadinya perubahan kondisi seperti berat badan dan bentuk tubuh dan butuh beberapa penyesuaian seperti sikap dan persepsi terhadap bentuk tubuh (*Body Image*) karena dapat menyebabkan terjadinya persepsi negatif pada diri sendiri. Semakin tinggi persepsi atau perubahan yang terjadi seperti kenaikan berat badan maka akan semakin negatif penilaian pada diri sendiri, sebagian besar responden mengalami keluhan dalam kenaikan berat badan, setelah melahirkan ibu mengalami kenaikan berat badan dan bahkan ada yang sedikit saja mengalami kenaikan pada berat badannya. Responden ada yang mengatakan bahwa mereka tidak percaya diri. Hal ini merupakan persepsi individu tentang penilaiannya terhadap diri sendiri serta pada keadaan tubuhnya yang disebut *Body image* (Ridwan et al., 2018)

Pada penelitian ini lebih dominan responden yang mengalami *Body image* negatif disertai dengan *self esteem* yang rendah, hal ini terjadi karena dominan responden pada saat setelah melahirkan merasa bahwa dirinya sudah tidak menarik secara fisik lagi serta tidak menyukai bentuk fisiknya, ini dapat dilihat dari hasil pengisian kuesioner yang dimana responden memilih setuju bahwa dirinya sudah tidak menarik secara fisik serta tidak menyukai bentuk fisiknya, dan perubahan yang paling signifikan yang banyak responden menilai sangat tidak puas adalah pada perubahan berat badannya. Inilah mengapa *body image* dan *self esteem* saling berhubungan satu sama lain karena jika *body image* ibu setelah melahirkan mengalami gangguan atau negatif itu akan berakibat juga pada *self esteem* nya, ini dapat kita lihat dari kuesioner *self esteem* responden yaitu dimana responden juga mengalami *self esteem* yang rendah dapat dilihat dari hasil pengisian kuesioner responden bahwa menurut responden mereka tidak merasa memiliki kualitas yang baik, terkadang merasa tidak berguna, merasa tidak ada yang bisa dibanggakan dari dirinya dan juga terlihat dari isi pilihan kuesionernya adalah dari beberapa responden ada yang merasa bahwa dirinya adalah orang yang gagal.

Pada penelitian ini terdapat beberapa responden yang memiliki *Body Image* positif dan juga memiliki hasil dari *self esteem* nya tinggi penyebabnya adalah pada responden untuk *body image* nya sudah sangat bagus artinya responden ini sudah sangat mampu mengendalikan dirinya sendiri mengenai persepsi atau penilaian terhadap tubuhnya dan juga kenaikan pada berat badannya maupun perubahan-perubahan lainnya, dan untuk *self esteem* sendiri responden ini sudah mampu mengevaluasi serta menghargai dirinya yang dimana artinya responden sudah mampu mengembangkan dirinya untuk menjadi pribadi yang lebih baik.

Sehingga dalam penelitian ini dapat menunjukkan bahwa citra tubuh berperan terhadap *self esteem* pada wanita dewasa pasca melahirkan. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Coopersmith dikutip dalam (Kumalasari, 2022) apabila seseorang memiliki *self esteem* yang tinggi maka akan memunculkan citra tubuh yang positif pula, dikarenakan ketika memiliki *self esteem* yang tinggi juga akan memberikan evaluasi yang positif terhadap bentuk tubuhnya. Individu yang mempunyai citra tubuh yang positif akan menunjukkan bahwa mereka merasa puas terhadap bentuk tubuh dan juga penampilannya, berbeda dengan individu yang mempunyai citra tubuh negatif akan merasa bahwa bentuk tubuh serta penampilannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya (Kumalasari & Rahayu, 2022).

Hasil dari penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ridwan et al., 2018) dimana hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *Body Image* dan *Self Esteem* pada wanita dewasa muda pasca melahirkan. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa ketika seorang wanita dewasa muda pasca melahirkan memiliki *Body Image* yang positif maka *self esteem* nya pun akan tinggi, dan begitupun sebaliknya jika wanita dewasa muda pasca melahirkan memiliki *body Image* yang negatif maka *Self Esteem* pun akan rendah.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari, 2011) yang dikutip dalam (Ridwan, 2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan harga diri pada ibu postpartum Primipara di puskesmas Mergangsa yogyakarta. Sesuai juga dengan (Kurniasari & Astuti 2015) hal ini disebabkan karena ibu belum memiliki pengalaman dalam merawat anak.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Firda, 2016), dimana hasil penelitian ini terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *Body Image* dengan *Self Esteem* pada wanita dewasa muda, yang dimana artinya jika semakin efektif kepercayaan diri seseorang terhadap tubuh mereka atau memiliki *Body image* yang positif, maka semakin tinggi *self esteem* yang dimiliki dan juga sebaliknya jika seseorang memiliki *Body image* yang negatif maka *self esteem* yang dimiliki pun akan rendah.

