

PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPUASAN PERNIKAHAN PADA WANITA MADYA YANG BEKERJA DI PT X

*Sopia, Wina Lova Riza, Randwitya Ayu Ganis Hemasti
*Ps16.sopia@mhs.ubpkarawang.ac.id

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepuasan pernikahan pada wanita madya yang bekerja di PT X. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dengan cara pengambilan sampel yang digunakan adalah *quota sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 266 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa koefisien regresi bersifat signifikan, karena menurut hasil uji hipotesis nilai signifikansi (Sig.) sebesar $0,00 < 0,05$, maka disimpulkan bahwa ada pengaruh citra tubuh terhadap kepuasan pernikahan. Adapun nilai R Square adalah 0,075 yang berarti *body image* memiliki pengaruh terhadap kepuasan pernikahan sebesar $R^2 = 7,5\%$. Jadi kesimpulannya adalah terdapat hubungan positif antara *body image* dan kepuasan pernikahan.

Kata Kunci: Body image, Kepuasan Pernikahan

Abstract. This research aims to know effect of *body image* on marriage satisfaction among middle women who work at PT X. The sampling technique in this study is *nonprobability sampling* by means of the sampling used is *quota sampling*. The number of samples in this study were 266 respondents. The results showed that the regression coefficient was significant, because according to the results of the hypothesis test the significance value (Sig.) Was $0.00 < 0.05$. It concludes that there was an effect of *body image* on marriage satisfaction. The R Square value is 0.075, which means that *body image* has an influence on marriage satisfaction by $R^2 = 7.5\%$. So the conclusion is that there is a positive relationship between *body image* and marriage satisfaction.

Keywords: Body image, Marriage Satisfaction

Pengantar

Seseorang yang menjalani kehidupan pernikahan pasti menginginkan keberhasilan dalam pernikahannya. Selain itu, penentu keberhasilan sebuah perkawinan adalah kepuasan yang dirasakan pasangan pada pernikahannya. (Hajizah, 2012) Kepuasan pernikahan merupakan penilaian yang bersifat subjektif mengenai kualitas pernikahan, meliputi perasaan bahagia, puas, menyenangkan, dan seberapa besar pasangan merasa kebutuhannya terpenuhi dalam hubungan pernikahan. Bradburry, Fincham, Beach (dalam Tiara & Qudsyi, 2018) berpendapat bahwa kesejahteraan akan berkaitan dengan kebutuhan yang telah terpenuhi dalam pernikahan, sehingga hal ini akan mencegah pasangan mempunyai perasaan tertekan dan mengurangi tingkat perceraian.

Perceraian dapat terjadi di berbagai kalangan masyarakat. Berdasarkan data dari Pengadilan Agama Kabupaten Karawang tercatat 4.409 kasus perceraian yang terjadi selama tahun 2020. Kasus perceraian terus mengalami peningkatan setiap tahunnya dikarenakan faktor ekonomi, perselingkuhan, pertengkaran terus-menerus bahkan sampai kekerasan dalam rumah tangga.

Dalam kehidupan berpasangan, manusia dituntut untuk berusaha dan berjuang agar bisa membahagiakan pasangannya. Masing-masing pihak mempunyai kebutuhan dan keinginan tersendiri yang mencakup kebutuhan biologis, psikologis dan sosial. Pada kebutuhan biologis bukan hanya tentang makanan, rumah atau hal berkaitan ekonomi saja, melainkan tak lepas dari pembicaraan tentang hubungan seksual antara suami dan istri. Menurut penelitian yang dikemukakan oleh Srisusanti dan Zulkaida (2013) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan seseorang adalah kehidupan seksual dari pasangan suami istri. Jahja (2011) berpendapat bahwa salah satu hal yang menyebabkan seseorang tidak puas terhadap pernikahannya adalah merasakan ketidakpuasan dengan pemenuhan kebutuhan seksualnya.

Meltzer dan McNulty (2010) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan adalah *body image* karena *body image* akan mempengaruhi kepuasan seksual seseorang. Menurut penelitian Friedman dkk (dalam

Tiara & Qudsyi, 2018) *body image* pada perempuan memiliki hubungan yang positif dengan kepuasan pernikahan.

