

# GAMBARAN CITRA TUBUH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTEK BIDAN SWASTA KELURAHAN JELUPANG

Dian Puspitasari<sup>1</sup>

<sup>1,2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten Jl. Rawa Buntu No.10, BSD City-Serpong, Tangerang Selatan 15318

---

## Abstrak

Kehamilan trimester III terjadi pada usia 28-40 minggu, dimana kehamilan ini sering disebut periode penantian, gerakan bayi dan membesarnya perut merupakan dua hal yang mengingatkan ibu akan bayinya. Pada kehamilan trimester III ini mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis, seksual, maupun spiritual. Dan perubahan-perubahan itu akan saling berkaitan, seperti perubahan fisik yang dapat memberikan dampak menuju ke perubahan psikologis, Perubahan yang terjadi pada ibu hamil jika tidak bisa beradaptasi maka akan menjadi masalah. Perubahan fisik yang terjadi pada trimester III adalah sakit pada bagian tubuh belakang, payudara akan mengeluarkan cairan berupa kolostrum, konstipasi karena tekanan rahim yang membesar kearah usus, varises yang timbul di daerah panggul dan kaki, bengkak pada kaki dan terkadang terjadi pembengkakkan pada tangan, dan terjadi masalah tidur. Pada trimester ketiga rasa tidak nyaman timbul kembali, dan banyak ibu yang merasa aneh dan jelek. Kecemasan dan ketegangan semakin meningkat, oleh karena itu perubahan postur tubuh atau terjadi gangguan *body image*, merasa tidak feminim menyebabkan rasa takut perhatian suami berpaling. 6-8 minggu menjelang persalinan, sukar tidur dikarenakan kondisi fisik atau frustrasi terhadap persalinan. Dan perubahan ini akan mempengaruhi citra tubuh pada ibu hamil.

**Kata Kunci :** Citra Tubuh

---

### 1. Pendahuluan

Kehamilan trimester III terjadi pada usia 28-40 minggu, dimana kehamilan ini sering disebut periode penantian, gerakan bayi dan membesarnya perut merupakan dua hal yang mengingatkan ibu akan bayinya. (Enggar, 2018). Pada kehamilan trimester III ini mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis, seksual, maupun spiritual. Dan perubahan-perubahan itu akan

saling berkaitan, seperti perubahan fisik yang dapat memberikan dampak menuju ke perubahan psikologis, Perubahan yang terjadi pada ibu hamil jika tidak bisa beradaptasi maka akan menjadi masalah.

Perubahan fisik yang terjadi pada trimester III adalah sakit pada bagian tubuh belakang, payudara akan mengeluarkan cairan berupa kolostrum, konstipasi karena tekanan

rahim yang membesar kearah usus, varises yang timbul di daerah panggul dan kaki, bengkak pada kaki dan terkadang terjadi pembengkakan pada tangan, dan terjadi masalah tidur. (Ana Ratnawati, 2018). pada trimester ketiga rasa tidak nyaman timbul kembali, dan banyak ibu yang merasa aneh dan jelek. Kecemasan dan ketegangan semakin meningkat, oleh karena itu perubahan postur tubuh atau terjadi gangguan *body image*, merasa tidak feminim menyebabkan rasa takut perhatian suami berpaling. 6-8 minggu menjelang persalinan, sukar tidur dikarenakan kondisi fisik atau frustrasi terhadap persalinan. Dan perubahan ini akan mempengaruhi citra tubuh pada ibu hamil.

Menurut Stuart dan Sundeen dalam pendidikan keperawatan jiwa (2015) citra tubuh atau gambaran diri adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencangkup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan, dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu.

Gangguan citra tubuh perubahan persepsi tentang tubuh

yang diakibatkan oleh perubahan persepsi tentang tubuh yang diakibatkan oleh perubahan ukuran, bentuk, struktur, keterbatasan, makna dan objek yang sering kontak dengan tubuh. (Keliat, 1994 dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Diri, 2015).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Erfiani Mail (2020) menunjukkan bahwa dari 31 orang ibu hamil trimester II dan III sebagian besar sikap ibu tentang perubahan fisiologis saat kehamilan pada kategori sikap tidak menerima sebanyak 19 orang (61,3%). Penelitian ini diambil berdasarkan jumlah sampel 31 orang yang memeriksa kehamilan di Badan Pusat Statistik Mojokerto.

Gangguan citra tubuh pada ibu hamil terjadi karena beberapa faktor, dimana faktor yang mempengaruhi gangguan citra tubuh pada ibu hamil. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Yusni Seftiani, Widia Lestari, Darwin Karim (2014) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara ibu hamil primigravida dengan multigravida, dengan responden yang mempunyai citra tubuh negatif sebanyak 22 orang (73,3%) pada primigravida dan 10 orang (33,3%)

pada multigravida. Dengan jumlah sampel 60 orang yang terdiri dari 30 orang ibu hamil primigravida dan 30 orang ibu hamil multigravida di Rumah Sakit Awal Bros, Pekanbaru. Dimana pada data tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor pengalaman juga mempengaruhi citra tubuh bagi ibu hamil.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Erfan Mail (2020) dengan jumlah sampel sebanyak 32 orang menunjukkan bahwa pada ibu hamil berusia kurang dari 20 tahun sebanyak 10 orang (32,3%) bersikap tidak menerima perubahan, kemudian ibu hamil dengan usia 25-35 tahun yaitu 10 orang (32,3%) bersikap menerima perubahan fisiologis yang terjadi. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa usia ibu hamil dapat mempengaruhi citra tubuh pada saat kehamilan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Ersya Cevik (2020) menunjukkan bahwa dari jumlah sampel sebanyak 362 orang, menunjukkan data yaitu pasangan dengan penghasilan rendah 20,2%, pasangan dengan penghasilan sedang sebanyak 69%, dan pasangan dengan penghasilan tinggi sebanyak 10,8%. Dan pada saat yang sama, nilai positif

