

PERBEDAAN CITRA TUBUH PRIMIGRAVIDA DENGAN MULTIGRAVIDA

Yusni Seftiani¹, Widia Lestari², Darwin Karim³

Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas Riau
Yusni.Seftiani@yahoo.com

Abstract

Purpose of this study is to determine differences in body image primigravida with multigravida. Research method is descriptive with study comparative. Research conducted at the beginning of the hospital Awal Bross Pekanbaru to sixty respondents. Sampling method is accidental sampling technique. Measuring instrument used was a questionnaire that had been tested for validity and reliability. Analysis used is univariate and bivariate analysis by using chi-square test. The results showed a significant difference between body image primigravida with multigravida (p value=0.004). The results of this study recommend health workers provide counseling of body image changeover during pregnancy.

Keyword: body image, primigravida, multigravida.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan tantangan perkembangan yang harus dihadapi seluruh anggota keluarga, khususnya bagi calon ibu seperti perubahan citra tubuh, perubahan hormonal, bahkan ketidaknyamanan diberbagai aspek fisiologis dan psikologis (Bobak, Lowdermik & Jensen, 2005)..

Awalnya wanita yang sedang hamil tidak terlalu memusingkan perubahan bentuk tubuh yang dialami selama masa kehamilan, karena adanya komentar negatif dari lingkungan sekitarnya sehingga ibu hamil merasa tersinggung, risih, malu dan akhirnya menjadi semakin yakin bahwa tubuhnya memang tidak menarik (Melliana, 2006).

Kehamilan pertama merupakan pengalaman yang menyebabkan perubahan sosial dan psikologis yang besar. Kehamilan juga merupakan tahap awal dalam kehidupan seorang wanita yang umumnya menyebabkan peningkatan emosional. Hal ini dikarenakan kehamilan merupakan saat-saat terjadinya gangguan, perubahan identitas dan peran bagi setiap calon ibu (Fatmayanti, 2011).

Seorang ibu hamil terutama yang mengandung anak pertama akan mengalami persepsi berlebihan tentang kehamilan yang dipengaruhi peningkatan hormon dan menyebabkan perubahan *mood*/perasaan yang nyata. Pengalaman ini menimbulkan berbagai perasaan antara bahagia dan penuh harapan

dengan kekhawatiran tentang apa yang akan dialaminya selama kehamilan (Fatmayanti, 2011).

Astuti (2009), mengungkapkan bahwa tidak hanya kehamilan pertama, pada kehamilan kedua dan ketiga pun masih wajar bila seorang wanita hamil khawatir. Beberapa penelitian menekankan bahwa banyak wanita yang tidak puas dengan citra tubuh mereka selama hamil. Kekhawatiran yang dialami oleh multigravida bisa juga berhubungan dengan pengalaman kehamilan yang lalu (Lily, 2007).

Pengalaman merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia sehari-harinya. Pengalaman juga sangat berharga bagi sikap manusia dan pengalaman juga dapat terjadi pada siapa saja untuk digunakan sebagai pedoman serta pembelajaran manusia. Persepsi seseorang dipengaruhi ketika individu menginterpretasikan pengalaman-pengalamannya (Susilowati & Hasanah, 2011).

Citra tubuh dipengaruhi secara berkesinambungan oleh persepsi dan pengalaman baru (Stuart, 2007). Da Pietro (1996 dalam Fatmayanti 2011), juga menambahkan bahwa wanita pada kehamilan pertama lebih khawatir terhadap citra tubuh daripada wanita pada kehamilan kedua atau ketiga.

Persepsi salah yang berkepanjangan sudah terbukti membawa pengaruh buruk pada pertumbuhan janin seperti berat badan lahir

rendah dan kelahiran prematur serta gangguan psikologis (Agustini, 2013). Perubahan struktur, bentuk dan fungsi tubuh akan menimbulkan gangguan citra tubuh, yaitu perasaan berbeda dan tidak mampu menerima penampilan yang baru. Jika, masalah ini tidak segera diatasi dapat menimbulkan masalah psikososial yang lebih berat (Keliat, Akemat, Helena & Nurhaeni, 2011).

