

# Hubungan Body Image Pasca Melahirkan Dengan Keputusan Ibu Primi Para Untuk Memberikan ASI Eksklusif PMB Dewi Sandra Desa Ujong Drien Kecamatan Meureubo Aceh Barat Tahun 2026

Fani Zahria<sup>1</sup> Sarmiati<sup>2</sup>, Ristarida sihombing<sup>3</sup>, Siska Damanik<sup>4</sup>, Rosalina Kwano<sup>5</sup>, Tiarnida Nababan<sup>6</sup>  
<sup>1,2,3,4,5</sup> PUI-Gentle Baby Care Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Medan,  
<sup>6</sup> PUI-Paliative Care Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Medan,

## ABSTRAK

Penurunan angka pemberian ASI eksklusif ini dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Salah satu tekanan psikologis yang signifikan pasca melahirkan adalah perubahan fisik yang drastis. Persepsi terhadap bentuk dan ukuran tubuh, serta bagaimana ia meyakini orang lain melihat tubuhnya, dikenal dengan istilah *body image*, bagi ibu primipara yang memiliki *body image* negatif yang kuat, keinginan untuk segera melakukan diet ketat atau membatasi asupan nutrisi sering kali bertentangan dengan kebutuhan nutrisi untuk produksi ASI. Tujuan Penelitian Hubungan Body Image Pasca Melahirkan Dengan Keputusan Ibu Primi Para Untuk Memberikan Asi Eksklusif PMB Dewi Sandra Desa Ujong Drien Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2026. Metode Penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan crosssectional, Populasi Ibu Primi Para, Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik Total sampling, jumlah sampel sebanyak 28 orang. Hasil bahwa dari 28 orang ibu terdapat 19 (67,85%) orang ibu memperhatikan Body Image Pasca Melahirkan terdapat 9 (47,36%) tetap memberikan ASI EKslusif, terdapat 6 (31,57%) ibu yang menggabungkan ASI dan Susu Formula dan terdapat 4 (21,05%) hanya memberikan Susu Formula saja. Terdapat 6 (21,42%) orang Ibu yang Tidak terlalu memikirkan tentang Body Image Pasca Melahirkan terdapat 2 (33,33%) ibu yang tetap memberikan ASI EKslusif, terdapat 2 (33,33%) ibu yang menggabungkan ASI dan Susu Formula dan Ibu yang hanya memberikan Susu Formula saja. Terdapat 3 (10,71%) orang ibu yang sama sekali tidak menjaga Body Image Pasca Melahirkan terdapat 1 (33,33%) ibu yang tetap memberikan ASI EKslusif pada Bayinya, terdapat masing 1 (33,33%) ibu yang menggabungkan ASI dan Susu Formula dan Ibu yang hanya memberikan Susu Formula saja, uji *Chi-Square* dari data tersebut, nilai signifikansinya adalah 0,975. Dalam standar penelitian, hasil dikatakan signifikan jika nilainya di bawah  $p < 0,05$ . Karena  $0,975 > 0,05$ , maka secara statistik tidak ada hubungan. Saran Diharapkan para ibu tidak perlu merasa khawatir berlebihan mengenai perubahan fisik pasca melahirkan.

**Kata Kunci : Body Image, Pasca Melahirkan, Keputusan Ibu Primi Para, ASI Eksklusif**

## Abstract

*The decline in exclusive breastfeeding rates is influenced by various internal and external factors. One of the significant psychological pressures after giving birth is drastic physical changes. Perception of body shape and size, and how she believes others see her body, is known as body image, for primiparous mothers who have a strong negative body image, the desire to immediately go on a strict diet or limit nutritional intake often conflicts with the nutritional needs for breast milk production. The purpose of this study is the relationship between postpartum body image and the decision of primiparous mothers to provide exclusive breastfeeding PMB Dewi Sandra, Ujong Drien Village, Meureubo District, West Aceh Regency in 2026. The research method is a quantitative study using a cross-sectional approach, the population of primiparous mothers, the sampling technique is using the total sampling technique, the number of samples is 28 people. The results showed that of the 28 mothers, 19 (67.85%) mothers paid attention to their body image after giving birth, 9 (47.36%) continued to give exclusive breast milk, there were 6 (31.57%) mothers who combined breast milk and formula milk and 4 (21.05%) only gave formula milk. There are 6 (21.42%) mothers who don't think too much about body image after giving birth, there are 2 (33.33%) mothers who continue to give exclusive breast milk, there are 2 (33.33%) mothers who combine breast milk and formula milk and mothers who only give formula milk. There are 3 (10.71%) mothers who do not maintain Body Image after giving birth at all, there is 1 (33.33%) mother who continues to give exclusive breastfeeding to her baby, there is 1 (33.33%) mother who combines breast milk and formula milk and mother who only gives formula milk, Chi-Square test of the data, the significance value is 0.975. In research standards, the results are said to be significant if the value is below  $p < 0.05$ . Because  $0.975 > 0.05$ , then statistically there is no relationship. Suggestion It is hoped that mothers do not need to worry too much about physical changes after giving birth.*

**Keywords: Body Image, Postpartum, Primi Para Mothers' Decisions, Exclusive Breastfeeding**