

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Periode pascapersalinan (postpartum) merupakan masa kritis dalam kehidupan seorang perempuan, ditandai oleh berbagai perubahan fisik, hormonal, psikologis, dan sosial yang kompleks. Masa ini tidak hanya mencakup pemulihan fisiologis pasca persalinan, namun juga adaptasi terhadap peran baru sebagai ibu. Perubahan mendadak dalam rutinitas harian, kurang tidur, serta tuntutan emosional sering kali menyebabkan ibu merasa kewalahan. Secara umum, postpartum diartikan sebagai masa transisi yang dimulai segera setelah melahirkan, ketika tubuh ibu mengalami pemulihan sistem reproduksi dan penyesuaian psikososial menuju keadaan sebelum kehamilan (Arienta Sari, 2020).

Selama masa postpartum, ibu menghadapi berbagai perubahan yang saling berkaitan. Secara fisik, tubuh mengalami proses pemulihan seperti penyusutan rahim, nyeri perineum, gangguan tidur, dan pembengkakan payudara yang dapat menyebabkan kelelahan; hal ini, jika tidak ditangani dengan baik, berpotensi memperburuk kondisi mental ibu (Veri et al., 2024). Dari sisi hormonal, terjadi penurunan tajam hormon estrogen, progesteron, dan endorfin, yang berperan dalam timbulnya gangguan suasana hati (Rosyida, 2023). Secara psikologis, ibu dapat mengalami perubahan emosional yang signifikan, seperti rasa cemas, sedih, hingga depresi postpartum akibat interaksi antara kondisi fisik, pengalaman persalinan, dan minimnya dukungan dari orang sekitar (Annisa & Natalia, 2023). Selain itu, secara sosial, peran baru sebagai ibu seringkali menyebabkan keterbatasan dalam berinteraksi dengan lingkungan dan menimbulkan tekanan sosial; rendahnya dukungan dari keluarga dan lingkungan sangat berkaitan dengan risiko terjadinya postpartum blues (Mariany et al., 2022). Oleh sebab itu, dibutuhkan pendekatan menyeluruh yang mencakup aspek fisik, emosional, dan sosial untuk mendukung ibu dalam masa pemulihan setelah melahirkan.

Salah satu isu penting dalam masa postpartum yang sering terabaikan adalah citra tubuh atau *body image*, yakni persepsi subjektif perempuan terhadap bentuk, ukuran, dan penampilan tubuh mereka setelah melahirkan. Perubahan drastis pada tubuh, seperti stretch marks, perut membesar, atau kenaikan berat badan, kerap memengaruhi bagaimana ibu memandang dirinya sendiri. Dalam masyarakat yang

menekankan nilai estetika dan standar kecantikan pasca-kehamilan, tekanan sosial terhadap ibu untuk “kembali langsing” dapat memperparah ketidakpuasan terhadap citra tubuh mereka (Jackson et al., 2024). Ketidakpuasan terhadap citra tubuh pasca persalinan tidak hanya berdampak pada penilaian fisik semata, tetapi juga memengaruhi kesehatan mental ibu, termasuk peningkatan risiko gangguan makan dan persepsi negatif terhadap diri sendiri. Persepsi yang tidak realistis terhadap perubahan tubuh sering kali menurunkan rasa percaya diri dan memperburuk kesejahteraan psikologis ibu pada masa nifas. Studi oleh (Grajek et al., 2022) menunjukkan bahwa wanita dengan citra tubuh negatif cenderung mengalami gangguan perilaku makan dan ketidakpuasan yang tinggi terhadap penampilan fisiknya. Oleh karena itu, diperlukan dukungan psikoedukatif dari tenaga kesehatan dan lingkungan sosial agar ibu mampu menerima perubahan tubuh secara lebih positif dan adaptif.