68,8%, nilai negatif 7,2% dan nilai netral 24%. Dimana menurut kedua hasil diatas dapat disimpulkan bahwa kedua faktor tersebut akan mempengaruhi citra tubuh pada ibu hamil. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Negara Bagian di Turki. Ibu hamil dengan sosial ekonomi yang lebih rendah dan sikap pasangan yang buruk terhadap penambahan berat badan akan mendapatkan skor depresi yang lebih tinggi dan mengalami harga diri yang lebih rendah.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Andini Restu Marsiwi, Holidah, Gustian Putri Anggraini menunjukkan bahwa sebanyak 62 orang, sebanyak 9 responden (14,5%) memiliki *body image* tinggi, sebagian besar responden yaitu sebanyak 40 orang memiliki *body image* sedang, dan sebagian responden kecil yaitu sebanyak 13 orang memiliki *body image* rendah.

Gangguan citra tubuh pada ibu hamil harus segera diatasi, karena jika tidak ditangani maka akan berdampak bagi ibu maupun bayi. Salah satu dampak yang terjadi pada gangguan citra tubuh pada kehamilan yaitu terjadinya depresi pada ibu hamil. Hal tersebut didukung oleh beberapa

penelitian yang telah dilakukan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Andini Restu Marsiwi, Holidah, Gustiana Putri Anggraini (2019) Menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara *body image* dengan *prenatal distress* karena *body image* merupakan faktor yang mempengaruhi *prenatal distress*. Dengan jumlah sampel sebanyak 62 orang, dengan hasil 40 responden (54,5%) memiliki *body image* sedang dan 26 responden (41,9%) memiliki *Prenatal distress* sedang, dimana penelitian ini dilakukan di Puskesmas Ciseeng Bogor. Dari data diatas dapat diketahui bahwa dampak dari citra tubuh atau *body image* dapat menyebabkan *prenatal distress* pada ibu hamil.

Berdasarkan peneltian yang dilakukan oleh Afsaneh Keramat, Mina Malary, Mahmood Moosazadeh, Nastaran Bagherian, dan Mohammad-Reza Rajabi-Shakib (2020) dengan jumlah 323 ibu hamil, menunjukkan bahwa skor deprsresi berkorelasi dengan skor *Genital self image (GSI)* yang berarti perempuan dengan tingkat citra tubuh lebih tinggi memiliki tingkat resiko depresi lebih rendah. Peneliti juga menggunakan *ANOVA* untuk mendapatkan data

korelasi negatif yang signifikan antara *GSI* dengan skor depresi dan kecemaasan, dan hasil dari penelitian menunjukkan bahwa apabila skor *GSI* meningkat, maka skor depresi dan kecemasan menurun, dengan kata lain apabila skor *GSI* itu buruk (terjadi gangguan citra tubuh) maka akan meningkatkan skor depresi dan kecemasan pada ibu hamil. Penelitian ini dilakukan di Kota Amol, Iran Bagian Utara.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Tsamarah Zhafirah, Adi Dinardinata menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri, sumbangan efektif citra tubuh terhadap harga diri sebesar 5,4% di daerah Semarang.

Dilihat dari fenomena yang terjadi diatas, Citra tubuh pada ibu hamil merupakan hal penting yang harus diperhatikan pada ibu hamil, jika tidak segera diatasi akan menimbulkan masalah yang cukup besar. Oleh karena itu, peneliti ingin mengidentifikasi gambaran terkait citra tubuh khususnya di wilayah Kecamatan Serpong yang memiliki nilai budaya dan kultur yang berbeda, sehingga peneliti ingin melihat gambaran citra tubuh pada ibu hamil, karakteristik pada ibu hamil, faktor

yang mempengaruhi dan dampak yang mempengaruhi citra tubuh pada ibu hamil.

## 2. Metode Penelitian

Pondok jagung merupakan salah satu wilayah di kecamatan serpong, dimana dari hasil studi pendahuluan didapatkan data bahwa terdapat perempuan yang mengalami depresi sebanyak 12 orang, selain itu di pondok jagung terdiri dari 6104 kk dengan rata-rata per kk nya terdiri dari 3 jiwa per kk dengan asumsi bahwa per kk itu hanya memiliki 1 orang anak. Fenomena diatas dapat diperkirakan terjadi karena masalah citra tubuh yang dialami perempuan ketika hamil. Permasalahan citra tubuh ini telah dilakukan penelitian oleh Yuni (2019) di puskesmas Serpong 1 dan puskesmas Serpong 2, dimana masih dalam wilayah kecamatan serpong. Menunjukkan bahwa 50 wanita hamil (46,7%) primipara mengalami gangguan citra tubuh. Dengan jumlah sampel 107 orang (100%). Karena seperti yang kita ketahui bahwa perempuan yang mengalami gangguan citra tubuh dapat mengakibatkan dapat memberikan dampak perubahan psikologis salah satunya adalah depresi, selain itu mengakibatkan

perempuan tersebut tidak menginginkan lagi untuk hamil, karena kehamilan dianggap suatu hal yang menyulitkan bagi perempuan tersebut.

3. Dari fenomena diatas, peneliti ingin melihat citra tubuh perempuan hamil khususnya pada trimester III karena pada trimester ini sudah mulai terjadi perubahan dari struktur tubuh, bentuk tubuh, ukuran tubuh, serta fungsi tubuh yang signifikan berkaitan dengan semakin besarnya kehamilan.

