
“Hubungan Status Kehamilan Dan Pengalaman Hamil Dengan Citra Tubuh Pada Ibu Hamil Trimester II Di Puskesmas Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021”

Dian Puspitasari Effendi¹, Fikri Effendi², Ulfi Fatkhurohmah³

¹Keperawatan, Jurusan Sarjana Keperawatan, STIKes Banten

²Keperawatan, Jurusan Sarjana Keperawatan, STIKes Banten

³Keperawatan, Jurusan Sarjana Keperawatan, STIKes Banten

Email : ulfiftkhrmh@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Pada kehamilan terjadi perubahan fisiologis pada ibu salah satunya adalah perubahan tubuh. Perubahan ini akan berdampak pada perubahan citra tubuh (*Body Image*) yang akan berdampak pada Kesehatan ibu dan bayinya. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui gambaran citra tubuh pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Rawa Buntu, kecamatan Serpong, Kota Tangerang Selatan tahun 2021. **Metode Penelitian:** Kuantitatif *crosssectional* dengan jumlah responden 17 ibu hamil trimester II, sedangkan wawancara dengan jumlah responden 5 ibu hamil trimester II. **Hasil Penelitian:** Citra tubuh terdiri dari 4 aspek yaitu afektif, persepsi, kognitif dan perilaku. Keseluruhan aspek memiliki citra tubuh yang positif pada ibu hamil trimester II. **Kesimpulan:** Seluruh ibu hamil trimester II memiliki citra tubuh yang positif. **Saran:** Bagi penelitian selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai data ke arah penentuan intervensi untuk mengatasi masalah gangguan citra tubuh.

Kata kunci: Citra Tubuh, Ibu Hamil Trimester II, Perubahan Fisik

PENDAHULUAN

Kehamilan trimester kedua adalah kehamilan dengan usia 13–27 minggu. Memasuki trimester kedua pada minggu ke 16 akan mulai tampak adanya perubahan bentuk tubuh pada wanita hamil. Perubahan yang terjadi pada trimester II diantaranya adalah perubahan fisik contohnya perubahan pada beberapa bagian tubuh sudah mulai tampak adanya perubahan pada kulit seperti pigmentasi kulit. Sebagian kulit berubah warna menjadi gelap terutama pada bagian wajah, leher, ketiak, selangkangan, payudara, dan garis kehitaman yang tampak disekitar perut, payudara membesar. (Syaiiful & Fatmawati, 2019).

Semua perubahan yang terjadi pada kehamilan akan menyebabkan ibu hamil kehilangan kepercayaan dirinya. Apabila ibu tidak bisa beradaptasi menerima perubahan yang terjadi pada dirinya maka akan menciptakan gangguan yaitu gangguan citra tubuh. Citra Tubuh (Body Image) adalah sikap atau cara pandang seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Dan ini sering terjadi pada ibu hamil (Ruswadi, 2021).

Gangguan Citra tubuh sering terjadi pada kehamilan. Hasil penelitian yang dilakukan didapatkan data sebanyak 64 responden (100%) responden dari ibu hamil, terdapat 13 responden (20,3%) yang memiliki citra tubuh negatif (Pakasi, Zakiyah, dan Setyaningsih, 2020).

Gangguan citra tubuh yang terjadi pada ibu hamil pasti disebabkan oleh faktor-faktor. Faktor yang mempengaruhi Gangguan citra tubuh pada ibu hamil adalah status kehamilan dan pengalaman hamil. Pengalaman pernah hamil akan memberikan informasi terhadap perubahan yang akan terjadi pada dirinya sehingga pada wanita yang sudah pernah hamil biasanya akan lebih rendah untuk mengalami citra tubuh negatif karena sudah pernah merasakan perubahan tubuhnya pada kehamilan sebelumnya, sehingga pada kehamilan yang selanjutnya akan lebih mudah untuk beradaptasi (Yuliani., dkk, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan data bahwa terdapat 22 (73,3%) ibu primigravida dari 30 (100%) yang memiliki citra tubuh negatif, dan terdapat 10 (33,3%) ibu hamil multigravida dari 30 (100%). Dapat disimpulkan bahwa ibu primigravida

lebih banyak yang memiliki citra tubuh negatif dibandingkan dengan ibu multigravida (Seftiani, Lestari & Karim, 2018).

Status kehamilan yaitu kehamilan direncanakan dan tidak direncanakan. Pada kehamilan akan terjadi perubahan pada bentuk, ukuran dan berat badan pada saat hamil. Butuh kesiapan dari seorang wanita untuk menghadapi kehamilannya. Apabila ibu tidak menginginkan kehamilannya maka akan membuat ibu kesulitan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada saat kehamilannya. Perubahan bentuk, ukuran dan berat badan yang terjadi pada saat hamil akan membuat ibu mengalami perubahan pada citra tubuhnya (Yunita, Mulyani, & Handajani, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Juliadilla, 2017) menunjukkan data bahwa subjek merasa menyesal karena tidak ingin hamil dan pada saat hamil membuat perubahan pada bentuk, ukuran dan berat badannya dan perubahan itu membuat tubuhnya menjadi rusak dari yang sebelumnya ideal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif *crosssectional* yang dilakukan pada 17 sampel ibu hamil trimester II di PUSKESMAS RAWA BUNTU tahun 2021 dengan menggunakan metode sampling total populasi. Penelitian ini menggunakan kuesioner BIPS (Body Image Pregnancy Scale) yang disusun oleh watson tahun 2016, kemudian dilakukan modifikasi menjadi 19 pernyataan yang terdiri dari 2 pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourble*. Kuesioner ini menggunakan skala likert yang terdiri dari pilihan sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Nilai yang diberikan untuk setiap pernyataan yang mendukung (favorable) yaitu Sangat Setuju (SS) diberi nilai 4, Setuju (S) diberi nilai 3, Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1.