Perubahan fisiologis yang dialami oleh perempuan setelah melahirkan kerap mempengaruhi persepsi terhadap bentuk dan fungsi tubuhnya, sehingga berdampak pada citra tubuh atau *body image*. Prevalensi ketidakpuasan terhadap *body image* pascapersalinan tergolong tinggi, terutama pada ibu nifas yang belum mampu beradaptasi dengan perubahan bentuk tubuh yang terjadi secara cepat. Sebuah studi yang dilakukan oleh (Iriana et al., 2023) di wilayah kerja Puskesmas Mulyorejo dan Puskesmas Medokan Ayu menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (57,4%) mengalami persepsi negatif terhadap bentuk tubuhnya setelah persalinan. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian (Selvan & Surjaningrum, 2023), yang menyatakan bahwa persepsi negatif terhadap *body image* berkorelasi dengan rendahnya kepercayaan diri dan meningkatnya risiko depresi postpartum. Kondisi ini diperparah dengan minimnya dukungan sosial serta kurangnya edukasi mengenai perubahan tubuh pascamelahirkan, yang menyebabkan ibu lebih rentan mengalami gangguan psikologis. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan di fasilitas pelayanan dasar seperti Puskesmas Jogonalan untuk mengidentifikasi dan menangani masalah citra tubuh secara dini guna mencegah komplikasi psikologis lebih lanjut, termasuk depresi pascanifas.

Data global menunjukkan lebih dari 60% ibu postpartum mengalami ketidakpuasan tubuh pada 3 bulan pertama setelah melahirkan, yang berdampak pada kepercayaan diri serta memicu tekanan emosional (Linde et al., 2024). Ketidakpuasan ini berkaitan dengan rasa malu, rendahnya harga diri, dan perasaan tidak mampu

memenuhi ekspektasi sebagai ibu maupun perempuan. Di Indonesia, fenomena serupa juga ditemukan, penelitian (Fazraningtyas, 2022) di RSUD Banjarmasin menunjukkan gangguan persepsi tubuh berkontribusi signifikan terhadap depresi postpartum. Hal ini sejalan dengan temuan (Soemarko et al., 2024) bahwa perubahan fisik pascapersalinan yang tidak sesuai standar kecantikan masyarakat memperburuk kondisi psikologis ibu dan memicu gejala depresi. Dalam konteks budaya Indonesia, ekspektasi sosial turut memperberat tekanan emosional yang dialami ibu pascamelahirkan.

Depresi merupakan salah satu gangguan jiwa tersering yang ditandai dengan suasana hati menurun, hilangnya minat, dan gangguan fungsi sehari-hari. WHO memperkirakan lebih dari 280 juta orang di dunia mengalami depresi, menjadikannya penyebab utama disabilitas dan penurunan produktivitas secara global (WHO, 2023). Di Indonesia, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan prevalensi depresi sebesar 1,9% pada usia ≥ 15 tahun, dengan kecenderungan lebih tinggi pada kelompok remaja dan dewasa muda (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Depresi postpartum merupakan gangguan suasana hati yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor biologis, psikologis, dan sosial. Secara biologis, perubahan hormon estrogen dan progesteron yang drastis setelah persalinan dapat memengaruhi kestabilan emosional ibu, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap depresi (Fatmawati & Gartika, 2021). Faktor psikologis mencakup riwayat gangguan mental sebelumnya, stres selama kehamilan, harga diri rendah, serta ketidakpuasan terhadap citra tubuh pascapersalinan (Grajek et al., 2022; Krupa-Kotara et al., 2025). Sementara itu, faktor sosial meliputi kurangnya dukungan dari pasangan, konflik rumah tangga, dan tekanan ekonomi yang memperburuk kesejahteraan emosional ibu (Fraihat et al., 2024). WHO melaporkan lebih dari 1 dari 10 ibu (sekitar 10–13%) mengalami depresi setelah melahirkan, dengan angka lebih tinggi di negara berkembang (WHO, 2023). Di Indonesia, penelitian-penelitian lokal menunjukkan prevalensi bervariasi. Misalnya, studi di Surabaya menemukan 27% ibu nifas mengalami gejala depresi (Handini & Puspitasari, 2021), sementara penelitian di Samarinda melaporkan prevalensi 11% pada ibu 4–24 minggu pascapersalinan berdasarkan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) (Abdullah R; Arsyad, AH, 2025). Temuan ini menekankan perlunya peningkatan layanan kesehatan mental serta penelitian faktor-faktor risiko, termasuk *body image* pascapersalinan di Puskesmas Jogonalan.