## 4. Hasil Dan Pembahasan

Penelitian ini awalnya akan dilakukan di Puskesmas Pondok Jagung dengan ibu hamil yang kontrol ANC. Pada tanggal 3 juli 2021 pemerintah menetapkan peraturan PPKM DARURAT (JAWA-BALI) dikarenakan angka kejadian *covid-19* yang meningkat. Dampak dari diberlakukannya PPKM DARURAT ini, Puskesmas Pondok Jagung tidak mengizinkan peneliti untuk mengambil data penelitian pada ANC secara *offline* dikarenakan Puskesmas mengkhawatirkan peneliti terpapar virus *covid-19*, dan tidak diperbolehkan pula untuk mengambil data secara *online* dikarenakan puskesmas khawatir dengan privasi klien. Oleh karena itu

agar peneliti tetap mendapatkan gambaran citra tubuh di wilayah Puskesmas Pondok Jagung, peneliti mengalihkan pengambilan data ke Bidan Praktek Mandiri di wilayah Binaan Pondok Jagung, dimana data ibu hamil didapatkan dari Bidan Praktek Mandiri di wilayah Jelupang.

Wilayah binaan Puskesmas Pondok Jagung memiliki 7 praktek bidan swasta, tetapi hanya 3 yang masih beroperasi selama PPKM Darurat, yaitu BPM Anita Sihombing, BPM Rahmiati, dan BPM Eliati. Empat BPM lainnya sudah tidak beroperasi sejak lama. Tetapi peneliti hanya dapat melakukan penelitian di BPM Anita Sihombing. Karena BPM Rahmiati sudah digunakan untuk Uji Validitas, sedangkan BPM Eliati menolak untuk peneliti melakukan penelitian.

Pada BPM Anita Sihombing terdapat 21 ibu hamil trimester III, setelah didapatkan data, peneliti menentukan waktu untuk melakukan penelitian secara langsung di BPM Anita Sihombing dengan cara peneliti menunggu di BPM Anita Sihombing, mulai dari tanggal 5 Agustus, 7 agustus sampai 10 Agustus Tahun 2021. Tetapi dikarenakan keterbatasan waktu yang peneliti alami, peneliti hanya mendapatkan total responden sebanyak 8 orang ibu hamil.

Peneliti akan menjelaskan kedalam dua bagian yaitu:

Gambaran analisis deskriptif dan pemaparan hasil pertanyaan terbuka yang di isi oleh responden.

## 1.1 Hasil Analisis Univariat

### 1.1.1 Gambaran Karakteristik Ibu Hamil Trimester III

Tabel 5.1

Gambaran Karateristik Responden Berdasarkan Usia, Pekerjaan, Pendidikan, Agama dan Suku Ibu Hamil Trimester III di Rumah Bersalin Bidan Anita Tahun 2021

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
<20	0	0%
20-35	7	87,5%
>35	1	12,5%
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>
<b>Pendidikan</b>		
SD	1	12,5%
SMP	4	50%
SMA	3	37,5%
Perguruan Tinggi	0	0%
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	1	12,5%
Tidak Bekerja	7	77,5%
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

Agama		
Islam	5	62,5%
Kristen	1	12,5%
Katholik	2	25%
Protestan	0	0%
Hindu	0	0%
Budha	0	0%
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>
Suku		
Jawa	1	12,5%
Sunda	2	25%
Betawi	0	0%
Batak	0	0%
Lain-lain	5	62,5%
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

Pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa karakteristik ibu hamil trimester III yang memeriksakan kehamilannya di Rumah Bersalin Bidan Anita didapatkan sebagian besar bahwa ibu hamil dengan rentang usia dari 20-35 tahun ada 7 orang (87,5%) dan sebagian kecil dengan rentang >35 ada 1 orang (12,5%). Kemudian pada bagian pendidikan terakhir pada ibu hamil trimester III yaitu SMP ada 4 orang (50,0%), dengan pendidikan SMA ada 3 orang (37,5%) dan sebagian kecil yaitu SD 1 orang (12,5%). Ibu hamil yang tidak bekerja sebanyak 7 orang (87,5%) sedangkan yang bekerja ada 1 orang (12,5%). Sebagian besar agama ibu hamil trimester III yaitu islam ada 5 orang (62,5%), yang beragama katholik ada 2 orang (25,0%) dan sebagian kecil beragama Kristen ada 1 orang (12,5%). Ibu hamil

trimester III sebagian besar berasal dari suku yang kurang peneliti ketahui sebanyak 5 orang (62,5%) (Flores, Assa, Lampung), yang bersuku sunda sebanyak 2 orang (25,0%), dan yang bersuku jawa sebanyak 1 orang (12,5%).

Berdasarkan pengamatan yang juga dilakukan oleh peneliti ketika menemui responden, terdapat sedikit perbedaan antara usia 20-35 tahun dengan responden yang berusia lebih dari 35 tahun ketika di berikan kuesioner dan pertanyaan peneliti. Dimana responden yang berusia 35 tahun lebih responsif tetapi peneliti harus membantu seperti membacakan pertanyaan. Selain itu, responden yang berusia diatas 35 tahun ketika datang ke BPM untuk melakukan pemeriksaan tidak ditemani oleh keluarga, namun untuk usia 20-35 tahun ada beberapa yang ketika melakukan pemeriksaan ditemani oleh suami ataupun teman.

Dari hasil pengamatan yang peneliti lakukan, peneliti menemukan bahwa untuk ibu yang berpendidikan SD ada beberapa pertanyaan yang kurang dipahami sehingga peneliti harus menjelaskan kembali tentang pertanyaan tersebut. Untuk yang berpendidikan SMP dan SMA hanya beberapa orang saja yang kurang mengerti tentang beberapa pertanyaan yang diberikan, sehingga peneliti tidak harus

menjelaskan kembali tentang pertanyaan yang diberikan.

Dari hasil pengamatan yang peneliti lakukan kepada responden, peneliti tidak menemukan perbedaan yang terlalu signifikan, tetapi untuk ibu hamil yang berkerja mengungkapkan bahwa pada terasa pegal-pegal terutama pada bagian kaki, untuk saat ini ibu hamil yang bekerja belum melakukan cuti tetapi sudah terfikirkan untuk mengambil cuti.

