

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perempuan yang sudah memasuki fase pernikahan akan mengalami fase kehamilan dan melahirkan (Panjaitan & Lentari, 2024). Perubahan fisik dan psikologis yang begitu drastis pada fase kehamilan hingga periode postpartum dapat memicu terjadinya depresi *postpartum* (Amandya et al., 2021). Depresi *postpartum* merupakan gangguan emosional berupa perubahan mood dan berganti-ganti, yang terdiri dari tingkatan ringan dan bersifat sementara hingga depresi yang membutuhkan penanganan psikiatri (Setianingsih & Yuliwati, 2023). Menurut Carlson et al. (2025) Timbulnya *postpartum blues* sedini mungkin dimulai 2 hingga 3 hari pasca melahirkan dan hilang dalam 2 minggu. *Postpartum blues* dapat berkembang menjadi depresi postpartum dengan munculnya gejala pada waktu 2-4 minggu dan dapat hingga 6 bulan.

Depresi postpartum saat ini menjadi permasalahan utama pada wanita. Prevalensi depresi postpartum menurut Wang et al. (2021) menunjukkan bahwa depresi *postpartum* mencapai 17,22% dari populasi dunia. Kejadian depresi pada ibu *postpartum* mencapai kategori tinggi di negara asia mencapai 26-85% sedangkan di Indonesia mencapai 50-70% (Amandya et al., 2021). Menurut Qoyimah & Ifitakhiyyah (2022) Di Jawa timur angka kejadian depresi *postpartum* sebesar 30% sedangkan di Kota Malang mencapai 22,8% ibu mengalami depresi *postpartum* di hari ke tujuh (Desiana

& Tarsikah, 2021). Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Lawang terdapat 212 ibu *postpartum* pada bulan Februari-April 2025. Peneliti melakukan uji kuesioner menggunakan EPDS kepada 5 ibu *postpartum*, didapatkan hasil 3 ibu mempunyai skor rendah, 2 ibu mempunyai skor normal. Hasil wawancara dengan responden mengatakan bahwa terkadang menyalahkan diri sendiri, tidak percaya diri dengan perubahan bentuk tubuhnya pasca melahirkan

Menurut Wardani et al. (2020), Selama periode nifas ibu *postpartum* memiliki resiko depresi *postpartum* disebabkan oleh perubahan psikologis yang terdapat tiga fase yang disebut *Rubin Maternal Phases* yaitu *Taking In*, *Taking Hold* dan *Letting Go*, sedangkan pada fisiologis munculnya perubahan seperti perut bergelambir, payudara membesar, kulit kusam, rambut rontok, muncul jerawat dan jaringan parut disekitar perut (Utari et al., 2024). Perubahan emosi saat masa nifas, cenderung mudah kesal dan sangat sensitif yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti perasaan tertekan dengan tuntutan sebagai ibu. Perubahan yang dialami oleh ibu dapat menyebabkan munculnya harga diri rendah pada ibu, gangguan citra tubuh, gangguan ikatan ibu dan anak, kesulitan merawat bayi (Wardani et al., 2020)

Self-esteem atau harga diri merupakan proses mengevaluasi diri sendiri yang dimana dapat mempengaruhi transisi menuju identitas baru penyesuaian peran sebagai ibu serta memiliki keterkaitan kuat terhadap persepsi diri pada satu dominan yang dimana dapat memicu munculnya penilaian negatif terhadap dirinya sendiri (Kumalasari & Rahayu, 2022). Pada dasarnya *self-esteem* tinggi dapat mengontrol kesulitan dalam merawat bayi sehingga

rendah memicu munculnya depresi *postpartum* (Anwar et al., 2023). Berdasarkan penelitian dari Wardani et al. (2020) menunjukkan bahwa 20,6% ibu mengalami depresi *postpartum* sedangkan harga diri rendah sebanyak 38% yang menunjukkan hasil terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan terjadinya depresi *postpartum*.

Body image merupakan bentuk tubuh yang dipersepsikan oleh dirinya sendiri. Berbagai bentuk gambaran *body image* pada ibu *postpartum* dapat memunculkan perasaan tidak puas terhadap tubuh sendiri menunjukkan bahwa perempuan belum bisa menerima dirinya sendiri, terutama pada ibu primipara memiliki kekhawatiran *body image* negatif yang lebih tinggi daripada ibu multipara yang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu persepsi kehamilan yang berlebih, meningkatnya hormon yang menyebabkan perubahan perasaan (Handayani & Fatmawati, 2023). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bakhteh et al., (2023), dalam penelitiannya didapatkan hasil bahwa *body image* memiliki hubungan secara signifikan terhadap depresi *postpartum* ($p < 0,05$).

Sehingga apabila ibu *postpartum* memiliki harga diri tinggi dan citra tubuh yang positif, maka intensitas gejala depresi *postpartum* yang dialami semakin ringan. Salah satu bentuk penanganan depresi *postpartum* pada ibu nifas dengan *self-esteem* yang rendah dapat dilakukan dengan menghargai diri sendiri sedangkan *body image* yang rendah disarankan untuk berusaha berfikir positif mengenai bentuk tubuh dan penampilannya.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan *Self-Esteem* dan *Body Image* dengan Tingkat Depresi *Postpartum* pada Ibu *Postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang”.

1.2 Rumusan Masalah

“Adakah hubungan *self-esteem* dan *body image* dengan tingkat depresi *postpartum* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *self-esteem* dan *body image* dengan tingkat depresi *postpartum* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *self-esteem* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang.
2. Mengidentifikasi *body image* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang.
3. Mengidentifikasi tingkat depresi *postpartum* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang.
4. Menganalisis hubungan *self-esteem* dengan tingkat depresi *postpartum* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang.
5. Menganalisis hubungan *body image* dengan tingkat depresi *postpartum* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang.

6. Menganalisis hubungan *self-esteem* dan *body image* dengan tingkat depresi *postpartum* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Lawang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi informasi ilmiah mengenai hubungan *self-esteem* dan *body image* dengan tingkat depresi *postpartum* pada ibu *postpartum*. Sehingga mampu menjadi acuan tenaga kesehatan dan keluarga dalam mendeteksi dini terjadinya depresi *postpartum* pada ibu *postpartum*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi Puskesmas Lawang sebagai pertimbangan dalam meningkatkan perawatan pasien dan pelayanan kesehatan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi sumber pustaka di perpustakaan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

3. Bagi Responden

Penelitian yang telah dilakukan dapat menjadi cara untuk mencegah munculnya komplikasi pada ibu *postpartum*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian yang telah dilakukan diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai tingkat depresi *postpartum*.