Menurut Dacey & Kenny (1994 dalam Fatmayanti 2011), menyatakan bahwa citra tubuh yang baik akan menjadikan seseorang memiliki konsep diri yang positif. Sebaliknya, individu yang memiliki citra tubuh negatif cenderung mengembangkan kepribadian yang tidak sehat, seperti penurunan harga diri, kemampuan interpersonal yang buruk, bahkan dalam banyak kasus berkembang menjadi patologis, seperti *anorexia* dan *bulimia*. Wanita mencoba untuk menurunkan berat badan dengan makan lebih sedikit, hal tersebut pada kasus kehamilan dapat memicu anoreksia.

Beberapa individu yang mengalami gangguan citra tubuh juga menyatakan perasaan ketidakberdayaan, keputusan dan kelemahan, menunjukkan perilaku yang bersifat merusak dirinya sendiri, seperti penurunan pola makan atau usaha bunuh diri. Persepsi individu terhadap perubahan bentuk atau keterbatasan meliputi perubahan dan kebebasan menyebabkan permasalahan dalam komunikasi dan sosialisasi (Kozier, 2004).

Kehamilan merupakan hal fisiologis namun kehamilan yang normal dapat berubah menjadi patologis. Selain itu seorang wanita selalu memiliki kekhawatiran terhadap bentuk tubuh dan berat badannya tidak dapat kembali seperti sebelum mengalami kehamilan dan bentuk tubuh yang indah seperti saat sebelum hamil (Kusmiyati, 2008). Cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologisnya. Pandangan yang realistis terhadap diri akan mempengaruhi kemampuan menerima keadaan tubuh akan membuat individu terhindar dari rasa khawatir dan meningkatkan harga diri individu, Keliat (1992 dalam Salbiah, 2009).

Gangguan citra tubuh biasanya menyebabkan persepsi negatif terhadap penampilan fisik. Perasaan malu yang kuat, dan ketidaknyamanan sosial sering menyertai persepsi ini. Pada akhirnya reaksi negatif ini dapat menyebabkan isolasi sosial Wald &

Alvaro (2004 dalam Fatmayanti, 2011). Adapun tanda dan gejala dari gangguan citra tubuh yaitu menolak melihat dan menyentuh bagian tubuh yang berubah, tidak menerima perubahan tubuh yang telah terjadi/akan terjadi, menolak penjelasan perubahan tubuh, persepsi negatif pada tubuh, mengungkapkan keputusan, mengungkapkan ketakutan (Harnawati, 2008).

Wawancara yang dilakukan pada tanggal 10 Januari 2014, kepada 2 orang primigravida dan 2 orang multigravida, hasil yang didapatkan bahwa 1 orang primigravida mengatakan malu dengan seringnya buang air kecil yang tidak bisa tertahankan dan merasa kesal karena terkadang cepat merasa kenyang saat makan padahal primigravida masih ingin menghabiskan makanannya. Satu orang primigravida lagi mengatakan peningkatan berat badan yang hampir 10 kg selama masa kehamilan membuatnya khawatir dengan bentuk tubuh yang tidak dapat kembali lagi seperti awal sebelum hamil.

Hasil yang didapat dari 2 orang multigravida adalah 1 orang multigravida mengatakan berusaha mengurangi ikut serta dalam aktifitas sosial/kegiatan, karena malu dengan kesulitan dalam mengatur posisi duduk. Ibu juga mengatakan bahwa sangat ingin merapatkan bagian kewanitaannya, setelah tidak ada lagi rencana untuk hamil lagi. Hal ini disebabkan karena takut suaminya selingkuh dan merasa tidak nyaman. Satu orang multigravida lagi mengungkapkan khawatir dengan adanya garis-garis pada bagian perut dan payudara karena garis-garis yang ada pada bagian perut dan payudaranya yang terjadi saat kehamilan pertama belum juga hilang dan mengatakan takut dengan perubahan perutnya yang besar karena riwayat persalinan anak keduanya adalah operasi yang membuat perutnya setelah melahirkan menjadi buncit.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti merasa tertarik untuk meneliti perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida di Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru.

TUJUAAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain deskriptif dengan teknik studi perbandingan (*Comparative Study*). Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru dari bulan September 2013 hingga Januari 2014. Pada penelitian ini yang menjadi sampel adalah ibu hamil primigravida dan multigravida yang memeriksakan kehamilannya di Poli Kebidanan Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru dengan jumlah 60 responden yaitu 30 ibu hamil primigravida dan 30 ibu hamil multigravida. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Natoatmodjo, 2010).

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang dibuat oleh peneliti berdasarkan citra tubuh. Kuesioner terdiri dari 2 bagian yaitu: bagian pertama berisi tentang data demografi responden terdiri dari kode responden, kehamilan, usia kehamilan, pendidikan dan pekerjaan. Bagian kedua yaitu pernyataan untuk melihat citra tubuh responden, yang dibuat dari aspek ukuran tubuh, fungsi tubuh dan penampilan. Masing-masing kelompok aspek diberi skala likert dan diberi penilaian: sangat setuju (nilai 4), setuju (nilai 3), tidak setuju (nilai 2), sangat tidak setuju (nilai 1).

Sebelum kuesioner disebarakan kepada responden, dilakukan uji validitas terlebih dahulu kepada 20 orang ibu hamil di Rumah Sakit Ibu Anak Eria Bunda. Hasil uji validitas didapat kan dari 16 pernyataan dinyatakan bahwa valid semua dengan nilai corrected item total corelation tertinggi 0,897 dan terendah 0,573 dimana nilai tersebut lebih besar dari r tabel 0,4444. Maka dapat disimpulkan pernyataan yang valid digunakan sebagai instrumen penelitian untuk mengetahui perbedaan citra tubh primigravida dengan multigravida. selanjutnya uji reliabilitas

dengan membandingkan alpha dengan r tabel dimana diperoleh alpha 0,949 dengan r tabel 0,6 didapatkan alpha > r tabel, maka pernyataan dikatakan reliabel.

Analisis yang dilakukan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk melihat karakteristik responden, meliputi kehamilan ke, usia kehamilan, pendidikan dan pekerjaan. Analisis bivariat digunakan untuk melihat perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida. Data diolah dengan menggunakan program komputer dengan analisis *Chi-square* dimana peneliti melakukan analisis hubungan variabel kategorik dengan variabel kategorik. Hasil akan bermakna jika $p\text{ value} < \alpha (0,05)$ (Hidayat, 2007).

HASIL

Hasil penelitian yang dilakukan secara *Comparative study* terhadap 60 responden yaitu 30 ibu primigravida dan 30 ibu multigravida di Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru pada tanggal 17 Januari 2014, adalah sebagai berikut:

A. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik responden dan variabel-variabel yang diteliti pada tanggal 17 Januari 2014, guna mendapatkan gambaran umum.

1. Karakteristik responden

Dari 60 orang responden di Poli Kebidanan Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru didapatkan karakteristik responden meliputi: kehamilan ke, usia kehamilan, pekerjaan dan pendidikan sebagai berikut:

Tabel 3

Distribusi responden berdasarkan kehamilan

Usia kehamilan	Responden			
	Primigravida		Multigravida	
	n	%	n	%
Trimester II	6	20	5	16,7
Trimester III	24	80	25	83,3
Total	30	100	30	100

Dari tabel 3 diatas menunjukkan bahwa usia kehamilan responden yang terbanyak adalah pada kehamilan trimester III, yaitu 24 orang (80%) pada primigravida dan 25 orang (83,3%) pada multigravida, sedangkan usia kehamilan pada trimester I tidak ada.

