

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah sebuah proses yang diawali dengan keluarnya sel telur yang matang pada saluran telur yang kemudian bertemu dengan sperma dan keduanya menyatu membentuk sel yang akan bertumbuh (BKKBN, 2004). Konsepsi secara formal didefinisikan sebagai persatuan antara sebuah telur dan sebuah sperma, yang menandai awal suatu kehamilan (Bobak, 2005). Kehamilan menimbulkan beberapa perubahan pada wanita, salah satunya yaitu perubahan secara fisik yaitu terjadinya peningkatan berat badan. Perubahan ini sering kali terbawa sampai setelah melahirkan. Bagi wanita yang ramping dan sangat memperhatikan bentuk tubuh ((BMI) *Body Mass Index* < 19,8), peningkatan berat badan merupakan masalah besar (Bobak, 2005).

Pentingnya peningkatan berat yang sesuai dalam masa hamil bukanlah sesuatu yang dilebih-lebihkan. Peningkatan berat badan masa hamil memberi kontribusi penting terhadap kesuksesan suatu kehamilan. Peningkatan berat ibu disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan makanan untuk memenuhi kebutuhan perkembangan janin selama trimester terakhir dan untuk dipakai sebagai sumber energi diawal masa menyusui. Wanita hamil perlu disadarkan agar tidak memakai kehamilan sebagai alasan untuk makan berlebihan. Wanita yang berat badannya meningkat berlebihan akan memiliki kemungkinan lebih besar untuk tetap gemuk setelah melahirkan (Bobak, 2005).

Periode pascapartum ialah masa enam minggu sejak bayi lahir sampai organ-organ reproduksi kembali ke keadaan normal sebelum hamil. Periode ini kadang-kadang disebut *puerperium* atau trimester keempat kehamilan (Bobak, 2005). Masa nifas atau *puerperium* dimulai sejak 1 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu. Masa pasca persalinan adalah fase khusus dalam kehidupan ibu beserta bayi. Bagi ibu yang mengalami persalinan untuk pertama kalinya, ibu menyadari terjadinya perubahan kehidupan yang sangat bermakna selama hidupnya. Keadaan ini ditandai dengan perubahan emosional, perubahan fisik secara dramatis, hubungan keluarga dan aturan serta penyesuaian terhadap aturan yang berlaku (Sarwono Prawirohardjo, 2008).

Perubahan-perubahan tersebut dapat mempengaruhi konsep diri pada ibu postpartum. Konsep diri ialah semua pikiran, keyakinan, kepercayaan yang merupakan pengetahuan diri yang dimiliki individu dan yang mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain (Stuart dan Laraia, 2005). Konsep diri adalah kombinasi dinamis yang dibentuk selama bertahun-tahun dan didasarkan pada hal berikut: reaksi orang lain terhadap tubuh seseorang, persepsi berkelanjutan tentang reaksi orang lain terhadap diri, hubungan dengan diri dan orang lain, struktur kepribadian, persepsi terhadap stimulus yang mempunyai dampak pada diri, pengalaman baru atau sebelumnya, harapan tentang diri, perasaan saat ini tentang fisik, emosional, dan sosial diri. Konsep diri yang sehat mempunyai tingkat kestabilan yang tinggi dan membangkitkan perasaan negatif atau positif yang ditujukan pada diri (Potter dan Perry, 2005). Konsep diri terdiri dari 5 aspek yaitu: identitas diri (*personal identity*), citra tubuh (*body image*),

ideal diri (*self ideal*), harga diri (*self esteem*) dan peran (Stuart dan Laraia, 2005). Namun penelitian ini akan terfokus pada perubahan citra tubuh (*body image*) dan harga diri (*self esteem*) pada ibu postpartum.

Citra tubuh (*body image*) adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk, fungsi, penampilan dan potensi yang secara berkesinambungan mencakup masa lalu dan saat ini dimodifikasi dengan persepsi dan pengalaman yang baru (Stuart dan Sundeen, 1998). Citra tubuh membentuk persepsi seseorang tentang tubuh, baik secara internal maupun eksternal. Persepsi ini mencakup perasaan dan sikap yang ditujukan pada tubuh. Citra tubuh dipengaruhi oleh pandangan pribadi tentang karakteristik dan kemampuan fisik dan oleh persepsi dari pandangan orang lain. Citra tubuh dipengaruhi oleh pertumbuhan kognitif dan perkembangan fisik. Citra tubuh bergantung hanya sebagian pada realitas tubuh. Seseorang umumnya tidak mengadaptasi dengan cepat terhadap perubahan dalam fisik tubuh. Perubahan fisik mungkin tidak dimasukkan ke dalam citra tubuh ideal seseorang. Misalnya, seseorang yang dulunya kurus dan mengalami peningkatan berat badan yang besar merasa bahwa mereka tetap dengan berat badan sebelumnya sampai diingatkan oleh pakaian yang semuanya menjadi kekecilan atau ketika mereka bercermin.

Harga diri adalah penilaian individu tentang pencapaian diri dengan menganalisa sejauh mana perilaku mencapai ideal diri. Harga diri dapat diperoleh dari diri sendiri dan orang lain (Stuart dan Laraia, 2005). Harga diri rendah situasional adalah suatu keadaan dimana seseorang memiliki perasaan-perasaan

yang negatif tentang dirinya dalam berespon terhadap peristiwa (kehilangan, perubahan) sedangkan harga diri rendah kronis adalah suatu kondisi penilaian diri yang negatif berkepanjangan pada seseorang atas dirinya atau kemampuannya (Carpenito, 2000).