Ibu yang tidak nyaman dengan perubahan bentuk tubuh pascapersalinan sering merasakan malu, takut dinilai buruk oleh pasangan, dan bersalah karena tidak bahagia, yang berisiko berkembang menjadi depresi jika tidak ditangani (Jackson et al., 2024) Depresi postpartum tidak hanya mengganggu kestabilan emosional ibu, tetapi juga berdampak pada kualitas kehidupan keluarga. Ibu nifas yang depresi cenderung kurang responsif terhadap kebutuhan bayinya sehingga menghambat ikatan emosional (bonding), yang dapat memicu keterlambatan perkembangan anak (Ariasih et al., 2023) Selain itu, pasangan ibu juga dapat mengalami tekanan psikologis tinggi, konflik rumah tangga, hingga depresi sekunder, yang memperburuk dinamika keluarga (Veri et al., 2024) Kondisi ini menegaskan bahwa depresi postpartum merupakan krisis emosional keluarga sehingga penanganannya perlu komprehensif, melibatkan pasangan, keluarga, dan tenaga kesehatan.

Koping atau mekanisme penyesuaian diri berperan penting dalam membantu ibu menghadapi perubahan dan tuntutan pada masa nifas. Ibu yang menggunakan strategi koping adaptif, seperti mencari dukungan sosial, berpikir positif, melakukan aktivitas fisik ringan, beribadah, serta berpartisipasi dalam kelompok ibu menyusui, cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan lebih cepat pulih dari kelelahan emosional (Krismiadi et al., 2023) Sebaliknya, penggunaan koping maladaptif, seperti menarik diri, menyalahkan diri sendiri, atau menghindari tanggung jawab keibuan, dapat memperburuk kondisi psikologis ibu dan meningkatkan risiko depresi postpartum. (Ariasih et al., 2023) menambahkan bahwa dukungan pasangan dan keluarga menjadi bentuk koping eksternal yang sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis ibu nifas. Ibu yang mendapatkan dukungan emosional cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dan mampu beradaptasi lebih baik terhadap perubahan peran setelah melahirkan. Oleh karena itu, intervensi keperawatan di fasilitas kesehatan primer perlu mendorong edukasi mengenai strategi koping positif dan memperkuat dukungan sosial bagi ibu nifas yang berisiko mengalami depresi postpartum.

Penelitian oleh (Linde et al., 2024) dinamika ketidakpuasan terhadap citra tubuh selama kehamilan hingga enam bulan pascapersalinan pada 783 wanita di Jerman. Hasil studi longitudinal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi Body Mass Index (BMI), semakin besar pula ketidakpuasan terhadap tubuh yang dirasakan, yang berhubungan signifikan dengan peningkatan gejala depresi postpartum berdasarkan skor EPDS. Temuan ini menekankan bahwa persepsi negatif terhadap tubuh bukan

sekadar persoalan estetika, melainkan isu klinis yang harus diperhatikan dalam perawatan ibu pascapersalinan. Sementara itu, studi kualitatif fenomenologis oleh (Jackson et al., 2024) mengungkap pengalaman emosional ibu dalam tiga bulan pertama setelah melahirkan. Artikel ini menggambarkan bahwa perasaan malu, bersalah, dan gagal sebagai ibu sering kali muncul akibat perubahan bentuk tubuh dan tekanan sosial yang mengidealkan tubuh postpartum. Penelitian ini menyoroti bahwa gangguan psikologis ibu nifas bisa berakar dari ketegangan internal dan ekspektasi tidak realistis terhadap citra tubuh, bukan hanya dari trauma besar.

Di Indonesia, khususnya wilayah pedesaan seperti Kecamatan Jogonalan di Kabupaten Klaten, perhatian terhadap kesehatan mental ibu nifas masih sangat terbatas. Layanan primer seperti Puskesmas cenderung fokus pada pemantauan fisik pasca persalinan, seperti perdarahan, laktasi, dan tanda-tanda infeksi, tanpa menyertakan asesmen psikologis yang komprehensif. Hal ini menjadikan isu kesehatan mental, termasuk persepsi tubuh, kerap luput dari perhatian dalam praktik klinis sehari-hari.