Tabel 4

Distribusi responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Responden			
	Primigravida		Multigravida	
	n	%	n	%
Tidak bekerja	15	50	12	40
Bekerja	15	50	18	60
Total	30	100	30	100

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa status pekerjaan yang terbanyak adalah responden yang bekerja, yaitu berjumlah 15 orang (50%) pada primigravida dan 18 orang (60%) pada multigravida.

Tabel 5

Distribusi responden berdasarkan pendidikan

Pendidikan	Responden			
	Primigravida		Multigravida	
	n	%	n	%
SD	0	0	2	6,7
SLTP	4	13,3	1	3,3
SLTA	11	36,7	5	16,7
PT	15	50	22	73,3
Total	30	100	30	100

Dari tabel 5 diatas menunjukkan bahwa yang terbanyak adalah responden yang berpendidikan pada jenjang PT, yaitu berjumlah 15 orang (50%) pada primigravida dan 22 orang (73,3%) pada multigravida.

2. Citra Tubuh

Tabel 6

Distribusi responden berdasarkan citra tubuh

Citra Tubuh	Responden			
	Primigravida		Multigravida	
	n	%	n	%
Negatif	22	73,3	10	33,3
Positif	8	26,7	20	66,7
Total	30	100	30	100

Dari tabel 6 diatas menunjukkan bahwa yang terbanyak adalah responden yang mempunyai citra tubuh negatif yaitu berjumlah 22 orang (73,3%) pada primigravida dan yang mempunyai citra tubuh positif yaitu berjumlah 20 orang (66,7%) pada multigravida.

B. Analisa Bivariat

Hasil analisa bivariat dengan uji *Chi-square* menunjukkan ada perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida dengan *Pvalue* (0,004) < α (0,05) dengan kata lain H_0 ditolak (tabel 7).

Tabel 7

Perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida

Responden	Citra tubuh		Total		P value
	Positif	Negatif	n	%	
Primi gravida	8	22	30	100	0,004
Multi gravida	20	10	30	100	
Total			60	100	

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden primigravida yaitu wanita yang hamil untuk pertama kali berjumlah 30 orang (50%) dan responden multigravida yaitu seorang wanita yang sudah hamil dua kali sampai keempat, kehamilan kedua berjumlah 9 orang (15%), kehamilan ketiga berjumlah 16 orang (26,7%) dan kehamilan keempat berjumlah 5 orang (8,3%).

