

ABSTRAK

Ibu pasca melahirkan mengalami berbagai perubahan dan penyesuaian, baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan fisik, seperti bentuk tubuh dan peningkatan berat badan, sering kali sulit diterima, sehingga dapat memengaruhi citra tubuh dan berisiko mengganggu kondisi psikologis ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara citra tubuh dengan postpartum blues pada ibu pasca melahirkan. Hipotesis dalam penelitian ini terdapat hubungan negatif antara citra tubuh dengan *postpartum blues* pada ibu pasca melahirkan. Subjek dalam penelitian ini adalah 63 ibu pasca melahirkan berusia 17–40 tahun dengan rentang waktu 1–30 hari setelah melahirkan. Teknik pengumpulan data menggunakan skala likert, dan analisis data dilakukan dengan teknik korelasi *product-moment* menggunakan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 27. Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar $r = -0,432$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara citra tubuh dan *postpartum blues*. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,186 menunjukkan bahwa citra tubuh memberikan kontribusi sebesar 18,6% terhadap postpartum blues, sementara 81,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.

Kata Kunci: citra tubuh, ibu pasca melahirkan, *postpartum blues*

ABSTRACT

Postpartum mothers experience various changes and adjustments, both physically and psychologically. Physical changes, such as body shape and weight gain, are often difficult to accept and may negatively impact body image, potentially affecting the mother's psychological condition. This study aims to examine the relationship between body image and postpartum blues in postpartum mothers. The hypothesis of this study is that there is a negative relationship between body image and postpartum blues. The participants in this study were 63 postpartum mothers aged 17–40 years within 1–30 days after giving birth. Data were collected using a Likert-scale questionnaire, and data analysis was conducted using the Pearson product-moment correlation with the assistance of IBM SPSS Statistics 27. The analysis revealed a correlation coefficient of $r = -0.432$ with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.01$), indicating a significant negative relationship between body image and postpartum blues. The coefficient of determination (R^2) was 0.186, suggesting that body image contributes 18.6% to postpartum blues, while the remaining 81.4% is influenced by other factors not examined in this study.

Keywords: *body image, postpartum mothers, postpartum blues*