Daniluk (2007) menyatakan bahwa ada beberapa alasan mengapa pencitraan tubuh pada perempuan dapat memprediksi perilaku seksual. Pertama, hubungan seksual berkaitan dengan penampilan tubuh. Menurut Wade, Wiederman dan Hurst (dalam Tiara & Qudsyi, 2018) berpendapat bahwa ketika wanita merasa puas terhadap tubuh mereka maka akan memiliki perasaan yang lebih positif, seperti merasa bangga, puas, serta merasa yakin bahwa suami menerima dan memiliki keinginan seksual terhadap dirinya. Dalam jurnal Tiara & Qudsyi (2018) Cash menambahkan bahwa wanita yang memiliki perasaan yang kurang puas terhadap bentuk tubuhnya maka cenderung malu dan memiliki kecemasan terhadap keintiman dan keraguan pada suaminya. Kedua, adanya kecemasan terhadap penolakan seksual. Seal (dalam Tiara & Qudsyi, 2018) menambahkan bahwa pencitraan tubuh yang buruk berhubungan dengan hasrat dalam berhubungan seksual dan aktivitas seksual.

Namun ketika wanita memasuki usia madya, biasanya mereka mengalami perubahan bentuk tubuh seperti rambut memutih, kulit mengendur dan rentan terserang berbagai macam penyakit seiring dengan penurunan kondisi fisik yang dialami. Perubahan pada wanita madya tentu akan memiliki dampak pada citra tubuhnya. Hal ini didukung oleh Carpenter, Natahnson & Kim (2007) pada hasil penelitiannya tentang perubahan fisik yang terjadi pada masa dewasa tengah mempengaruhi perempuan dalam kepuasan seksual yang dialaminya dalam pernikahan dikarenakan dirinya merasa tidak senang pada penampilan fisiknya saat ini.

Sama halnya seperti penemuan Rostiana & Kurniati (2009) bahwa wanita madya merasa takut karena adanya pikiran-pikiran yang merasa tidak cantik lagi, keriput, tua dan tidak bugar lagi serta cemas jika suaminya akan mencari wanita lain yang lebih menarik penampilannya dibandingkan mereka. Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya bahwa perubahan hormon pada wanita madya dapat

mempengaruhi sensitivitasnya. Termasuk kesensitifannya terhadap citra tubuh yang mereka miliki.

Banyak diantara mereka yang ingin terbebas dari keadaan ini. Termasuk wanita madya yang bekerja di PT X. PT X sendiri adalah salah satu perusahaan yang bergerak dibidang Industri Manufaktur yang ada di kabupaten Karawang dan memiliki jumlah karyawan lebih dari 15 ribu orang. Para pekerja di perusahaan ini memiliki usia beragam, mulai dari 18 hingga 50 tahunan. Namun yang paling mendominasi di perusahaan ini adalah pekerja wanitanya, dimana didalamnya banyak wanita yang sudah berusia madya. Karyawan wanita di perusahaan ini sangat memperhatikan penampilan mereka, baik itu yang usianya masih muda atau sudah paruh baya sekalipun.

Merawat diri agar terlihat cantik adalah suatu karakteristik yang dimiliki setiap perempuan, namun akan menjadi hal tidak wajar jika untuk memperoleh kecantikan tersebut sampai mengorbankan kesehatan. Melakukan perawatan tubuh atau bergabung dengan kelompok olahraga/senam adalah hal umum yang biasa dilakukan oleh wanita madya di PT X. Namun tidak menutupi fakta bahwa diantara mereka banyak yang melakukan diet ketat dan meminum pil pelangsing berdosisi tinggi. Jika tidak dilakukan dengan benar sesuai anjuran dokter, tentu hal ini sangat beresiko untuk kesehatan. Alangkah baiknya hal-hal tersebut dikonsultasikan terlebih dahulu ke dokter supaya bisa menemukan metode yang tepat untuk mendapatkan tubuh ideal tanpa mengesampingkan resiko kesehatan. Menapaki usia madya, keterampilan fisik mengalami banyak penurunan yang bisa mempengaruhi daya tahan tubuh. Kebanyakan wanita madya di PT X menempati posisi operator produksi, dimana mereka banyak melibatkan penggunaan fisik saat bekerja sehingga badan harus tetap dalam keadaan *fit*.