Berdasarkan hasil penelitian untuk karakteristik usia kehamilan, sebagian besar usia kehamilan responden berada pada usia trimester III (25-40 minggu). Trimester ketiga ini adalah sesuatu yang lebih berorientasi pada orang tua yang menantikan kelahiran anak. Peningkatan ukuran abdomen mempengaruhi kemampuan ibu hamil untuk melakukan aktivitas sehari-hari, posisi yang nyaman juga lebih sulit didapatkan (Fauziah & Sutejo, 2012). Menurut Andriani (2007), perasaan tidak nyaman dan khawatir akibat kehamilan akan dialami ibu pada trimester ketiga dan banyak ibu yang merasa dirinya aneh dan jelek. Disamping itu ibu mulai merasa sedih karena akan berpisah dari bayinya dan kehilangan perhatian khusus yang diterima selama hamil. Pada usia kehamilan trimester ini ibu memerlukan keterangan dan dukungan suami, keluarga dan tenaga kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian untuk karakteristik status pekerjaan responden, mayoritas bekerja. Sesuai dengan data Biro Pusat Statistik, jumlah angka kerja wanita pada tahun 2011, meningkat hingga 20.250.000 orang di Indonesia. Pekerjaan bagi seorang ibu rumah tangga saat ini dipandang bukan lagi sebagai pilihan, tetapi sudah merupakan aktualisasi diri. Didasari pola pikir yang lebih terbuka pada ibu rumah tangga yang bekerja dapat menentukan kehidupannya dengan lebih pasti karena dalam dirinya tidak merasakan keraguan dalam menentukan langkahnya, sehingga ibu rumah tangga yang mempunyai rasa percaya diri akan bertindak mandiri, tegas dalam membuat pilihan dan mengambil keputusan seperti apa yang diinginkan, memiliki keyakinan dan memiliki penilaian diri positif (Ananda, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian untuk karakteristik status pendidikan responden adalah mayoritas perguruan tinggi. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah memahami informasi dan sebaliknya, semakin rendah tingkat pendidikan seseorang semakin sulit untuk memahami informasi (Notoadmodjo, 2010). Menurut Budi (2007), kekhawatiran pada ibu hamil dipengaruhi oleh faktor pengetahuan ibu hamil tentang proses yang dialami selama kehamilan. Ibu hamil yang mempunyai pengetahuan tentang kehamilan dengan baik memungkinkan dirinya mengantisipasi diri dalam menghadapi kekhawatiran selama hamil. Latar belakang pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi pola pikir seseorang. Latar belakang pendidikan akan membentuk cara berfikir seseorang termasuk membentuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berkaitan dengan penyakit dan menggunakan pengetahuan tersebut untuk menjaga kesehatan (Perry & Potter, 2005).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden primigravida mayoritas mengalami citra tubuh negatif yaitu 22 orang (73,3%). Menurut Kartono (1992 dalam Budi, 2007) kehamilan pertama bagi seorang wanita merupakan salah satu periode krisis dalam kehidupannya. Pengalaman baru ini memberikan perasaan yang bercampur baur,

antara bahagia dan penuh harapan dengan kekhawatiran tentang apa yang akan dialaminya semasa kehamilan.

Wahyuni (2005), juga mengatakan bahwa kehamilan pertama kali merupakan suatu perjalanan baru bagi ibu primigravida. Peristiwa yang belum pernah dialami sebelumnya akan menimbulkan rasa khawatir, takut, gelisah, tegang bercampur was-was dan sebagainya. Perubahan fisiologis yang terjadi pada kehamilan menimbulkan perubahan bentuk tubuh yang cepat dan nyata. Perasaan ini semakin kuat seiring dengan usia kehamilan, yang menyebabkan kehilangan batasan-batasan fisik secara pasti sehingga primigravida memisahkan diri sendiri dari orang lain. Perasaan ini sebagai suatu kesadaran akan adanya “ zona yang dipersepsikan memisahkan diri sendiri dari orang lain” (Bobak, Lowdermik & Jensen, 2005).

Hasil penelitian terhadap responden multigravida didapat bahwa mayoritas mempunyai citra tubuh positif yaitu sebanyak 20 orang (66,7%). Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan Bobak, Lowdermik & Jensen (2005), faktor psikologis yang menyebabkan kekhawatiran berkaitan dengan kesiapan seorang wanita terhadap kehamilannya. Jika seseorang wanita siap dengan perubahan fisik dan mental yang dialami selama kehamilan, maka akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam menjalani kehamilan sehingga perasaan khawatir akan berkurang. Kesiapan mental terhadap setiap perubahan selama masa kehamilan dikarenakan multigravida sudah pernah menjalani kehamilan sebelumnya. Adanya pengalaman hamil sebelumnya akan menyebabkan multigravida lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik selama hamil. Pengalaman merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia sehari-harinya. Pengalaman juga sangat berharga bagi sikap manusia dan pengalaman juga dapat terjadi pada siapa saja untuk digunakan sebagai pedoman serta pembelajaran manusia. Dapat disimpulkan bahwa pengalaman hamil yang terdahulu pada multigravida dapat menyebabkan kesiapan dalam beradaptasi dengan perubahan-perubahan fisik selama