Nilai yang diberikan untuk setiap pernyataan yang tidak mendukung (unfavorable) yaitu Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, Setuju (S) diberi nilai 2, Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4. Maka dapat disimpulkan skor 19-38

citra tubuh negatif, skor 39-76 citra tubuh positif.

Penelitian ini dilaksanakan tanggal 2 Juli 2021 – 1 Agustus 2021. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *online* melalui *google form* dan link diberikan pada responden melalui pesan *whatsapp* setelah peneliti menjelaskan *informed consent* dan responden bersedia untuk dijadikan sampel pada penelitian ini.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Gambaran Karakteristik Ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia Ibu		
20 – 34 tahun	11	64,7
35 – 45 tahun	6	35,3
Pendidikan Ibu		
SD-SMP	5	29,5
SMA-S1	12	70,5
Pekerjaan Ibu		
Tidak Bekerja	11	64,7
Bekerja	6	35,3
TOTAL	17	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diatas karakteristik ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021

didapatkan data karakteristik usia ibu hamil trimester II adalah sebagian besar memiliki rentan usia 20-34 yaitu 11 (64,7%) ibu hamil. Sebagian besar ibu memiliki tingkat Pendidikan SMA-S1 yaitu 12 (70,5%) ibu hamil. Sebagian besar ibu tidak bekerja yaitu 11 (64,7%) ibu hamil.

Tabel 2
Gambaran Citra Tubuh Pada Ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Citra Tubuh Positif	17	100
Citra Tubuh Negatif	0	0
TOTAL	17	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diatas gambaran citra tubuh pada ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021 didapatkan data dari 17 (100%) ibu hamil trimester II yang menjadi responden, seluruh ibu yaitu 17 (100%) ibu hamil trimester II tidak mengalami gangguan citra tubuh.

Tabel 3
Persentase Pengalaman Hamil Pada Ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021

Pengalaman Hamil	Frekuensi	Persentase (%)
Pernah Hamil	11	64,7
Belum Pernah Hamil	6	35,3
TOTAL	17	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 diatas persentase pengalaman hamil pada ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021 terdapat 11 (64,7%) ibu pernah hamil dan terdapat 6 (35,3%) ibu belum pernah hamil.

Tabel 4
Persentase Status Kehamilan Pada Ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021

Status Kehamilan	Frekuensi	Persentase (%)
Direncanakan	10	58,8
Tidak Direncanakan	7	41,2
TOTAL	17	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 diatas persentase status kehamilan pada ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021 terdapat 10 (58,8%) ibu hamil merencanakan kehamilannya dan terdapat 7 (41,2%) ibu hamil tidak merencanakan kehamilannya.

Tabel 5
Hubungan Pengalaman Hamil Dengan Citra Tubuh Pada Ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021

Pengalaman hamil	Citra Tubuh			
	Citra Tubuh Positif		Citra Tubuh Negatif	
	n	%	n	%
Sudah pernah hamil	11	64,7	0	0
Belum pernah hamil	6	35,3	0	0
TOTAL	17	100		

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 diatas hubungan pengalaman hamil dengan citra tubuh pada ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021 didapatkan data pada ibu hamil yang sudah pernah hamil dan memiliki citra tubuh positif yaitu berjumlah 11 (64,7%) ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki citra tubuh negatif sebanyak 0 (0%) ibu hamil. Ibu hamil yang belum pernah hamil dan memiliki citra tubuh positif sebanyak 6 (35,3%) dan yang memiliki citra tubuh negatif sebanyak 0 (0%).

Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan

antara pengalaman hamil dengan citra tubuh dikarenakan seluruh ibu memiliki citra tubuh positif sehingga terdapat satu *cell* yang kosong dan analisis bivariat tidak dapat dilakukan.

Tabel 6
Hubungan Status Kehamilan
Dengan Citra Tubuh Pada Ibu
Hamil Trimester II Di
PUSKESMAS Rawa Buntu,
Tangerang Selatan Tahun 2021

Status Kehamilan	Citra Tubuh			
	Citra Tubuh Positif		Citra Tubuh Negatif	
	n	%	n	%
Direncanakan	1	5	0	0
	0	8,8		
Tidak Direncanakan	7	41,2	0	0
		2		
TOTAL	1	1	0	0
	7	0		
		0		

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 6 diatas hubungan status kehamilan dengan citra tubuh pada ibu Hamil Trimester II Di PUSKESMAS Rawa Buntu, Tangerang Selatan Tahun 2021 didapatkan data pada ibu hamil yang kehamilannya direncanakan dan memiliki citra tubuh positif yaitu berjumlah 10 (58,8%) ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki citra tubuh negatif sebanyak 0 (0%) ibu hamil. Ibu

hamil yang kehamilannya tidak direncanakan dan memiliki citra tubuh positif sebanyak 7 (41,2%) dan yang memiliki citra tubuh negatif sebanyak 0 (0%).

Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengalaman hamil dengan citra tubuh dikarenakan seluruh ibu memiliki citra tubuh positif sehingga terdapat satu *cell* yang kosong dan analisis bivariat tidak dapat dilakukan.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran citra tubuh pada ibu hamil trimester II di PUSKESMAS RAWA BUNTU tahun 2021.

Usia Ibu

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Astuti, 2012 tentang “Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Tingkat Pengetahuan Tentang Tanda Bahaya Pada Kehamilan Di Puskesmas Sidoharjo Kabupaten Sragen” yang menggunakan desain penelitian yang sama yaitu *crosssectional* dan menunjukkan data bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 38 (72%) ibu hamil dari 53 (100%) ibu hamil.

Usia 20-35 tahun adalah usia yang sehat dan subur untuk melakukan reproduksi. Pada usia ini jika ingin melakukan reproduksi adalah waktu yang baik untuk ibu mengalami kehamilan dan melahirkan (BKKBN, 2011)

Fenomena yang peneliti temukan di lapangan adalah pada ibu hamil yang memiliki usia 20-35 tahun lebih siap dengan kehamilannya karena pada usia ini ibu hamil sudah mempersiapkan dirinya untuk menghadapi kehamilan. Pada ibu hamil yang memiliki usia 35-45 menyikapi kehamilannya dengan tidak siap karena memasuki usia 35-45 ibu sudah mulai merasa tua dan kehamilan di usia ini lebih meningkatkan resiko yang terjadi pada kehamilannya.

Pendidikan Ibu

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Seftiani, Lestari & Karim, 2018 tentang “Perbedaan Citra Tubuh Primigravida Dengan Multigravida” yang melakukan penelitian yang sama yaitu tentang citra tubuh dan menunjukkan data bahwa karakteristik pendidikan ibu hamil paling banyak adalah SMA-S1 yaitu sebanyak 53 (88,3%) ibu hamil dari 60 (100%) ibu hamil.

Ketidaksiapan ibu karena kurang pengetahuan tentang perubahan pada tubuh yang terjadi dalam kehamilan akan memicu timbulnya permasalahan baru. Ibu hamil dengan pengetahuan yang cukup tentang kehamilan akan membuat ibu lebih siap dalam menghadapi perubahan yang terjadi pada kehamilannya (Yuliani, 2021).

Fenomena yang peneliti temukan di lapangan adalah pada ibu hamil yang pada ibu hamil berpendidikan SD-SMP lebih pasif dalam mencari pengetahuan tentang kehamilannya di internet. Ibu hamil yang berpendidikan SMA-S1 lebih aktif dalam mencari informasi tentang kehamilannya di internet, maupun di buku tentang kehamilan.

Pekerjaan Ibu

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gani, Bidjuni & Lolong, 2014 tentang “Hubungan Perubahan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Depresi Pada Ibu Hamil Trimester II Dan Trimester III Di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo” yang melakukan penelitian yang sama yaitu tentang citra tubuh dan menunjukkan data bahwa Sebagian besar ibu hamil tidak bekerja yaitu sebanyak 24 (60%) ibu hamil dari 40 (100%) ibu hamil.

Ibu yang menjadi seorang ibu rumah tangga akan lebih mudah mengontrol aktivitas sehari-harinya dan lebih banyak waktu luang untuk memikirkan kehamilannya dibandingkan dengan ibu yang mempunyai peran ganda di rumah maupun di luar rumah (bekerja) (Prasetya, Jumakil & Sidiq, 2019).

Fenomena di lapangan yang peneliti temukan adalah pada ibu hamil yang bekerja, kehamilan tidak menghambat ibu untuk melakukan pekerjaannya di luar, dan tidak menimbulkan masalah pada ibu. Ibu pada ibu hamil yang bekerja membuat ibu sulit untuk diajak komunikasi karena waktu yang ibu punya terbatas sehingga membuat waktu komunikasi menjadi tidak fleksibel dan pada ibu yang bekerja lebih banyak mendapatkan informasi tentang kehamilannya melalui teman sejawatnya. Pada ibu hamil yang tidak bekerja membuat ibu lebih mempunyai banyak waktu untuk diajak komunikasi karena ibu memiliki lebih banyak waktu luang di rumah dan ibu lebih bisa fokus memperhatikan dan menjaga kehamilannya supaya tetap sehat.

Pengalaman Hamil Ibu

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qudriani & Hidayah, 2016 tentang “Persepsi Ibu Hamil Tentang Kehamilan Resiko Tinggi Dengan Kepatuhan Melakukan Antenatal Care Di Desa Begawat Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun 2016” yang menggunakan desain penelitian dan metode sampling yang sama yaitu desain penelitian crossectional dan metode sampling total populasi dan menunjukkan data bahwa sebagian besar ibu pernah hamil sebelumnya (multigravida) yaitu sebanyak 34 (87,2%) ibu hamil dan ibu yang belum pernah hamil sebelumnya sebanyak 5 (12,8%).