Beberapa penelitian menegaskan bahwa citra tubuh berperan penting terhadap kesehatan mental ibu nifas. (Fraihat et al., 2024) menemukan bahwa pengalaman melahirkan yang traumatis dapat memperburuk persepsi tubuh dan meningkatkan risiko depresi postpartum, sehingga dibutuhkan pendekatan holistik yang memperhatikan pengalaman subjektif ibu. (Hong & Kim, 2025) menambahkan bahwa kualitas hidup ibu pascapersalinan dipengaruhi oleh kondisi fisik, hubungan pernikahan, peran keibuan, serta persepsi tubuh, menjadikan citra tubuh aspek yang tidak boleh diabaikan. Sementara itu, (Schwartz & Ketner Villa, 2025) menegaskan bahwa citra tubuh dapat menjadi mediator antara stres kronis dan gejala depresi. Namun, intervensi psikologis yang ada masih jarang memasukkan edukasi atau konseling tentang *body image*, khususnya di layanan primer seperti Puskesmas semi-urban di Indonesia, termasuk Jogonalan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk menguji hubungan antara citra tubuh dan depresi postpartum guna memberikan gambaran nyata mengenai dinamika psikologis ibu nifas di layanan kesehatan primer.

Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas kesehatan di Kecamatan Jogonalan, diketahui bahwa wilayah tersebut memiliki dua puskesmas, yaitu Puskesmas Jogonalan I dan Puskesmas Jogonalan II. Data ibu nifas pada bulan Juli 2025 menunjukkan jumlah rata-rata sekitar 18 orang pada masing-masing puskesmas,

sehingga dapat dikatakan bahwa populasi tersebut cukup memadai sebagai dasar pelaksanaan penelitian.

Studi pendahuluan dilaksanakan pada tanggal 21 Agustus 2025 di wilayah kerja Puskesmas Jogonalan I dan II, dengan melibatkan 5 orang ibu hamil dan 2 orang petugas kesehatan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan pedoman wawancara semi terstruktur serta beberapa butir pertanyaan yang diadaptasi dari kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire–Appearance Scale (MBSRQ–AS)* dan *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)*.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 5 orang ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Jogonalan menunjukkan adanya kecenderungan kekhawatiran mengenai perubahan citra tubuh setelah melahirkan. Sebagian besar responden (3 orang) menyatakan merasa cemas terhadap perubahan bentuk tubuh pascapersalinan, khususnya terkait dengan kondisi perut yang mengendur, peningkatan berat badan yang sulit kembali seperti semula, serta munculnya stretch mark, 2 responden lainnya menyampaikan bahwa mereka tidak terlalu mempermasalahkan perubahan fisik, namun lebih menyoroti potensi munculnya rasa lelah dan perasaan sedih setelah melahirkan.

Selain itu, 3 ibu nifas menyatakan mengalami penurunan kepercayaan diri akibat perubahan fisik, serta merasakan mudah tersinggung dan kurang bersemangat dalam aktivitas sehari-hari setelah melahirkan yang pada akhirnya berdampak pada kondisi psikologis maupun relasi dengan pasangan.

Temuan awal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu hamil telah memiliki kekhawatiran terkait citra tubuh setelah melahirkan, dan beberapa di antaranya mengaitkan hal tersebut dengan kondisi psikologis, termasuk rasa cemas dan sedih. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan antara citra tubuh pascapersalinan dengan tingkat depresi pada ibu nifas menjadi penting untuk dilakukan, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Jogonalan.

Berdasarkan urgensi tersebut, tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara citra tubuh postpartum dan tingkat depresi pada ibu nifas di Puskesmas Jogonalan, serta menilai urgensi integrasi intervensi berbasis persepsi tubuh dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan mental ibu secara menyeluruh dan berkelanjutan.