hamil sehingga akan mempengaruhi persepsi akan citra tubuhnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara citra tubuh primigravida dengan multigravida, sebagian besar primigravida tersebut mempunyai citra tubuh yang negatif. Hal ini dapat dipengaruhi oleh nilai-nilai keyakinan dan sifat pribadinya. Sikap ini sering berubah seiring kemajuan usia kehamilan. Sikap positif pada tubuh biasanya akan terlihat selama trimester I. Namun, seiring bertambahnya usia kehamilan, perasaan tersebut menjadi lebih negatif. pada kebanyakan wanita perasaan suka atau tidak suka terhadap tubuh mereka dalam keadaan hamil bersifat sementara dan tidak menyebabkan perubahan persepsi yang menetap tentang dirinya (Bobak, Lowdermik & Jensen, 2005).

Menurut Melliana (2006), kekhawatiran yang dirasakan oleh ibu hamil disebabkan adanya perubahan bentuk payudara, pigmentasi kulit, serta pembesaran abdomen. Perubahan yang terjadi secara keseluruhan dapat mengganggu penampilan ibu hamil, juga menyebabkan gangguan citra tubuh. Akibatnya menimbulkan ketidaknyamanan dan kekhawatiran terhadap wanita hamil yang akan mempengaruhi citra tubuh selama kehamilan. Faktor psikologis yang menyebabkan kekhawatiran berkaitan dengan kesiapan seorang wanita dengan perubahan fisik dan mental yang dialami selama masa kehamilan, maka akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam menjalani kehamilan, sehingga perasaan khawatir akan berkurang (Bobak, Lowdermik & Jensen, 2005).

Hasil penelitian ini menunjukkan lebih banyak wanita hamil yang bekerja, hal ini sesuai dengan teori Keliat, Akemat, Helena & Nurhaini (2006), bahwa citra tubuh dipengaruhi oleh status pekerjaannya. Wanita hamil yang bekerja akan mempengaruhi penilaian terhadap citra tubuh yang mengutamakan penampilan. Hal ini dipengaruhi oleh adanya keyakinan terhadap bentuk tubuh sebagaimana idealnya diri dalam masyarakat, perbandingan dengan orang lain sehingga terdapat kesenjangan dan menciptakan persepsi bentuk tubuhnya yang kurang ideal. Menurut Bobak, Lowdermik &

Jensen (2005), wanita yang bahagia dan senang dengan kehamilannya sering memandang perubahan selama kehamilan tersebut sebagai pemenuhan biologis dan merupakan rencana hidupnya. Ibu memiliki harga diri yang tinggi dan cenderung percaya diri akan hasil akhir untuk dirinya sendiri, untuk bayinya dan anggota keluarganya yang lain, sehingga pada penelitian ini ada ditemukan ibu primigravida yang mempunyai citra tubuh yang positif.

KESIMPULAN

Hasil analisis dan pembahasan peneliti tentang perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida di Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru baru, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut: Hasil penelitian dari 30 orang ibu primigravida mayoritas mempunyai citra tubuh yang negatif yaitu berjumlah 22 orang (73,3%). Hasil penelitian dari 30 orang ibu multigravida mayoritas mempunyai citra tubuh yang positif yaitu berjumlah 20 orang (66,7%). Kesimpulan dari hasil penelitian menunjukkan bawa ada perbedaan yang bermakna antara citra tubuh primigravida dengan multigravida di Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru dibuktikan dengan $p_{\text{value}} = 0,004$.

SARAN

Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan bahan tambahan referensi, pengetahuan khususnya tentang perbedaan citra tubuh primigravida dengan multigravida.

Bagi Rumah Sakit

Berhubung masih banyak primigravida yang mempunyai citra tubuh negatif masa kehamilan, diharapkan bagi pihak rumah sakit sebaiknya memberikan penyuluhan tentang perubahan-perubahan fisik yang terjadi selama masa kehamilan pada saat ibu hamil memeriksakan kehamilannya.