Berdasarkan data-data di atas peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada pengaruh *body image* terhadap kepuasan pernikahan pada wanita madya yang bekerja di PT X.

Landasan Teori

Body Image

Menurut Cash &Pruzinsky (dalam Wicaksana, 2019) *body image* adalah representasi mental pada tubuh termasuk persepsi pada penampilan, perasaan, dan pikiran tentang tubuh, bagaimana rasanya memiliki tubuh, fungsi dan kemampuan tubuh. Papalia, old, dan Feldman (2008) menyatakan bahwa *body image* adalah keyakinan deskriptif dan evaluatif tentang penampilan seseorang. Sedangkan menurut Longe (2008) *body image* adalah pendapat seseorang atau deskripsinya sendiri tentang penampilan fisiknya.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang, yaitu

a) Hubungan interpersonal, b) Jenis kelamin, c) Media masa.

Penelitian-penelitian sebelumnya mengenai *body image* pada umumnya menggunakan *Multiaspekonal Body Self Questionnarie-Appearance Scales* (MBRSQ-AS) yang dikemukakan oleh Cash. Aspek-aspek yang ada pada MBRSQ-AS mengemukakan lima aspek dalam *body image*, yaitu:

1. *Appereance Evaluation*, evaluasi penampilan, yaitu mengukur evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan dan tidak memuaskan.
2. *Appereance Orientation*, orientasi penampilan, yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya.
3. *Body Area Satisfaction*, kepuasan area tubuh, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, bokong, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.
4. *Overweight Preoccupation*, kecemasan menjadi gemuk, yaitu mengukur kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.

5. *Self-Classified Weight*, pengkategorian ukuran tubuh, yaitu mengukur bagaimana individu mempersepsi dan menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai sangat gemuk

Avalos (dalam Cash & Smolak, 2011) mengemukakan empat aspek yang diperlukan untuk menentukan seseorang memiliki body image yang positif atau tidak, yaitu 1) Opini yang baik mengenai penampilan dirinya, 2) Penerimaan yang baik dalam hal berat, bentuk, dan ketidak sempurnaan tubuhnya, 3) Menjaga dan memperhatikan kebutuhan dan melakukan hal yang menyehatkan tubuhnya, 4) Tidak terpengaruh oleh media gambar yang tidak realistis.

Kepuasan Pernikahan

Menurut Pinsof dan Lebow (2005) kepuasan pernikahan adalah pengalaman subjektif, perasaan dan sikap yang didasarkan pada faktor-faktor dalam diri individu yang mempengaruhi kualitas yang dirasakan dari interaksi di dalam pernikahan. Stone dan Shackelford (dalam Baumiester & Vohs, 2007) kepuasan pernikahan adalah kondisi mental yang menggambarkan manfaat yang dirasakan dan pengorbanan dalam pernikahan pada orang tertentu. Seseorang akan merasakan kepuasan apabila dirinya menerima lebih banyak manfaat dari hubungan pernikahannya dibandingkan dengan pengorbanan yang diberikannya kepada pasangan. Sedangkan menurut Reis dan Sprecher (2009) kepuasan pernikahan adalah sikap subjektif yang dimiliki individu terhadap hubungan pernikahannya.