Dari hasil pengamatan yang peneliti lakukan tidak terlihat perbedaan yang signifikan antara responden yang beragama islam, Kristen, maupun Katholik. ibu hamil yang beragama islam cenderung lebih menggunakan pakaian yang lebih longgar dan lebih tertutup, sedangkan untuk ibu hamil yang beragama berbeda seperti Kristen, dan katholik menggunakan pakaian yang lebih besar dan ada pula yang menggunakan pakaian yang elastis dan terlihat pula menggunakan pakaian yang berlengan pendek.

Hasil penelitian diperoleh hasil bahwa mayoritas ibu hamil trimester III memiliki suku yang berasal dari luar pulau jawa yaitu sebanyak 5 (62,5%) orang, adapun suku yang dimaksud seperti Flores, Assa, dan Lampung. Dari hasil pengamatan yang dilakukan untuk ibu hamil dengan suku

jawa, sunda dan lampung sangat baik, terbuka dan lebih mudah untuk berinteraksi, kemudian untuk ibu hamil yang berasal dari suku flores dan assa lebih menggunakan nada bicara yang khas dengan daerahnya, tetapi dapat dimengerti karena menggunakan Bahasa Indonesia.

## **2. Gambaran Citra Tubuh Ibu Hamil Trimester III**

Gambaran citra tubuh merupakan gambaran individu mengenai persepsi tentang penampilan, struktur, dan fungsi tubuhnya. Citra tubuh dapat terjadi dengan empat aspek yaitu sikap, persepsi, penampilan, dan perilaku. Pada aspek sikap adalah perasaan ibu tentang penampilannya selama kehamilan yang diungkapkan dengan verbalisasi seperti perubahan berat badan, ukuran tubuh, bentuk tubuh, fungsi tubuh, serta hiperpigmentasi yang terjadi pada kulit. Dimana apabila respon verbalisasi negatif ibu hamil akan merasa tubuhnya tidak seksi lagi, merasa tidak menarik lagi selama kehamilannya, sedangkan pada respon verbalisasi positif ibu akan merasa senang, bahagia dengan kehamilannya termasuk perubahan yang terjadi selama kehamilannya baik perubahan pada tubuh maupun penampilannya.

Untuk aspek persepsi adalah pemahaman ibu tentang perubahan berat badan, ukuran tubuh, bentuk tubuh, fungsi tubuh, serta hiperpigmentasi kulit yang

terjadi selama kehamilannya, dimana selama kehamilan kenaikan berat badan akan dan untuk mengetahui apakah peningkatan berat badan selama kehamilan masih dalam rentang normal dapat dilihat dari indeks massa tubuh ibu hamil tersebut untuk mengetahui apakah masih dalam rentang normal, melebihi atau bahkan kurang. Pada kehamilan, ukuran tubuh pula akan berubah dan biasanya perubahan yang menonjol adalah perubahan pada lingkaran lengan atas, dan dengan ukuran lingkaran lengan atas ini dapat diketahui status nutrisi ibu, dimana ukuran normalnya adalah 23,5 cm, jika dibawah itu kemungkinan ibu hamil tersebut bermasalah pada status gizinya. Kemudian yang mengalami kecenderungan peningkatan ukuran adalah payudara, dimana ukurannya akan bertambah besar karena itu adalah salah satu persiapan untuk proses laktasi. Perubahan pada perutnya juga akan terus terjadi peningkatan dikarenakan perkembangan janin yang membuat perut semakin membesar. Dan untuk hiperpigmentasi pada ibu hamil akan terjadi perubahan yang cenderung berwarna lebih gelap, yang biasanya terjadi pada daerah lipatan, aerola, dan wajah.

Aspek penampilan adalah interpretasi ibu tentang penampilannya selama kehamilan, serta harapan yang ibu inginkan terhadap penampilannya selama kehamilan. Ibu hamil dapat mengidentifikasi perubahan yang terjadi

pada tubuhnya selama kehamilan, dan ibu dapat menyadari perubahan yang terjadi selama kehamilannya merupakan hal yang normal terjadi selama kehamilan.

Pada aspek perilaku ini merupakan respon ibu terhadap perubahan penampilan yang terjadi selama kehamilan, cara beradaptasi dengan perubahan berat badan, ukuran tubuh, dan adaptasi ibu ketika melakukan interaksi dengan suami, teman, dan saudaranya. Ibu hamil dapat beradaptasi positif dengan penampilannya seperti berolahraga untuk menjaga kesehatannya, melakukan diet untuk menjaga berat badannya agar tetap dalam batas normal, melakukan yoga untuk menjaga kebugaran tubuh, mencari informasi dengan orang lain tentang perubahan yang terjadi selama kehamilannya. Adapun adaptasi yang mengarah ke negatif seperti melakukan olahraga dengan tujuan menurunkan berat badan tanpa melakukan konsultasi dengan petugas kesehatan, tidak melakukan adaptasi apapun tetapi terus mengonsumsi makanan yang tidak sehat.

Ke empat aspek tersebut akan diukur menggunakan kuesioner yang terdiri dari pernyataan yang positif dan negatif. Dimana untuk mengetahui citra tubuh ini peneliti menggunakan alat ukur dalam bentuk pertanyaan pilihan dan pertanyaan terbuka. Untuk penilaian citra tubuh ini yang akan dilakukan peneliti yaitu memisahkannya menjadi pernyataan positif dan pernyataan

negatif, dimana apabila pernyataan responden mengarah ke positif maka pernyataan tersebut masuk dalam kategori citra tubuh positif dan apabila pernyataan responden mengarah ke negatif maka pernyataan responden tersebut akan masuk dalam kategori citra tubuh negatif.