Bagi Ibu Hamil

Diharapkan pada ibu hamil lebih mudah untuk beradaptasi dengan perubahan fisiknya selama kehamilan.

Bagi Peneliti Selanjutnya.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai data tambahan, informasi dan *evidence based* dalam melakukan penelitian perbedaan perubahan-perubahan citra tubuh pada primigravida dan multigravida.

-
- ¹ **Yusni Seftiani**, Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia
- ² **Widia Lestari**, Staf Akademik Departemen Keperawatan Maternitas Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia
- ³ **Darwin Karim**, Staf Akademik Keperawatan Medikal Bedah Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia
-

DAFTAR FUSTAKA

- Anwar. (2009). *Tumbuh kembang, health*. Diperoleh pada tanggal 20 Agustus 2013 dari <http://anwarsasake.wordpress.com/2009/08/06body image/feed>
- Astuti, N.T. (2008). *Konstruksi alat ukur kecemasan wanita hamil*. Diperoleh Tanggal 2 Juli 2013 dari <http://ebursa.depdiknas.go.id/pustaka/harvester/index.php/record/view/87391>
- Agustini. (2013). *Konsep dasar kehamilan*. Diperoleh pada tanggal 20 Juli 2013 dari <http://ebookbrowse.net/bab-iii-konsep-dasar-kehamilan-pdf>
- Bobak, I. M., Lowdermik, D. L., & Jensen, M. D., (2005). *Buku ajar keperawatan maternitas* (Maria A. Wijayarini, et.al. Terj). Jakarta: EGC
- Budi, R. (2007). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil menghadapi kelahiran anak pertama pada masa triwulan ketiga*. Diperoleh tanggal 12 Desember 2013 dari <http://rac.uir.ac.id/server/document/Public/20080525102427Naskah%20Publikasi%20%20A.I.I.,pdf>
- Dewi. (2009). *Perempuan dan penampilan*. Diperoleh pada tanggal 17 September

2013

http://www.perempuan.com/index.php?a_id=3003

- Dewi, V., & Sunarsih. T. (2011). *Asuhan kehamilan untuk kebidanan*, Jakarta: Salemba Medika
- Farida, A. (2011). *Pengalaman Pasien Hemodialisis terhadap Kualitas Hidup dalam Konteks Asuhan Keperawatan di RSUP Fatmawati Jakarta*. Diperoleh pada tanggal 14 Mei 2013 dari <http://lontar.ui.ac.id/file?file=digital/137288-T-Anna%20Farida.pdf>
- Fatmayanti, Y. (2010). *Hubungan dukungan sosial suami terhadap penerimaan citra tubuh ibu pada masa kehamilan pertama*. Diperoleh Tanggal 12 Oktober 2013 dari <http://old.fk.ub.ac.id/artikel/id/filedownload/keperawatan/Yulistiana%20Fatmawati.pdf>
- Fauziah, S., & Sutejo. (2012). *Buku ajar keperawatan maternitas kehamilan*. Jakarta: Kencana
- Fitiana. (2011). *Konsep diri* http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/109/jtptunimus-gdl_rikadewi-5413-3-babii.pdf
- Henderson, dkk. (2005). *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Helena. (2011). *Tingkat pengetahuan primigravida tentang perubahan fisiologis kehamilan*. Diperoleh pada tanggal 10 Juli 2013 dari <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/3/01-gdl-septaurumy-110-1-septauru-i.pdf>
- Keliat, B. A., Akemat, Helena. N., & Nurhaeni. H. (2011). *Keperawatan kesehatan jiwa komunitas*. Jakarta: EGC
- Keliat, B. A., Akemat, Helena. N., & Nurhaeni. H. (2006). *Modul praktek keperawatan profesional jiwa (MPKP Jiwa)*. Jakarta: FIK UI dan WHO.
- Kozier. (2004). *Relationship between body image with self-esteem in tpr (telkomsel personal representative) in telkomsel*. Diperoleh tanggal 12 Juni 2013 dari <http://www.gunadarma.ac.id>
- Kusumawati, F., & Hartono, Y. (2010). *Buku ajar keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.