Wanita dalam menyikapi kehamilan yang pertama tentunya akan berbeda dengan wanita yang sudah pernah hamil. Pada kehamilan pertama tentunya wanita belum mempunyai pengalaman tentang kehamilan sehingga hal itu membuat wanita perlu untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Pengalaman pernah hamil tentu saja akan memberikan informasi terhadap perubahan yang akan terjadi pada dirinya sehingga pada wanita yang sudah pernah hamil biasanya akan lebih rendah untuk mengalami citra

tubuh negatif karena sudah pernah merasakan kehamilan sebelumnya (Yuliani., dkk, 2021).

Fenomena yang peneliti temukan di lapangan pada wanita yang pernah hamil sudah memiliki gambaran bahwa saat hamil pasti akan terjadi perubahan pada tubuhnya dan pada ibu yang baru pertama hamil menimbulkan perasaan kaget karena perubahan yang terjadi pada tubuhnya cukup signifikan karena belum pernah mengalami sebelumnya.

Status Kehamilan Ibu

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Prastiwi, 2017) tentang “Determinan Kejadian Kehamilan Tidak Direncanakan (KTD) Di Kabupaten Tegal” yang menggunakan desain penelitian yang sama yaitu crossectional dan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil merencanakan kehamilannya yaitu sebanyak 45 (76,3%) dan sebanyak 14 (23,7%) kehamilan yang tidak direncanakan.

Apabila ada hal yang terjadi yang membuat kehamilannya tidak direncanakan maka akan membuat ibu susah beradaptasi dengan perubahan

yang terjadi pada saat kehamilannya. Sehingga membuat ibu belum bisa menerima perubahan yang terjadi pada tubuhnya dengan baik (Yunita, Mulyani, & Handajani, 2019).

Fenomena yang peneliti temukan di lapangan pada ibu hamil yang kehamilannya direncanakan lebih siap dalam menghadapi kehamilannya maupun perubahan yang terjadi pada kehamilannya. Pada ibu hamil yang kehamilannya tidak direncanakan membuat ibu tidak mempersiapkan kehamilannya.

Hubungan Pengalaman Hamil Dengan Citra Tubuh Ibu Hamil Trimester II

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Seftiani, Lestari & Karim, 2018 tentang “Perbedaan Citra Tubuh Primigravida Dengan Multigravida” yang menggunakan pengumpulan data yang sama yaitu dengan menggunakan kuesioner dan menunjukkan bahwa terdapat 20 (66,7%) dari 30 (100%) ibu hamil multigravida yang memiliki citra tubuh positif. Pada ibu primigravida terdapat 10 (33,3%) dari 30 (100%) ibu hamil yang memiliki citra tubuh yang positif. Hal ini membuktikan bahwa lebih banyak ibu

multigravida yang memiliki citra tubuh yang positif karena sudah pernah mengalami kehamilan sebelumnya.

Pengalaman pernah hamil tentu saja akan memberikan informasi terhadap perubahan yang akan terjadi pada dirinya sehingga pada wanita yang sudah pernah hamil biasanya sudah tau apa saja yang akan terjadi pada tubuhnya selama hamil. Hal ini berbeda dengan wanita yang belum pernah hamil yang tidak mempunyai pengalaman terkait apa saja yang terjadi pada perubahan tubuhnya sehingga memerlukan proses adaptasi pada saat kehamilannya (Yuliani., dkk, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan didapatkan data bahwa :

kalo sekarang lebih banyak jadi lebih gemuk dari kehamilan yang kemarin dan merasa sedikit gemuk dari kehamilan kemarin jadi saya merasa senang”(informan 1 sudah pernah hamil)

“agak kaget sih ya terutama karena kalau bagian tubuh lain membesarnya kan ga terlalu signifikan gitu. Kalau perut itu kaget saya. Waahh ternyata perut gua bisa gede ya

ahahaha jadi kaget (informan 2 belum pernah hamil)

“biasa aja sih, saya kan tidak KB dan kehamilan bisa saja terjadi, Ketika saya tau hamil ya saya siapkan saya siap dengan perubahan yang terjadi terus berapa bulan kedepan pasti akan bertambah berat y aitu pasti sudah di apa ya ? sudah diterima” (informan 3 sudah pernah hamil)

agakk gemuk yaa pastii tapii saya biasa ajaaa sih ga sampe yaangg ga pede karena kehamilan yang kemarin juga gemuk sih”(informan 4 sudah pernah hamil)

“kalau saya sih agak kaget yaa karena awalnya itu saya cuman 50 kg sekarang jadi 65 kg agak kaget sih tapi ga yang kepikiran banget

Kesimpulan hasil penelitian adalah seluruh ibu memiliki citra tubuh yang positif. Pada hasil penelitian ini frekuensi ibu yang memiliki citra tubuh yang positif lebih banyak pada ibu yang sudah pernah hamil sebelumnya. Pada ibu yang baru pertama kali hamil tampak kaget dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya secara signifikan karena perubahan tersebut merupakan hal yang baru pertama kali terjadi pada dirinya, namun ibu tidak terlalu

memikirkan perubahan yang terjadi karena ibu mengerti bahwa orang hamil pasti tubuhnya akan berubah.

Hubungan Status Kehamilan Dengan Citra Tubuh Ibu Hamil Trimester II

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Juliadilla, 2017 dengan judul “Dinamika psikologis perubahan citra tubuh pada wanita pada saat kehamilan”, menunjukkan data bahwa subjek merasa menyesal karena tidak ingin hamil dan pada saat hamil membuat perubahan pada bentuk, ukuran dan berat badannya dan perubahan itu membuat tubuhnya menjadi rusak dari yang sebelumnya ideal.