1. Gambaran Citra Tubuh pada Aspek Sikap

Tabel 5.2

Gambaran Citra Tubuh Ibu Hamil Trimester III Pada Aspek Sikap Di Rumah Bersalin Bidan Anita Tahun 2021

Pernyataan	Jumlah Jawaban	
	Positif	Negatif
Saya berharap saat hamil tubuh saya lebih kecil ukurannya	8	-
Saya merasa tubuh saya tidak seksi ketika hamil	5	3
Saya merasa tubuh saya tidak menarik saat hamil bagi pasangan saya	5	3
Saya menghindari mengamati diri sendiri di cermin	4	4
Senang dengan berat badan saya saat hamil	8	-

Senang dengan bentuk tubuh saya saat hamil	8	-
Senang dengan ukuran paha saya saat hamil	7	1
Bahagia dengan payudara saya saat hamil	8	-
Senang dengan lengan saya saat hamil	8	-
Senang dengan perubahan pada kulit saya saat hamil (jerawat, stretch mark, varises)	3	5
Senang dengan postur tubuh saya saat hamil	8	-

Berdasarkan pada hasil tabel 5.2 menunjukkan bahwa jawaban responden terhadap pernyataan citra tubuh pada aspek sikap bahwa sebagian besar responden yang memiliki sikap positif terhadap citra tubuh yang dialami selama kehamilan, dapat dilihat dari jawaban responden terhadap pernyataan kuesioner, sebanyak 8 responden menjawab pada pernyataan bahwa selama hamil berharap tubuhnya lebih kecil dengan jawaban tidak setuju sehingga ketika responden menjawab tidak setuju

menunjukkan bahwa ibu menerima perubahan yang terjadi. Kemudian pada pernyataan selanjutnya dapat dilihat bahwa sikap responden yang merasa tidak seksi selama hamil terdapat 5 responden yang menjawab tidak setuju dimana dapat disimpulkan bahwa 5 responden tidak menyetujui dan menerima perubahan yang terjadi sehingga dapat diartikan bahwa memiliki sikap yang positif, tetapi 3 responden menjawab setuju sehingga dapat diartikan bahwa responden tersebut menyetujui bahwa mereka merasa tidak seksi lagi seperti sebelum hamil. Kemudian pada pertanyaan selanjutnya dapat dilihat bahwa responden yang menjawab tidak setuju sebanyak 5 responden sehingga dapat diartikan bahwa responden tersebut tidak merasa jika selama kehamilan mereka tidak menarik bagi pasangannya yang dapat diartikan bahwa responden memiliki sikap yang positif, tetapi terdapat 3 responden yang menyatakan bahwa mereka setuju dengan pernyataan yang diberikan bahwa responden merasa selama kehamilan tidak menarik bagi pasangannya. Kemudian pada pertanyaan selanjutnya sebanyak 4 responden menjawab tidak setuju dengan pernyataan menghindari mengamati diri sendiri di cermin, sehingga dapat disimpulkan bahwa responden menerima dan terus memperhatikan perubahan yang terjadi selama kehamilannya, tetapi terdapat pula 4 responden yang menyatakan bahwa

mereka setuju dengan pernyataan tersebut sehingga dapat disimpulkan bahwa responden tersebut menghindari untuk mengamati perubahan yang terjadi selama kehamilannya melalui cermin.

Adapun pernyataan untuk perasaan senang terhadap perubahan berat, bentuk, dan ukuran tubuh selama kehamilan dimana hampir semua responden mengatakan setuju dengan pernyataan tersebut di ketiga pertanyaan yang diberikan, yaitu sebanyak 8 orang mengatakan setuju untuk perasaan senang tentang perubahan berat badan yang terjadi selama kehamilannya, sehingga dapat diartikan bahwa responden menunjukkan sikap menerima dengan perubahan berat badannya, begitu pula dengan perubahan bentuk tubuhnya selama kehamilan dimana 8 responden menyatakan setuju sehingga dapat disimpulkan pada pernyataan senang dengan perubahan bentuk tubuh pula menunjukkan sikap positif, untuk pernyataan senang dengan perubahan ukuran paha selama kehamilan sebanyak 7 responden menyatakan setuju sehingga dapat diartikan responden menerima perubahan ukuran paha selama kehamilannya yang dimana dapat disimpulkan bahwa responden menunjukkan sikap positif, tetapi terdapat 1 responden yang menyatakan tidak setuju terhadap pernyataan senang dengan perubahan ukuran paha selama kehamilan, sehingga dapat disimpulkan bahwa

responden tidak menunjukkan sikap yang positif.

Kemudian untuk pernyataan bahagia dengan payudara saat hamil, sebanyak 8 responden menyatakan setuju dengan pernyataan tersebut sehingga dapat diartikan bahwa responden menunjukkan sikap yang positif, untuk pernyataan senang dengan lengan saya saat hamil pula sebanyak 8 responden menyatakan setuju dengan pernyataan tersebut sehingga dapat diartikan bahwa responden menunjukkan sikap menerima dengan perubahannya yang terjadi pada lengannya. Kemudian untuk pernyataan senang dengan perubahan kulit yang terjadi selama kehamilan, sebanyak 3 responden menyatakan bahwa mereka setuju dimana dapat diartikan responden telah mengetahui dan memiliki sikap menerima dengan perubahan yang terjadi pada kulitnya, tetapi sebanyak 5 responden menyatakan tidak setuju dengan pernyataan tersebut yang dimana dapat diartikan responden tidak menyatakan sikap yang menerima perubahan pada kulitnya. Kemudian untuk pernyataan senang dengan postur tubuh pada saat hamil, sebanyak 8 responden menyatakan setuju sehingga dapat diartikan bahwa responden mengetahui dan menerima perubahan yang terjadi pada postur tubuhnya yang membuat responden memiliki sikap yang menerima perubahan tersebut.

Berdasarkan penjabaran pernyataan diatas dapat diketahui bahwa jawaban responden disetiap item dari aspek sikap dapat disimpulkan bahwa ibu hamil trimester III yang memiliki sikap yang baik terhadap perubahannya dan menerimanya selama masa kehamilan, sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III yang mengarah ke sikap positif.