Harga diri berdasarkan pada faktor internal dan eksternal. Harga diri atau rasa kita tentang nilai-diri, rasa ini adalah suatu evaluasi dimana seseorang membuat atau mempertahankan diri. Harga diri dapat dipahami dengan memikirkan hubungan antara konsep diri seseorang dan diri ideal. Diri ideal terdiri atas aspirasi, tujuan, nilai, dan standar perilaku yang dianggap ideal dan diupayakan untuk dicapai. Secara umum, seseorang yang konsep dirinya hampir memenuhi diri ideal mempunyai harga diri yang tinggi, sementara seseorang yang konsep dirinya mempunyai variasi luas dari idealnya mempunyai harga diri yang rendah. Harga diri juga dipengaruhi oleh sejumlah kontrol yang mereka miliki terhadap tujuan dan keberhasilan dalam hidup. Seseorang dengan harga diri yang tinggi cenderung menunjukkan keberhasilan yang diraihinya sebagai kualitas dan upaya diri. Ketika berhasil, seorang individu dengan harga diri yang rendah cenderung mengatakan bahwa keberhasilan yang diraihinya adalah keberuntungan dan atau atas bantuan orang lain ketimbang kemampuan pribadi (Potter dan Perry, 2005).

Berdasarkan study prospektif yang mengevaluasi tentang perubahan berat badan ibu dan kepuasan tubuh dari sebelum melahirkan sampai satu bulan setelah melahirkan, ibu mengalami peningkatan berat badan rata-rata 4,88 kg sehingga membuat ibu kurang puas terhadap berat badan dan bentuk tubuh setelah

melahirkan. Sebuah penelitian longitudinal juga menemukan bahwa wanita mengalami tingkat yang lebih besar terhadap ketidakpuasan tubuh selama periode postpartum dibandingkan selama kehamilan atau kehamilan akhir (Rallis et al, 2007). Kepuasan tubuh penting bagi ibu postpartum. Apabila kepuasan terhadap tubuh berkurang dapat menimbulkan berbagai masalah, sebagai contoh jika ibu kurang puas dengan bentuk tubuh mereka maka kecil kemungkinan untuk menyusui. Study lain menunjukkan terdapat hubungan antara citra tubuh buruk terhadap depresi atau tekanan psikologis yaitu harga diri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh (*body image*) terhadap harga diri (*self esteem*) pada wanita pasca melahirkan. Menurut Zahorick dan Weber (2000), populasi wanita pasca melahirkan diduga sangat rentan terhadap masalah citra tubuh. Selain faktor massa yang memiliki peran besar dalam menanamkan standar kerampingan tubuh pada wanita umumnya, faktor penyesuaian bentuk tubuh pada masa pasca melahirkan dirasakan lebih sulit dibandingkan dengan coping terhadap perubahan pada masa kehamilan. Peneliti merasa tertarik untuk meneliti wanita pasca melahirkan sebagai kelompok subyek yang menarik untuk dibahas karena kondisi fisik, psikologis dan tuntutan sosialnya yang dialami oleh wanita pasca melahirkan cenderung mempengaruhi citra tubuh mereka. Kepuasan citra tubuh yang rendah pada wanita diduga berhubungan kuat dengan harga diri yang rendah atau *low self esteem*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas, timbul rumusan masalah yaitu, Adakah hubungan antara citra tubuh terhadap harga diri pada ibu postpartum primipara di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum :

Mengetahui apakah ada hubungan antara citra tubuh terhadap harga diri pada ibu postpartum primipara di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta.

Tujuan Khusus :

1. Mengetahui tingkat citra tubuh pada ibu postpartum primipara di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta.
2. Mengetahui tingkat harga diri pada ibu postpartum primipara di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi peneliti, berupa pengetahuan baru mengenai perubahan konsep diri terutama citra tubuh dan harga diri yang terjadi pada ibu postpartum.

2. Manfaat bagi fasilitas pelayanan kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberi intervensi bagi pelayanan kesehatan khususnya perawat mengenai perubahan konsep diri yang terjadi pada ibu postpartum.

3. Manfaat bagi ilmu pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai perubahan konsep diri yang terjadi pada ibu postpartum.

4. Manfaat bagi Ibu Postpartum

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pemahaman kepada ibu postpartum mengenai seberapa besar pengaruh perubahan konsep diri khususnya citra tubuh dan harga diri selama hamil sampai melahirkan, sehingga ibu postpartum dapat menerima dirinya apa adanya.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Pada penelitian ini, sampel yang diambil yaitu wanita pasca melahirkan dari berbagai tingkat pendidikan dan status sosial. Dan wanita yang diambil sebagai sampel adalah wanita yang pertama kali melahirkan (primipara) yang berusia maksimal 30 tahun. Pengambilan sampel akan dilaksanakan di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian yang pernah dilakukan dan berkaitan dengan penelitian ini adalah Henggaryadi G (2008) “Hubungan Antara *Body Image* dengan Harga Diri pada

Remaja Pria yang Mengikuti Latihan *Fitness/Kebugaran*". Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Sampel penelitian adalah remaja pria berusia 13-24 tahun yang telah mengikuti latihan *fitness* selama sekitar 3 bulan sampai 1 tahun keatas dan jumlah sampel yang diambil adalah 100 responden. Hasilnya adalah terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *body image* dengan harga diri pada remaja pria yang mengikuti latihan *fitness*. Persamaan penelitian Henggaryadi dengan penelitian ini adalah variabel dependent dan independennya. Perbedaan penelitian Henggaryadi dengan penelitian ini yaitu responden, periode, dan tempat penelitian.