B. Rumusan Masalah

Ibu nifas merupakan perempuan yang sedang berada dalam masa pemulihan pascapersalinan, yaitu masa yang tidak hanya menuntut adaptasi secara fisik, tetapi juga psikologis dan sosial. Perubahan tubuh yang terjadi secara signifikan setelah melahirkan sering kali memengaruhi persepsi ibu terhadap *body image*. Dalam masyarakat modern, persepsi tentang bentuk tubuh ideal sering kali diperkuat oleh media sosial, lingkungan sekitar, maupun ekspektasi diri, sehingga ibu nifas rentan merasa tidak puas terhadap kondisi fisiknya. Ketidakpuasan terhadap *body image* dapat menurunkan kepercayaan diri dan memicu gangguan emosional, termasuk depresi postpartum. Depresi *postpartum* sendiri merupakan gangguan psikologis yang umum terjadi, dengan gejala seperti perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan minat, mudah marah, merasa bersalah, hingga keinginan menyakiti diri sendiri. Kondisi ini jika tidak ditangani dapat berdampak pada kualitas hidup ibu, ikatan ibu-anak, hingga kesejahteraan keluarga. Di lingkungan layanan kesehatan dasar seperti Puskesmas Jogonalan, perhatian terhadap aspek psikologis ibu nifas masih terfokus pada depresi secara umum, tanpa memperhatikan faktor-faktor psikososial spesifik yang dapat memicunya. Salah satunya adalah persepsi terhadap tubuh pascapersalinan, yang belum banyak diintegrasikan dalam layanan pemantauan ibu nifas.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, diperlukan kajian lebih dalam untuk mengidentifikasi “Apakah ada hubungan *postpartum body image* dengan tingkat depresi pada ibu nifas di Puskesmas Jogonalan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antara *postpartum body image* dengan tingkat depresi pada ibu nifas di Puskesmas Jogonalan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi, umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, jenis persalinan, jumlah persalinan, status menyusui ibu.
- b. Mengidentifikasi *post partum body image* pada ibu nifas di wilayah Puskesmas Jogonalan.

- c. Mengidentifikasi tingkat depresi pada ibu nifas di wilayah Puskesmas Jogonalan.
- d. Menganalisis hubungan antara *post partum body image* dengan tingkat depresi pada ibu nifas di wilayah Puskesmas Jogonalan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan maternitas dan psikologi kesehatan, khususnya terkait hubungan antara postpartum *body image* dengan depresi pada ibu nifas, serta menjadi referensi tambahan pada mata kuliah keperawatan jiwa dan keperawatan maternitas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Nifas

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu nifas terhadap pentingnya penerimaan tubuh pascamelahirkan serta mendorong upaya menjaga kesehatan mental dalam masa nifas, sehingga dapat mencegah timbulnya gejala depresi secara dini.

b. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan landasan bagi perawat, khususnya di layanan primer seperti Puskesmas, dalam mengidentifikasi faktor risiko depresi postpartum yang berkaitan dengan citra tubuh. Perawat juga dapat mengembangkan pendekatan edukatif dan empatik dalam komunikasi dengan ibu nifas, serta menerapkan skrining dini gangguan psikologis secara lebih komprehensif.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan, kebidanan, dan psikologi, terutama pada topik kesehatan mental ibu dan dinamika psikososial masa postpartum. Hasil penelitian juga dapat digunakan sebagai bahan ajar dalam penguatan mata kuliah seperti Keperawatan Keluarga, Keperawatan Maternitas, dan Keperawatan Jiwa.

d. Bagi Puskesmas atau Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi bidan, perawat, dan tenaga promosi kesehatan di Puskesmas Jogonalan untuk mengintegrasikan edukasi tentang citra tubuh dan skrining depresi post partum ke dalam layanan asuhan nifas.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan dasar bagi penelitian lanjutan yang membahas intervensi psikososial atau pengembangan modul edukasi berbasis *body image* dalam upaya pencegahan depresi postpartum di tingkat pelayanan primer.