## 2. Gambaran Citra Tubuh pada Aspek Persepsi

Tabel 5.3

Gambaran Citra Tubuh Ibu Hamil Trimester III Pada Aspek Persepsi Di Rumah Bersalin Bidan Anita Tahun 2021

Pernyataan	Jumlah Jawaban	
	Positif	Negatif
Pada saat hamil tubuh harus ramping	8	-
Tubuh yang kecil saat hamil terlihat lebih menarik	5	3
Tubuh yang ideal dalam kehamilan adalah kurus dengan hanya perut yang membulat	7	1
Pada kehamilan akan terjadi kenaikan berat badan	7	1
Pada kehamilan akan terjadi perubahan ukuran payudara dan	8	-

warna payudara yang lebih menghitam		
Pada kehamilan akan terjadi peningkatan ukuran lengan atas	7	1
Bentuk payudara berubah menjadi fungsi menyusui	8	-
Postur tubuh berubah untuk mempertahankan keseimbangan tubuh pada saat hamil	8	-

Berdasarkan pada hasil tabel 5.3 menunjukkan bahwa jawaban responden terhadap pernyataan citra tubuh pada aspek persepsi bahwa sebagian besar responden yang memiliki persepsi positif terhadap citra tubuh selama kehamilannya, dapat dilihat dari pernyataan bahwa pada saat hamil tubuh harus ramping, dimana sebanyak 8 responden menyatakan tidak setuju sehingga ketika responden menyatakan tidak setuju menunjukkan bahwa ibu hamil mengetahui akan perubahan yang terjadi pada kehamilan adalah pembesaran pada ukuran tubuhnya. Kemudian untuk pernyataan tubuh yang kecil saat hamil akan terlihat lebih menarik pula sebanyak 5 responden menyatakan tidak setuju, dimana hal ini didukung dengan pemahaman ibu tentang perubahan yang terjadi selama kehamilannya, sehingga dapat dikatakan

responden tersebut memiliki persepsi yang positif, tetapi sebanyak 3 responden menjawab setuju dimana responden tersebut dapat dikategorikan ke persepsi yang negatif terhadap perubahan yang terjadi selama kehamilan. Kemudian untuk pernyataan tubuh yang ideal dalam kehamilan adalah kurus dengan hanya perut yang membulat, sebanyak 7 responden menyatakan tidak setuju dimana hal ini menunjukkan bahwa responden tersebut memahami perubahan yang terjadi pada bentuk tubuhnya, dimana dapat dikatakan bahwa responden tersebut memiliki persepsi yang positif terhadap perubahannya, tetapi ada 1 pernyataan responden yang menyatakan setuju terhadap pernyataan tersebut maka responden tersebut dapat dikategorikan kearah persepsi yang negatif dengan perubahan yang terjadi pada kehamilannya.

Kemudian ada pula pernyataan untuk pemahaman ibu tentang kenaikan berat badan, peningkatan ukuran payudara, dan peningkatan ukuran lingkaran lengan atas yang terjadi pada kehamilan, dimana untuk pernyataan pada kehamilan akan terjadi peningkatan berat badan, sebanyak 7 responden menyatakan setuju dengan pernyataan tersebut sehingga dapat dikategorikan sebagai persepsi yang positif dimana responden mengetahui perubahan yang akan terjadi pada berat badannya selama kehamilan, tetapi sebanyak 1 responden menyatakan tidak setuju yang

mana mengarah ke persepsi negatif, kemudian sebanyak 8 responden menyatakan setuju dengan pernyataan pada kehamilan akan terjadi perubahan ukuran payudara dan warna payudara yang lebih menghitam, sehingga responden tersebut dapat dikatakan mengetahui perubahan yang terjadi pada payudaranya dan dapat dikategorikan ke dalam persepsi yang positif. Kemudian untuk pernyataan pada kehamilan akan terjadi peningkatan ukuran lengan atas, sebanyak 7 responden menyatakan setuju dengan pernyataan tersebut yang dapat diasumsikan bahwa responden memahami tentang perubahan yang terjadi pada kehamilannya dan dapat dikategorikan sebagai persepsi yang positif. Tetapi sebanyak 1 orang menyatakan tidak setuju dengan pernyataan tersebut sehingga responden tersebut dapat dikategorikan ke arah persepsi yang negatif.

Ada pula pernyataan untuk pemahaman responden tentang perubahan fungsi tubuh seperti pernyataan bentuk payudara berubah fungsi untuk menyusui, dimana sebanyak 8 responden menyatakan setuju, dimana dapat disimpulkan bahwa responden mengetahui dan memiliki pemahaman tentang beberapa bagian tubuh yang berubah fungsinya selama kehamilan dan responden menerima perubahan tersebut sehingga mengarah ke persepsi yang positif, dan ada pula pernyataan tentang postur tubuh berubah untuk

mempertahankan keseimbangan selama hamil pula sebanyak 8 responden menyatakan setuju sehingga dapat disimpulkan responden mengetahui dan memahami perubahan yang terjadi untuk menyesuaikan dirinya dengan kehamilan, dimana responden sadar dan menerima perubahan tersebut dan dapat dikategorikan ke arah persepsi yang positif terhadap perubahan fungsi tubuhnya selama kehamilan.

Berdasarkan penjabaran pernyataan diatas dapat diketahui bahwa jawaban responden disetiap item dari aspek persepsi dapat disimpulkan bahwa ibu hamil trimester III yang memiliki pemahan dan pandangan yang baik terhadap perubahannya dan menerimanya selama masa kehamilan, sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III yang mengarah ke persepsi yang positif.