Menurut peneliti negatifnya *Body Image* dan rendahnya *self esteem* pada seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya karena meningkatnya berat badan setelah melahirkan serta kurangnya menerima perubahan bentuk tubuhnya karena menyusui atau karena penilaian dari seseorang, dan juga rendahnya *Self Esteem* dikarenakan menganggap dirinya tidak berguna, tidak dapat menghormati dirinya sendiri serta tidak mampu mengambil sikap positif terhadap dirinya dan kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan orang sekitarnya. maka dari itu semua hal akan mempengaruhi *Body image* dan *self esteem* seseorang ini dikarenakan terdapatnya hubungan dimana ketika *Body image* seseorang positif maka *self esteem* nya pun akan tinggi begitupun sebaliknya, jika *Body image* seseorang negatif maka *self esteem* nya pun akan rendah ini karena adanya keterkaitan antara citra tubuh dan harga diri yang dimiliki seseorang untuk menerima perubahan pada bentuk tubuhnya serta mampu menghargai dirinya sendiri. Sehingga pada ibu post partum diharapkan selalu berpikiran positif serta dapat menerima dirinya sendiri dan mampu mengevaluasi diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan pembahasan tentang hubungan antara *Body Image* dengan *self Esteem* ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Terdapat hubungan yang signifikan antara *Body Image* dengan *Self Esteem* ibu post Partum diperoleh nilai $p - value (0,002) < \alpha (0,05)$. 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 esteem*nya pun rendah.

Saran

1. Bagi Responden

Ibu pasca melahirkan harus tetap memperhatikan dan meningkatkan *Body image* dan mempertahankan *Self Esteem*, diharapkan pada setiap individu terutama untuk ibu pasca melahirkan untuk menerima diri sendiri terlebih dahulu dari perubahan yang terjadi dan terus berpikiran positif mengenai dirinya dan memiliki keyakinan bahwa penampilan tidak menjadi standar pribadi seseorang.

2. Profesi keperawatan

diharapkan perawat dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang *Body Image* dan *Self esteem* ibu post partum serta motivasi dan saran aktifitas, olahraga agar dapat menurunkan berat badan.

3. Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai Hubungan antara *Body Image* dengan *Self Esteem* ibu pasca melahirkan di RSUD Labuang Baji Makassar dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat menggali lebih banyak sumber ataupun referensi terkait Hubungan antara *Body Image* dengan *Self Esteem* ibu post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar.

Ucapan Terima Kasih

Terkhusus penulis persembahkan untuk kedua orang tua, serta saudara-saudaraku yang senantiasa mendoakan, memberikan nasehat dan dorongan serta telah banyak berkorban agar penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik, dan semoga Allah SWT membalasnya dengan keberkahan yang berlimpah, dan juga kebahagiaan. Ucapan terima kasih diberikan kepada Bapak dan Ibu dosen beserta seluruh staf yang membantu selama jenjang pendidikan S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin dan pihak RSUD Labuang Baji Makassar serta pasien yang bersedia menjadi responden.

Referensi

- Angood, C., Kerac, M., Black, R., Briend, A., Hanson, K., Jarrett, S., ... Mayberry, A. (2021). Treatment of child wasting: results of a child health and nutrition research initiative (CHNRI) prioritisation exercise. *F1000Research*, Vol. 10, p. 126. <https://doi.org/10.12688/f1000research.46544.1>
- Ariani, P., Agustria, B., Ariescha, P. A. Y., Purba, T. J., Sari, N. M., & Natalia, K. (2020). Hubungan Body Image Terhadap Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Pekerja. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 3(1), 89–95. <https://doi.org/10.35451/jkk.v3i1.513>
- Esberger, K. (1978). Body image. In *Journal of gerontological nursing* (Vol. 4). <https://doi.org/10.3928/0098-9134-19780701-11>
- Faragina, V. A., & Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Kegemukan - Obesitas. *Gerakan Masyarakat Hidup Sehat*, 55.

- Firda, N. (2016). *Hubungan Antara Body Image dengan Self Esteem pada Wanita dewasa Awal pengguna Skincare*. 2–4.
- Gani, R., Bidjuni, H., & Lolong, J. (2014). Hubungan Perubahan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Depresi Pada Ibu Hamil Trimester II Dan Trimester III Dipuskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(2), 107337.
- Irvana. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar. *Nursing Inside Community*, 3(April), 61–66.
- 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>
- Laili, U., & Amalia, R. (2020). The Relationship Between Body Image In Postpartum Mothers And The Practice Of Breastfeeding. *Journal of Global Research in Public Health*, 5(2), 246–249.
- Musdi, W., Nurbaya, S., Nani, S., Makassar, H., Perintis, J., Viii, K., & Makassar, K. (2022). *Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Pada Post Partum*. 2, 363–368.
- Profil Dinas Kesehatan, S. S. (2021). Profil Kesehatan 2021 provinsi sulawesi selatan. *Sik*, 1–333.
- Rahman, S. . & R. (2020). Jurnal Kesehatan Pertiwi. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 2.
- Ridwan, K., Febriani, Z., & Marhamah, S. (2018). Hubungan antara Body Image dengan Self Esteem pada Wanita Dewasa Muda Pasca Melahirkan di Jakarta Serta Tinjauannya dalam Islam. *Journal Psikogenesis*, 5(1). <https://doi.org/10.24854/jps.v5i1.492>
- Tolongan, C., Korompis, G. E. ., & Hutauruk, M. (2019). Dukungan Suami Dengan Kejadian Depresi Pasca Melahirkan. *Jurnal Keperawatan*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24453>
- Wardani, V. A., Lestari, K. B., Nurbaeti, I., & Keperawatan, I. (2021). Hubungan Harga Diri Terhadap Depresi Postpartum Pada Ibu. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 4(1), 62–73.