E. Keaslian Penelitian

1. Linde, K., Lehnig, F., Treml, J., Nagl, M., & Stepan, H. (2024)

Penelitian ini dipublikasikan dalam jurnal PLOS ONE dengan judul “The trajectory of *body image* dissatisfaction during pregnancy and postpartum and its relationship to Body-Mass-Index”. Penelitian bertujuan meneliti prevalensi dan perubahan *body image dissatisfaction* (ketidakpuasan citra tubuh) selama kehamilan hingga pascapersalinan, serta hubungannya dengan indeks massa tubuh (BMI) pra-kehamilan. Desain yang digunakan adalah studi longitudinal prospektif dengan pengukuran di empat titik waktu (trimester 2, trimester 3, 3 bulan postpartum, dan 6 bulan postpartum). Populasi penelitian adalah wanita hamil sehat yang menjalani perawatan di Department of Obstetrics, University Hospital of Leipzig, Jerman. Dari 783 calon peserta, sebanyak 280 wanita mengikuti baseline, dan 136 menyelesaikan hingga 6 bulan postpartum. Teknik sampling yang digunakan adalah *convenience sampling* melalui perekrutan langsung saat pemeriksaan prenatal. Data dikumpulkan menggunakan *Body Shape Questionnaire (BSQ)* dan subskala *Weight Concern* serta *Shape Concern* dari *Eating Disorder Examination-Questionnaire (EDE-Q)*, sementara BMI dihitung dari laporan diri berat dan tinggi badan pra-kehamilan. Analisis dilakukan dengan repeated measures ANOVA dan mixed ANOVA untuk melihat perubahan lintas waktu serta hubungan dengan BMI, disertai uji asumsi dan ukuran efek (Eta-squared, Cohen’s d). Hasil penelitian menunjukkan prevalensi ketidakpuasan citra tubuh menurun selama kehamilan (6,6% pada trimester 2 menjadi 2,9% pada trimester 3), namun meningkat kembali setelah persalinan (11% pada 3 bulan dan 10,3% pada 6 bulan postpartum). Selain itu, wanita dengan BMI pra-kehamilan

overweight atau obesitas melaporkan ketidakpuasan citra tubuh lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok normal weight, meskipun pola ini tidak konsisten pada trimester 3.

Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian yang akan dilakukan menitikberatkan pada hubungan antara *post partum body image* dengan tingkat depresi pada ibu nifas di Puskesmas Jogonalan, Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional cross-sectional, dengan seluruh populasi ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi (0–6 minggu postpartum, sehat, dan bersedia mengikuti penelitian) dijadikan sampel melalui total sampling. Selain mengukur *body image* menggunakan *the multidimensional Body Self Relations Questionnaire*, penelitian ini menambahkan variabel psikologis berupa depresi yang diukur menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS). Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya meneliti *body image* pada masa *postpartum*, tetapi juga mengkaji dampaknya terhadap kesehatan mental ibu nifas.

2. Fraihat, A., Abdelfattah, L., Hajeer, L., Noaman, D., Alfaleh, A., & Thekrallah, F. (2024)

Penelitian ini dipublikasikan dalam jurnal dengan judul *The Relationship between the Intrapartum Experience and the Risk of Postpartum Depression among Jordanian Women: A Cross-Sectional Study*. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional untuk mengkaji hubungan antara pengalaman intrapartum dengan risiko depresi postpartum (PPD) pada ibu di Yordania. Subjek penelitian berjumlah 214 ibu *post partum* yang melahirkan di Jordan University Hospital dan dipilih dengan metode convenience sampling. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi kuesioner data demografi dan pengalaman persalinan serta Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) untuk menilai gejala depresi postpartum. Analisis data dilakukan melalui statistik deskriptif dan inferensial, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa 86% responden (184 ibu) mengalami gejala PPD. Faktor yang terbukti signifikan meningkatkan risiko PPD antara lain usia ibu <18 tahun, persalinan normal dengan episiotomi, kurangnya dukungan dari tenaga medis, ketidakpuasan terhadap perawatan persalinan, masalah citra tubuh saat kehamilan maupun setelah melahirkan, kecemasan terkait peran sebagai ibu, serta minimnya dukungan emosional baik selama kehamilan maupun setelah melahirkan. Temuan tersebut menegaskan bahwa pengalaman persalinan yang negatif merupakan

determinan penting dalam meningkatkan risiko terjadinya depresi postpartum pada ibu di Yordania.

Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian yang akan dilakukan menitikberatkan pada hubungan antara *postpartum body image* dengan tingkat depresi pada ibu nifas di Puskesmas Jogonalan, Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional cross-sectional, dengan seluruh populasi ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi (0–6 minggu postpartum, sehat, dan bersedia mengikuti penelitian) dijadikan sampel melalui total sampling. Selain mengukur *body image* menggunakan *the multidimensional Body Self Relations Questionnaire*, penelitian ini menambahkan variabel psikologis berupa depresi yang diukur menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS). Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya meneliti *body image* pada masa *postpartum*, tetapi juga mengkaji dampaknya terhadap kesehatan mental ibu nifas.