### 3. Gambaran Citra Tubuh pada Aspek Penampilan

Dari hasil pertanyaan terbuka yang telah diberikan, responden menjawab tentang penampilan mereka selama hamil yaitu mereka merasa penampilan mereka hanya mengalami sedikit perubahan, mereka merasakan perubahan yang terjadi, mereka merasakan pembesaran yang terjadi pada bagian perutnya, dan ada pula yang merasakan terlihat lebih kusam dikarenakan malas untuk *bermake-up*. Secara

keseluruhan responden merasakan dan mengetahui tentang perubahan yang terjadi pada penampilannya selama kehamilannya. Dan dari hasil pertanyaan terbuka tentang harapan terhadap penampilan saat hamil, responden menjawab bahwa harapan mereka agar selalu diberikan kesehatan, dimudahkan dalam persalinannya, mereka pula mengharapkan penampilan yang sewajarnya seperti ibu hamil pada umumnya, ada pula responden yang memberikan jawaban bahwa mereka tidak terlalu memperlumaskan penampilannya, tetapi lebih mementingkan kesehatannya dan janinnya, ada pula yang mengharapkan tidak terlalu banyak perubahan yang terjadi, dan ada pula responden yang menjawab memang berkeinginan untuk berat badannya bertambah, dan sesuai dengan semua pernyataan responden, semua harapan yang diinginkan responden tercapai. Dan secara keseluruhan pernyataan responden pada aspek penampilan ini semua responden tetap memiliki optimisme dan berpenampilan yang baik untuk menyikapi perubahan yang terjadi selama kehamilannya.

#### 4. Gambaran Citra Tubuh pada Aspek Perilaku

Dari hasil pertanyaan terbuka yang telah diberikan, responden menjawab tentang perilaku mereka selama hamil untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi yaitu responden menjawab cara untuk

beradaptasi dengan perubahan berat badan, ukuran tubuhnya, mereka menjawab akan berusaha tetap sabar dan bersyukur, mereka melakukan olahraga untuk mengurangi perubahan ukuran tubuhnya, mereka akan menjaga asupan nutrisinya, mereka juga akan memperbanyak istirahat, dan mereka akan lebih sering memperhatikan perubahan ukuran tubuhnya dengan cara melakukan pemeriksaan secara rutin. Sehingga dapat dikategorikan kedalam respon yang mengarah ke perilaku positif.

Adapun cara responden untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar, responden menjawab akan tetap percaya diri, mereka akan bersikap seperti biasanya, berpenampilan seperti biasanya, mereka akan sering berkomunikasi dengan orang lain tentang perubahan yang terjadi pada dirinya, mereka akan lebih sering bertanya tentang perubahan yang terjadi selama kehamilannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pernyataan responden mengarah ke arah positif dimana dapat dikategorikan kedalam perilaku yang positif.

Adapun jawaban responden untuk cara menyikapi perubahan yang terjadi perubahan yang terjadi, mereka akan menyikapinya dengan tenang, mereka tidak akan memperlumaskan perubahan yang terjadi, mereka tidak terlalu memikirkannya berlebihan karena takut akan mempengaruhi janinnya, mereka akan menyikapinya dengan senang dan terus melakukan

pemeriksaan secara rutin, dan mereka akan berusaha tetap tenang dan tetap menjaga pola hidup sehat. Secara keseluruhan semua responden menyatakan tetap memiliki optimisme dan perilaku yang baik untuk menyikapi perubahan yang terjadi selama kehamilannya.

### 3. Hambatan Penelitian

Dalam menjalankan penelitian ini, peneliti memiliki beberapa hambatan, diantaranya:

1. Pada tanggal 3 juli 2021 sampai tanggal 20 juli 2021 penelitian sempat dihentikan dikarenakan melonjaknya kasus Covid-19 dan pada rentang tanggal tersebut pula diberlakukannya PPKM Darurat dimana Puskesmas Pondok Jagung pun memberhentikan dan tidak menerima mahasiswa untuk turun ke lapangan secara langsung, pihak Puskesmas juga tidak memberikan izin untuk melakukan penelitian secara online karena ada beberapa hal yang dikhawatirkan mengganggu privasi.

### 5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Gambaran Citra Tubuh pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Bidan Swasta Kelurahan Jelupang Tahun 2021. Digunakan 8 responden yaitu ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di BPM Anita Sihombing dapat disimpulkan bahwa:

2. pada tanggal 20 juli tempat penelitian berganti menjadi klinik bidan swasta yang masih berada dalam wilayah binaan Puskesmas Pondok Jagung, sehingga peneliti membutuhkan waktu untuk mencari klinik bidan swasta.

3. Pada tanggal 21 Juli 2021 peneliti melakukan penelitian secara online di BPM Anita Sihombing, akan tetapi peneliti membuat kesalahan dalam prosedur pengambilan data, sehingga membuat peneliti tidak dapat mengolah data tersebut, yang mengakibatkan peneliti harus mencari responden kembali.

4. Pada tanggal 4 pengambilan data peneliti berubah menjadi offline, sehingga peneliti harus meminta izin kepada BPM Anita Sihombing untuk melakukan penelitian offline dengan cara menetap di Klinik.

5. Pengambilan data hanya berlangsung terhitung mulai tanggal 5 sampai 10 Agustus 2021, yang membuat sampel penelitian peneliti jauh dari jumlah sampel yang dibutuhkan.