- Kusmiyati. (2008). *Perubahan dalam kehamilan*. Diperoleh Tanggal 2 Agustus 2013 dari <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/104/jtptunimus-gdl-sevalianti-5172-3-bab2.pdf>
- Lily, Y. (2007). *Perubahan dan adaptasi psikologis dalam kehamilan*. Diperoleh tanggal 31 Juli 2013 dari <http://ocw.gunadarma.ac.id/course/dipl oa-three-program/study-program-of-midwife-practices-d3/asuhan/perubahan-perubahan-dan-adaptasi-psikologis-dalam-kehamilan>
- Melliana. A. (2006). *Menjelajahi tubuh perempuan dan mitos kecantikan*. Yogyakarta: LkiS Pelangi Aksara
- Mulyani. (2007). *Konsep persepsi diri*. Diperoleh tanggal 3 November 2013 dari <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&sqi=2&ved=0CCgQFjAA&url=http%3A%2F%2Ffontar.ui.ac.id>
- Natoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- National Eating Disorders Association. (2005). *Body image* Diperoleh pada tanggal 8 Oktober 2013 dari www.nationaleatingdisorders.org
- Nursalam. (2003). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nirwana, A. D. (2011). *Psikologi ibu, bayi, dan anak*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan Praktik* (4th Edition ed., Vol. I). (Y. Devi, E. Monica, Penyunt., & Y. A. al], Penerj.) Jakarta: EGC.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Buku ajar Fundamental keperawatan*. Jakarta : EGC. Salemba Medika
- Salbiah. (2008). *Konsep diri*. Diperoleh pada tanggal 11 November 2013 dari <http://www.library.usu.ac.id>
- Sari, H. F. (2005). *Hubungan antara berfikir positif dengan kecemasan pada kehamilan pertama*. Diperoleh tanggal 2 November 2013 dari <http://etd.library.ums.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id-jtptums-gdi-sl-2007-hannafatma-5021>
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Suryani. (2005). *Komunikasi terapeutik: teori dan praktik*. Jakarta: EGC.
- Suryono. (2008). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jogjakarta : Mitra Cendikia Press
- Susilowati, G.T & Hasanah, U. N (2011). *Pengaruh terapi menulis pengalaman emosional terhadap penurunan depresi pada mahasiswa tahun pertama*. Diperoleh tanggal 23 Desember 2013 dari <http://www.google.co.id>
- Susanti. (2007). *Stress dalam kehamilan*. Diperoleh 18 November 2008 dari <http://www.nusaku.com>
- Stuart, G. W. (2007). *Buku saku keperawatan jiwa*. Edisi 6. Jakarta: EGC.
- Stuart, G. W. (2006). *Buku saku keperawatan jiwa*. Edisi 6. Jakarta: EGC.
- Tadabur. (2008). *Konsep citra tubuh*. Diperoleh tanggal 28 Agustus 2013 dari <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/3/01-gdl-septaurumy-110-1-septauru-i.pdf>
- Utami, A & Lestari, W. (2009). *Perbedaan tingkat kecemasan primigravda dengan Multigravida dalam menghadapi kehamilan*. Diperoleh tanggal 23 oktober 2013 dari ejournal.unri.ac.id/index.php/JNI/article/download/643/636
- Wulandari, P.Y. (2006). *Efektifitas senam hamil dalam menurunkan kecemasan menghadapi persalinan pertama*. Diperoleh tanggal 19 Desember 2013 dari <http://rac.uui.ac.id/server/document/Public/20080525102427Naskah%20Publikasi%20%20AI.rtf>