3. Tisandra Safira Handini dan Nunik Puspitasari (2021)

Penelitian ini dipublikasikan dalam jurnal dengan judul *Differences in Postpartum Maternal Depression Levels Based on Characteristics of Maternal Age and Husband Support*, bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat depresi ibu pasca persalinan berdasarkan karakteristik usia ibu dan dukungan suami. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan **cross sectional**. Populasi penelitian adalah ibu pasca persalinan dalam kurun waktu enam minggu hingga satu tahun setelah melahirkan, yang berjumlah 209 orang, terdiri dari 113 responden di Puskesmas Gading dan 96 responden di Puskesmas Simomulyo, Surabaya. Sampel penelitian ditentukan sebanyak 70 orang melalui perhitungan rumus Lemeshow dan diperoleh dengan teknik **simple random sampling**. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, yaitu *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* untuk mengukur tingkat depresi, serta instrumen modifikasi Asmayanti (2017) untuk menilai dukungan suami. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden, serta bivariat untuk menguji hubungan antara usia ibu dan dukungan suami dengan tingkat depresi *post partum*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia 26–30 tahun, memperoleh dukungan suami yang tinggi, serta tidak berisiko mengalami depresi. Uji statistik lebih lanjut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat depresi

postpartum berdasarkan usia ibu ($p = 0,014$) dan dukungan suami ($p = 0,000$). (Handini & Puspitasari, 2021)

Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian yang akan dilakukan menitikberatkan pada hubungan antara *post partum body image* dengan tingkat depresi pada ibu nifas di Puskesmas Jogonalan, Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional cross-sectional, dengan seluruh populasi ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi (0–6 minggu postpartum, sehat, dan bersedia mengikuti penelitian) dijadikan sampel melalui total sampling. Selain mengukur *body image* menggunakan *the multidimensional Body Self Relations Questionnaire*, penelitian ini menambahkan variabel psikologis berupa depresi yang diukur menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS). Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya meneliti *body image* pada masa *postpartum*, tetapi juga mengkaji dampaknya terhadap kesehatan mental ibu nifas.

4. Nur Syavilla Anwar, Ernawati, & Ratna (2023)

Penelitian ini dipublikasikan dalam jurnal dengan judul Hubungan Antara *Body image* dengan Self Esteem pada Ibu Post Partum. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *body image* dengan *self esteem* pada ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 63 responden yang ditentukan berdasarkan rumus Slovin dan dipilih melalui teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi, yaitu ibu postpartum berusia ≥ 17 tahun, bersedia menjadi responden, baik primipara maupun multipara. Instrumen penelitian berupa kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire – Appearance Scale (MBSRQ-AS)* untuk mengukur *body image* dan kuesioner *self esteem* yang terdiri atas 10 item pertanyaan. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji korelasi Pearson melalui perangkat lunak SPSS versi 22. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki *body image* negatif (84,1%) serta *self esteem* rendah (88,9%). Selain itu, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self esteem* pada ibu post partum, ditunjukkan oleh nilai $p = 0,002 < 0,05$. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin negatif citra tubuh yang dimiliki ibu setelah melahirkan, maka semakin rendah pula tingkat *self esteem* yang dirasakan. (Anwar et al., 2023)

Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian yang akan dilakukan menitikberatkan pada hubungan antara *post partum body image* dengan tingkat depresi pada ibu nifas di Puskesmas Jogonalan, Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional cross-sectional, dengan seluruh populasi ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi (0–6 minggu postpartum, sehat, dan bersedia mengikuti penelitian) dijadikan sampel melalui total sampling. Selain mengukur *body image* menggunakan *the multidimensional Body Self Relations Questionnaire*, penelitian ini menambahkan variabel psikologis berupa depresi yang diukur menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS). Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya meneliti *body image* pada masa *postpartum*, tetapi juga mengkaji dampaknya terhadap kesehatan mental ibu nifas.