Hasil penelitian ini tidak sejalan karena karena ada faktor lain yang dapat membuat ibu menerima perubahan pada tubuhnya walaupun kehamilan tidak direncanakan seperti faktor persepsi dan pernah hamil sebelumnya. Ibu yang memiliki persepsi positif seperti menerima dirinya sedang hamil maka akan lebih mudah menerima perubahan yang terjadi.

Kehamilan merupakan masa dimana akan terjadi perubahan pada

tubuh. Perubahan tersebut bisa menjadi sangat signifikan sehingga ibu harus bisa beradaptasi dengan baik saat kehamilannya. Apabila ibu tidak menginginkan kehamilannya maka akan membuat ibu kesulitan untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada saat kehamilannya. Perubahan bentuk, ukuran dan berat badan yang terjadi pada saat hamil akan membuat ibu mengalami perubahan pada citra tubuhnya (Yunita, Mulyani, & Handajani, 2019). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan didapatkan data bahwa:

“ada sedikit berbeda sih eeee dan tidak terlalu memperhatikan penampilan juga sih sebenarnya”(informan 1 kehamilan direncanakan)

“sesuai ekspektasi saya sih, pasti saya akan membengkak badannya eehhh bener membengkak dari awal itu gua harus siap ni nerima keadaan badan gua yang bengkak nanti jadi yaudah. Jadi seneng aja. Lucu kok perutnya gendut hahaha” (informan 2 kehamilan direncanakan)

“ya biasa aja sih saya kan emang orangnya ga terlalu mikirin penampilan mbaa hehehe jadi

walaupun ga direncanakan yaaa ga kaget sih mba” (informan 3 tidak merencanakan kehamilan)

“yaaa gimana yaa hehehe yaaa biasa aja sih ga masalaahhh bagi saya” (informan 4 tidak merencanakan kehamilan)

“eemmmm saya sih biasa ajaa ya karena saya tau Namanya hamil ya tambah besarr jadi yaa saya mikirnya yaudah lah toh nanti bisa kurus lagi saya bisa olahraga atau diet etelah hamil jadi yaa gapapaa” (informan 5 kehamilan direncanakan).

Kesimpulan hasil penelitian adalah seluruh ibu memiliki citra tubuh yang positif, baik yang kehamilannya direncanakan ataupun tidak direncanakan. Pada hasil penelitian ini frekuensi ibu yang memiliki citra tubuh positif lebih banyak dimiliki oleh ibu yang kehamilannya direncanakan.

Saat dilakukan wawancara terdapat faktor lain yang mempengaruhi citra tubuh ibu yaitu:

1. Dukungan suami

Dukungan suami adalah dukungan yang dapat diberikan kepada istri yang

hamil yang lebih mengedepankan sikap untuk saling berkomunikasi yang jujur dan terbuka dan sudah dimulainya sejak awal kehamilan istrinya dan menempatkan nilai penting dalam keluarga untuk mempersiapkan diri jadi orang tua. Dukungan suami sangat penting bagi istri yang hamil dikarenakan banyak perubahan yang terjadi pada dirinya. Jika suami memberikan dukungan yang positif maka istri akan lebih menerima terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya. (Febriyeni., dkk, 2021).

Hasil analisis data dari wawancara yang dilakukan adalah sebagai berikut:

“kalo saya sih yang penting suami support saya klo orang lain mah ga terlalu penting untuk saya hehehehehe, banyak sih komentar jelek Cuma ga aku tanggepin yang penting support suami sih penguat kita” (informan 1)

“yang pasti dari suami eeee diaa ga banyak protes ga suka komentar eee terus dia yang sering ngingetin ya emang gendut kan hamil yang gitu-gitu sih. Jadi itu yang bikin kita juga gimana ya gapapa gitu ini tuh gapapa” (informan 2)

“kalau dukungan sih pasti suami. Dukungan suami kaya gini mba kalau saya sih kan pasti banyak makan terus

dia tauu saya makan apa ya dibeliin sama dia. Mau makan apa mau buah apa ? itu yang tiap hari ditanyakan” (informan 3)

“suami sihh pastiii dukungg yaa, dia bilang yaa kalau lagi hamil pasti kaya gituu gemuk gituu sih katanya” (informan 4)

“yang pasti suami yaa karena dia bilang ya Namanya hamil pasti gemuk ga usah dipikirin nanti juga kalau udah melahirkan kurus lagi” (informan 5)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi citra tubuh ibu yang pertama adalah dukungan suami. Dukungan suami pada istrinya yang sedang hamil memiliki peran besar bagi ibu hamil dalam menghadapi perubahan pada bentuk tubuhnya. Hal ini dikarenakan perubahan yang terjadi pada tubuh ibu hamil dapat diterima dengan baik oleh suaminya sehingga ibu merasa termotivasi untuk menerima perubahan yang terjadi pada tubuhnya selama hamil.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktiningrum, 2019 tentang “Hubungan Dukungan Suami Dengan Respon

Emosional Terhadap Kehamilan Ibu Hamil Primigravida Di Rsia Kumala Siwi Pecangaan Jepara” menunjukkan bahwa sebanyak 21 (42%) orang ibu hamil, suaminya memberikan dukungan dengan kategori baik. Dukungan suami dengan baik dalam kehamilan akan lebih meningkatkan rasa percaya diri ibu terhadap penerimaan kehamilannya serta perubahan-perubahan baik secara fisik maupun secara psikologis tanpa rasa tertekan.

