

ABSTRAK

GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA IBU YANG MENGALAMI BABY BLUES SYNDROME PASCA MELAHIRKAN ANAK PERTAMA

Babyblues Syndrome merupakan gangguan Psikologis yang dapat dialami oleh Ibu pasca melahirkan. Umumnya *babyblues syndrome* lebih banyak dialami oleh ibu yang baru melahirkan anak pertama karena kurangnya pengalaman yang dimiliki oleh ibu dalam mengasuh buah hati. Penerimaan diri menjadi salah satu hal yang essensial bagi ibu. Dengan memiliki penerimaan diri yang baik, seorang ibu akan dapat lebih mudah untuk mengasuh buah hatinya serta menerima status barunya menjadi seorang ibu. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilakukan bersama tiga ibu *postpartum* dengan usia anak 0-3 bulan. Teknik yang digunakan yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil dari ketiga narasumber memiliki penerimaan diri yang baik karena terpenuhinya aspek-aspek penerimaan diri pada ketiga narasumber walaupun diawal ketiga narasumber memiliki pengalaman yang berbeda-beda dalam menyambut kehadiran buah hati. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan diri pada ketiga narasumber adalah Pemahaman tentang diri, Harapan Realistis, Identifikasi orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, Perspektif diri dan Konsep Diri Stabil.

Kata kunci : Penerimaan Diri, *Babyblues Syndrome*, *Kelahiran Anak Pertama*.

ABSTARCT

AN OVERVIEW OF SELF-ACCEPTANCE IN MOTHERS WHO EXPERIENCE BABY BLUES SYNDROME AFTER GIVING BIRTH TO THEIR FIRST CHILD.

Babyblues Syndrome is a psychological disorder that can be experienced by mothers after giving birth. Generally, babyblues syndrome is more experienced by mothers who have just given birth to their first child because of the lack of experience that mothers have in caring for their children. Self-acceptance is one of the essential things for mothers. By having good self-acceptance, a mother will be able to more easily take care of her baby and accept her new status as a mother. The method used is a qualitative method with a case study approach. This research was conducted with three postpartum mothers with children aged 0-3 months. The techniques used were interviews, observation and documentation. Data analysis techniques use data reduction, data presentation and conclusion drawing. The results of the three informants have good self-acceptance because the aspects of self-acceptance are fulfilled in the three informants even though at the beginning the three informants had different experiences in welcoming the presence of the baby. The factors that influence self-acceptance in the three informants are understanding of self, realistic expectations, identification of people who have good self-adjustment, self-perspective and stable self-concept.

Keyword : *Self-Acceptance, Baby Blues Syndrome, Birth of First Child.*