1. Karakteristik ibu hamil di BPM Anita Sihombing rata-rata berusia 20-35 tahun dengan tingkat pendidikan rata-rata SMP, dimana mayoritas responden beragama islam, berperan

- sebagai ibu rumah tangga dan berasal dari suku diluar pulau jawa.
2. Pada aspek sikap dapat disimpulkan bahwa responden menunjukkan sikap menerima dan mengetahui perubahan yang terjadi selama kehamilannya, terutama perubahan pada berat badan, ukuran tubuh, bentuk tubuh, fungsi tubuh, serta hiperpigmentasi kulit yang terjadi selama kehamilannya
  3. Pada aspek persepsi dapat ditarik kesimpulan bahwa responden mengetahui perubahan yang terjadi baik itu perubahan dalam ukuran tubuh, peningkatan berat badan, perubahan pigmentasinya, bahkan sampai perubahan fungsi tubuhnya, sehingga responden cenderung menunjukkan persepsi yang positif selama kehamilannya
  4. Pada aspek penampilan secara keseluruhan responden merasakan dan mengetahui tentang perubahan yang terjadi pada penampilannya selama kehamilannya. Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III menunjukkan penampilan positif pada citra tubuhnya selama kehamilan dan memiliki penerimaan yang baik terhadap perubahan fisik yang terjadi selama kehamilan.
  5. Pada aspek perilaku Secara keseluruhan semua responden

menyatakan tetap memiliki optimisme dan perilaku yang baik untuk menyikapi perubahan yang terjadi selama kehamilannya.

## 6. Saran

Saran yang dapat diberikan dalam penelitian ini:

### 6.2.1. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi bahan informasi bagi semua tenaga medis di BPM Anita Sihombing selalu memberikan edukasi kepada ibu hamil, baik itu tentang kehamilan dan citra tubuh selama kehamilan, sehingga dapat diambil kebijakan untuk terus meningkatkan pelayanan dan membangun kepercayaan dengan klien.

### 6.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi rujukan serta sumber data untuk melaksanakan penelitian penelitian lebih lanjut. Dan dapat memperluas penelitian ini dengan cara meneliti responden di wilayah yang berbeda untuk bisa mengetahui gambaran citra tubuh di setiap wilayah.

## 7. Daftar Pustaka

Ammar, E. N., & Nurmala, I. (2020). Analisis Faktor Sosio-Kultural terhadap Dimensi Body Image pada Remaja. *Journal of Health Science*

*and Prevention*, 4(1), 23–31.

<https://doi.org/10.29080/jhsp.v4i1.25>

5

Anggar. (2018). *Biologi Dasar Manusia & Pengantar Asuhan Kebidanan*. Pustaka Panasea.

Cevik, E., & Yanikkerem, E. (2020). The factors affecting self-esteem, depression and body image of pregnant women in a state hospital in Turkey. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 70(7), 1159–1164.

<https://doi.org/10.5455/JPMA.19892>

Devi, T. E. R. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Salemba Medika.

Erita, Hununwidiastuti, S., & Leniwita, H. (2019). *BUKU MATERI PEMBELAJARAN KEPERAWATAN JIWA*. UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA.

Hicks, S., & Brown, A. (2016). *Higher Facebook use predicts greater body image dissatisfaction during pregnancy: the role of self-comparison*. 115, 60–66. <http://dx.doi.org/10.1016/j.dineu.2015.08.001>

Hidayah, A. K., & Rohmatul, H. (2018). *Citra Tubuh, Kepuasan Seksual dan Kebahagiaan Perkawinan pada Perempuan*.

Hidayat, R. A. (2019). *Ilmu Pendidikan "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*. LPPPI.

Juliadilla, R. (2017). *Dinamika PSikologis Perubahan Citra Tubuh pada Wanita pada Saat Hamil*.

Kazemi, F., Nahidi, F., & Kariman, N. (2017). Disorders affecting quality of life during pregnancy: A qualitative study. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 11(4), QC06-QC10. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2017/23703.9560>

Keramat, A., Malary, M., Moosazadeh, M., Bagherian, N., & Rajabi-Shakib, M. R. (2021). Factors influencing stress, anxiety, and depression among Iranian pregnant women: the role of sexual distress and genital self-image. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03575-1>

- Kumala, A. M., & Hidayat, R. (2018). *Citra Tubuh, Kepuasan Seksual dan Kebahagiaan Perkawinan pada perempuan. Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non Empiris.*
- Mail, E. (2020). Sikap Ibu Hamil Trimester II dan III terhadap Perubahan Fisiologi Selama Kehamilan. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 83–89. <https://akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id/JKDH/index>
- Mandang, J., Tombokan, S., & Tando, N. M. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan. IN MEDIA.*
- Marsiwi, A. R., Holidah, & Anggraini, G. P. (2019). Body Image Dan Prenatal Distress Ibu Hamil Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciseeng Bogor. *Journal Keperawatan Dirgahayu*, 1(2), 43–48.
- Masyuni, P. U. S., Nata, W. S., & Aryani, P. (2019). *KEJADIAN DEPRESI PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS 1 NEGARA, KABUPATEN JEMBRANA TAHUN 2017. 8.*
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan Keperawatan Jiwa Teori dan Aplikasi.* CV Andi Offset.
- Paula, V., Trisnadewi, N., Oktaviani, N. P., Hardiansyah, T., Mukhoirotin, M., Widodo, D., & Marlina, T. (2021). *Keperawatan Jiwa Lanjutan.* Yayasan.
- Ratnawati, A. (2018). *Keperawatan Maternitas.* Pustaka Baru.
- Seftiani, Y., Lestari, W., & Karim, D. (2011). *Perbedaan Citra Tubuh Primigravida Dengan Multigravida.* 1–8.
- Sulistyaningsih, S. H., & Kasanah, U. (2019). *Hubungan Dukungan Suami dengan Perilaku Penerimaan Diri Wanita Hamil Usia Dini dalam Menghadapi Kehamilan.*
- Sutejo. (2019). *Keperawatan Jiwa.* Pustaka Baru.
- Sya'diyah, N. S. (2017). *Keperawatan Jiwa.* Deepublish Publisher.
- Zaini, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa Masalah Psikososial di Pelayanan Klinis dan Komunitas.* Deepublish Publisher.

Zhafirah, T., & Dinardinata, A.  
(2018). Hubungan Antara Citra  
Tubuh Dengan Harga Diri Pada Siswi  
Sma Kesatrian 2 Semarang. *Empati*,  
7(2), 334–340.