2. Informasi tentang perubahan yang terjadi

Calon ibu perlu mengetahui kondisi perubahan yang akan terjadi selama masa kehamilan terutama perubahan pada tubuhnya karena hal itu bisa menimbulkan perasaan kuatir pada ibu. Oleh karena itu ibu perlu diberikan pengetahuan dan pengertian akan perubahan-perubahan yang terjadi di dalam tubuh pada masa kehamilan akan membantu memberi rasa percaya diri pada calon ibu tersebut, dan ibu yang percaya diri akan memberikan perasaan aman bagi calon bayi di dalam kandungan (Ayustawati, 2019). Hasil analisis data dari wawancara yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

“mendapatkan informasi dari orang-orang ya kalau hamil pasti perubahan bentuk badan, perubahan pola makan eeee truss apa ya lalu ada streechmark, berjerawat tapi gapapa sih kan memang wajar hamil gemuk malah saya pengen gemuk saat hamil berarti bayinya ada pertumbuhan kan” (informan 1)

“yang saya cari di internet itu sih kaya apa aja yang harus saya lakukan saat hamil, pantangan makan, terus kenapa sih badan jadi gemuk tadi kan aku bilang ya karena volume darah nambah, ada lemak juga, terus ada air ketuban juga gitu sihh paling jadi kalau aku gemuk ya wajar sih” (informan 2)

“kalau yang saya tau dari kaya dari artikel dari majalah dari buku itu sekitar payudara membesar, perut membesar kalau kaki yang bengkak itu harus diperhatikan kenapa gitu kalau pengetahuan saya ya” (informan 3)

“apaaa yaaa ? eemmm oiya dokter pernah bilang. Saya waktu itu kan tanya kenapa muka saya kusam terus oo mungkin darii hormonnya banyak yang terjadi kaya gitu. kata dokter sih gitu nanti juga ilang lagi. Awalnya kepikiran sih tapi karena

dokter bilang ga masalah yaudahh wajar” (informan 4)

“yang pasti petugas Kesehatan teruss temen-temen kerja saya teruss orang tua juga bilang kalau hamil harus siap-siap gemukk gitu sih karena pasti berat badan naik payudara membesar ya semuanya berubah deh” (informan 5)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi citra tubuh yang kedua adalah informasi yang ibu dapatkan tentang perubahan tubuh yang terjadi pada kehamilannya. Informasi yang telah diberikan tentang perubahan yang terjadi pada kehamilan oleh dokter, bidan, petugas kesehatan, maupun informasi yang ibu dapatkan dari internet akan membuat ibu bisa menerima perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Hal ini dikarenakan informasi yang didapatkan membuat ibu merasa bahwa perubahan yang terjadi pada tubuhnya adalah hal yang normal dan wajar dialami pada wanita hamil sehingga akan membuat ibu memiliki citra tubuh yang baik selama hamil.

3. Persepsi diri sendiri

Memahami apa yang terjadi pada tubuhnya ketika hamil dan memandang perubahan pada tubuhnya

tersebut sebagai sesuatu yang normal dan menanamkan pada diri sendiri bahwa hal tersebut adalah wajar saat hamil maka dapat berpengaruh positif terhadap body image wanita hamil. Meskipun setiap wanita mengalami perubahan pada hormonal yang sama, namun respon citra tubuhnya antara satu dengan yang lainnya berbeda. Bahkan pada wanita yang sama dapat mengalami reaksi yang berbeda-beda pada setiap kehamilannya (Yuliani., dkk, 2021).

Hasil analisis data dari wawancara yang dilakukan adalah sebagai berikut:

“kalo saya sih terima aja ya perubahan pada tubuh saya karna kan saya yang pengen hamil saya juga ga terlalu mikirin omongan orang” (informan 1)

“saya sih mikirnya kan ini untuk bayi saya ya jadi ga masalah gitu mau gemuk juga gitu sih. Sayanya ga masalah badan saya membesar saya malah seneng karena normalnya kan membesar ya kata dokter juga normal kok walaupun menjadi sebesar ini hahaha” (informan 2)

“Kalau saya sendiri yaa emang sudah menerima maksudnya Ketika liat hasilnya hamil yaudah diterima, kalau

dengan penampilan ya paling saya mencari baju yang agak longgar-longgar gitu. kalau bulan-bulan pertama kan masih bisa ya pake celana tapi udah masuk bulan selanjutnya kan sudah ga bisa dipakai ya mba” (informan 3)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi citra tubuh yang ketiga adalah persepsi pada dirinya sendiri. Ibu yang memiliki persepsi yang baik pada dirinya selama hamil maka akan memiliki citra tubuh yang baik dibandingkan ibu yang memiliki persepsi buruk pada tubuhnya selama hamil. Persepsi ibu yang menerima bahwa dirinya hamil dan mengalami perubahan pada tubuhnya adalah hal yang biasa terjadi pada ibu hamil akan membuat ibu memiliki citra tubuh yang baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Susanti, Misrawati & Utomo, 2012) dengan judul “Hubungan Persepsi Ibu Hamil Tentang Kehamilan Dengan Tingkat Kecerdasan Emosional” bahwa ibu hamil yang persepsi positif terhadap kehamilan ada 18 (66,7%) dari 27 (100%) ibu hamil. Pada ibu hamil yang memiliki persepsi positif lebih mudah

menerima perubahan yang terjadi pada kehamilannya dan lebih mudah beradaptasi.

4. Media sosial

Media sosial adalah salah satu yang dapat mempengaruhi citra tubuh, seperti game, internet, dan majalah yang menggambarkan tentang penampilan, kecantikan dan tubuh yang ideal. Dikarenakan seseorang melihat penampilan tubuh yang ideal pada media masa, membuat orang merasa bahwa penampilannya tidak ideal seperti pada penampilan yang ada di media masa (Sutejo, 2019).

Hasil analisis data dari wawancara yang dilakukan adalah sebagai berikut:

“waktu itu saya pernah ter trigger, alhamdulillah selama 7 bulan ini berat badan cuman naik 4 kg, kok dia naiknya 4 kg ya saya mikir gitu terus saya baca lagi kan maksudnya saya dapet motivasi lagi dari postingan lain kalau berat badan ibu hamil tuh bertambah karena darah, berat janin terus yaudah saya langsung pikir positif aja, dia ga normal kali gue yang normal gitu aja hahaha abis itu saya mikir udahlah gamau ambil pusing gua kayanya ni orang di unfollow aja deh” (informan 2)

“ada jadi temen saya ada, dia badannya kecil ketika hamil juga cuman perutnya aja badannya yang lain ya okelah membesar tapi maksudnya ga sampe signifikan terus bisa lagi Kembali ke normal seperti sebelum hamil punya anak langsing gitu” (informan 3)

“mereka sih senang ya doain jugaa gitu ga ada yang komen negatif sih hehehe alhamdulillah jadi ikutan senang walaupun berubah tubuhnya hehe” (informan 5)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi citra tubuh yang keempat adalah media sosial. Ibu yang memiliki media sosial dan memiliki teman di media sosial yang mendukung perubahan yang terjadi pada kehamilannya dengan memberikan komentar positif akan membuat ibu lebih merasa senang dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Sebaliknya jika di media sosial ada yang memberikan komentar yang negatif pada tubuhnya selama hamil akan membuat ibu merasa sedih dan mulai memikirkan hal yang negatif pada dirinya karena pada saat hamil wanita cenderung lebih sensitif pada hal-hal yang mengganggu dirinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hicks & Brown, 2016) dengan judul “Higher Facebook Use Predicts Greater Body Image Dissatisfaction During”, menunjukkan data bahwa ibu yang tidak memiliki Facebook merasa secara signifikan lebih positif tentang tubuh hamil mereka daripada mereka yang melakukannya [$F(1,257) = 11,53, p = 0,00$]. Ibu yang punya akun facebook jauh lebih negatif tentang perubahan pada tubuh mereka selama kehamilan karena komentar dari orang-orang di facebook pada perubahan tubuhnya saat hamil.

KESIMPULAN

1. Persentase karakteristik umur, pendidikan & pekerjaan pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Rawa Buntu tahun 2021, didapatkan bahwa Sebagian besar ibu hamil trimester 2 memiliki Pendidikan SMA-S1 yaitu 12 (70,5%) orang. Sebagian besar ibu hamil trimester II tidak bekerja yaitu sebanyak 11 (64,7%) orang. Sebagian besar Ibu hamil berumur 20-34 yaitu sebanyak 11 (64,7%) orang.
2. Presentasi citra tubuh secara keseluruhan pada ibu hamil trimester II di puskesmas Rawa Buntu adalah seluruhnya positif yaitu sebanyak 17 (100%) orang.
3. Persentase pengalaman hamil pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Rawa Buntu yaitu sebanyak 11 (64,7%) ibu pernah hamil dan sebanyak 6 (35,3%) ibu sudah pernah hamil sebelumnya
4. Persentase status kehamilan pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Rawa Buntu yaitu sebanyak 10 (58,8%) ibu merencanakan kehamilannya dan sebanyak 7 (41,2%) ibu tidak merencanakan kehamilannya.
5. Persentase hubungan pengalaman hamil dengan citra tubuh ibu yaitu sebanyak 11 (64,7%) ibu hamil trimester II sudah pernah hamil dan memiliki citra tubuh positif. Sedangkan pada ibu hamil trimester II yang belum pernah hamil sebelumnya dan memiliki citra tubuh positif yaitu sebanyak 6 (35,3%).
6. Persentase hubungan status kehamilan dengan citra tubuh ibu pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Rawa Buntu tahun 2021, didapatkan data bahwa sebanyak 10

(58,8%) ibu hamil trimester II merencanakan kehamilannya dan memiliki citra tubuh positif sedangkan pada ibu hamil trimester II yang tidak merencanakan kehamilannya dan memiliki citra tubuh positif yaitu sebanyak 7 (41,2%).

SARAN

1. Bagi PUSKESMAS

Diharapkan tenaga kesehatan khususnya bidan untuk memberikan edukasi pada ibu hamil tentang perubahan-perubahan yang akan terjadi selama kehamilan dengan kata-kata yang jelas dan biasa digunakan sehari-hari terutama pada ibu yang baru pertama kali hamil serta menyediakan konseling citra tubuh pada saat hamil dan memberikan edukasi tentang KB untuk mencegah kehamilan di usia yang berisiko

2. Bagi Responden

Bagi responden penelitian diharapkan bisa terus menjaga citra tubuh saat hamil tetap positif dan menghindari faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh menjadi negatif sehingga berdampak baik

pada kehamilan maupun kesehatan ibu hamil.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai data tambahan, informasi, dan evidence based ke Arah penentuan intervensi untuk mengatasi citra tubuh dan diharapkan dapat melakukan wawancara lebih mendalam mengenai faktor yang dapat menyebabkan ibu memiliki citra tubuh yang negatif selain dari hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, H.P. (2012). Hubungan karakteristik ibu hamil dengan tingkat pengetahuan tentang tanda bahaya pada kehamilan di Puskesmas Sidoharjo kabupaten Sragen. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*.
https://web.archive.org/web/20180410121803id_/http://jurnal.sti.keskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/viewFile/40/95.
- Ayustawati. (2019). *Kehamilan. INFORMASI MEDIKA*
- Febriyeni., dkk. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan. Yayasan Kita Menulis*.

- Gani, R.R., Bidjuni, H., & Lolong, J. (2014). Hubungan perubahan citra tubuh (body image) dengan depresi pada ibu hamil trimester II dan trimester III di PUSKESMAS tilango kabupaten Gorontalo. *Jurnal Keperawatan*, Volume 2 No. 2. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5256>
- Hicks, S., & Brown, A. (2016). Higher facebook use predicts greater body image dissatisfaction during pregnancy: the role of self-comparison. *Prostaglandins, Leukotrienes and Essential Fatty Acids*, 115, 60–66. <http://dx.doi.org/10.1016/j.plefa.2015.08.001>.
- Juliadilla, R. (2017). Dinamika Psikologis Perubahan Citra Tubuh Pada Wanita Pada Saat Kehamilan. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(1), 57–66.
- Oktiningrum, M. (2019). Hubungan dukungan suami dengan respon emosional terhadap kehamilan ibu hamil primigravida di rsia kumala siwi pecangaan jepara. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur*, Volume 12 No. 2. <http://jurnal.stikesbudiluhurcimahi.ac.id/index.php/jkbl/article/view/68/38>
- Pakasi, G.P., Zakiyah, & Setyaningsih.W. (2020). Hubungan citra tubuh dengan tingkat stress, kecemasan dan depresi pada ibu hamil. *Binawan Student Journal (BSJ)*. 2(April), 172–177. <http://journal.binawan.ac.id/bsj/article/view/104>.
- Prasetya. F., Jumakil & Sidiq, N.M. (2019). *Prosiding seminar nasional Kesehatan: penguatan dan inovasi pelayanan Kesehatan dalam era revolusi industry 4.0*. UHO EduPress
- Prastiwi, R.S. (2017). Determinan kejadian kehamilan tidak direncanakan (KTD) di kabupaten Tegal. *SEMINAR NASIONAL IPTEK TERAPAN*. <https://core.ac.uk/download/pdf/268057528.pdf>
- Qudriani, M & Hidayah, S.N. (2016). Persepsi ibu hamil tentang kehamilan resiko tinggi dengan kepatuhan melakukan antenatal care di Desa Begawat Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun 2016. *E-Journal PoliTeknik Tegal*. <https://core.ac.uk/download/pdf/268057434.pdf>.
- Ruswadi, I. (2021). *Keperawatan jiwa, panduan praktis untuk mahasiswa keperawatan*. Indramayu: CV. Adanu Abimata.

- Seftiani, Y., Lestari, W., & Karim, D. (2018). Perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida. *ACADEMIA*. <https://www.neliti.com/publications/185291/perbedaan-citra-tubuh-primigravida-dengan-multigravida>
- Susanti, U., Misrawati., & Utomo, W. (2012). Hubungan persepsi ibu hamil tentang kehamilan dengan tingkat kecerdasan emosional. *Jurnal NERS Indonesia, Volume 2 No. 2*. <https://jni.ejournal.unri.ac.id/index.php/JNI/article/view/2023/1988>.
- Sutejo. (2019). *Keperawatan jiwa konsep dan praktik asuhan keperawatan jiwa dan psikososial*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Syaiful, Y., & Fatmawati, L. (2019). *Asuhan keperawatan kehamilan*. Surabaya: CV. Jakad Publishing.
- Watson, B., Broadbent, J., Fuller-Tyszkiewicz, M., & Skouteris, H. (2015). A qualitative exploration of body image experiences of women progressing through pregnancy. *Women And Birth: Journal Of The Australian College Of Midwives*. doi:10.1016/j.wombi.2015.08.007
- Watson, B.E. (2016). *Developing and validating a measure of body image for pregnant women*. Australia: Deakin University Australia Worldly. <https://www.semanticscholar.org/paper/Developing-and-validating-a-measure-of-body-image-Watson/e45ebd5bc65d163bc50563d6dbcbb44f91a1f588>
- Yuliani, D.R., dkk. (2021). *Asuhan Kehamilan*. Yayasan Kita Menulis
- Yunita, N., Mulyani, E & Handajani, D.O. (2019). Psikologi daur hidup wanita. Jawa Timur: CV. Literasi Nusantara Abadi.