Menurut Saxton (dalam Afni dan Indrijati, 2011), aspek-aspek kepuasan pernikahan yang harus terpenuhi dalam kehidupan pernikahan yaitu 1) Kebutuhan material, pemenuhan kebutuhan materil ditandai dengan adanya kepuasan fisik atau biologis atas pemenuhan kebutuhan berupa makanan, tempat tinggal, keadaan 2) Kebutuhan Seksual, pemenuhan kebutuhan seksual ditandai dengan terpenuhinya kebutuhan seksual dengan adanya respon seksual yang baik dan frekuensi hubungan seksual yang tinggi 3) Kebutuhan psikologis, pemenuhan

kebutuhan psikologis ditandai dengan adanya kenyamanan, persahabatan, keamanan emosional, saling memahami, menerima, menghormati, dan sependapat.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah menggunakan kuesioner. Dalam kuesioner ini akan terdapat aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Penelitian ini menggunakan dua skala sebagai instrumen pengumpulan data, yaitu skala *body image* dan kepuasan pernikahan. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah wanita madya yang bekerja di PT X. Karakteristik populasi yang ditetapkan dalam pengambilan populasi dalam penelitian ini adalah karyawan wanita PT X yang sedang menikah dan berusia 40-54 tahun. Total populasinya berjumlah 973 orang. Berdasarkan hasil perhitungan rumus slovin dengan taraf kesalahan 5% maka didapatkan hasil sebanyak 266 orang karyawan wanita madya sebagai responden Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dengan cara pengambilan sampel yang digunakan adalah jenis *quota sampling*.

Hasil Penelitian

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Uji sampel *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS versi 24. Berdasarkan hasil uji analisis dapat diketahui bahwa hasil dari skala kepuasan pernikahan dan *body image* yang telah melakukan tahapan *unstandardized Residual* memiliki taraf signifikansi 0,045. Sehingga dapat disimpulkan bahwa skala kepuasan pernikahan dan *body image* memiliki sebaran data yang tidak terdistribusi normal karena nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p \geq 0,05$).

Berdasarkan hasil analisis linearitas, *body image* terhadap kepuasan pernikahan memperoleh nilai signifikansi (p) 0,00 yang artinya lebih kecil dari 0,05 ($p \leq 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh antara variabel *body image* terhadap kepuasan pernikahan adalah linier.

Berdasarkan hasil output diketahui nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,00 lebih kecil dari $<$ probabilitas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yang artinya bahwa ada pengaruh antara *Body Image* (X) dan Kepuasan Pernikahan (Y).

Pembahasan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepuasan pernikahan pada wanita madya yang bekerja di PT X. Berdasarkan tujuan penelitian, maka uji hipotesis yang digunakan adalah uji Regresi Linier Sederhana dengan bantuan program pengolahan data statistik SPSS versi 24 *for windows*. Berdasarkan hasil analisis data rumusan masalah menyatakan bahwa ada pengaruh *body image* terhadap kepuasan pernikahan pada wanita madya yang bekerja di PT X dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,00 lebih kecil dari $<$ probabilitas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga ada pengaruh antara variabel *Body Image* dan Kepuasan Pernikahan. Menurut penelitian yang dikemukakan oleh Srisusanti dan Zulkaida (2013) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan seseorang adalah kehidupan seksual dari pasangan suami istri.

Sebagai tambahan, dari hasil analisis data uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa pengaruh yang disumbangkan oleh variabel *body image* terhadap kepuasan pernikahan sebesar 7,5% ($R^2 = 0,075$) dan 92,5% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain. Penelitian ini sesuai dengan pernyataan Meltzer dan McNulty (2010) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan adalah *body image* karena *body image* akan mempengaruhi kepuasan seksual seseorang.

Serta menurut penelitian Friedman dkk (dalam Tiara & Qudsyi, 2018) *body image* pada perempuan memiliki hubungan yang positif dengan kepuasan pernikahan.

Skala *body image* mendominasi kategori sedang dengan presentasi sebesar 69,7% atau sebanyak 186 orang, lalu 13,1% atau sebanyak 35 orang terkategori rendah, dan 16,9% atau sebanyak 45 orang terkategori tinggi. Papalia, old, dan Feldman (2008) menyatakan bahwa *body image* adalah keyakinan deskriptif dan evaluatif tentang penampilan seseorang. Sebanyak 186 atau sebesar 69,7% responden dengan *body image* sedang mengindikasikan bahwa mereka puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Responden dengan *body image* rendah mengindikasikan bahwa mereka kurang puas dengan bentuk tubuh yang mereka miliki. Responden dengan *body image* tinggi mengindikasikan mereka sangat puas dengan bentuk tubuh yang mereka miliki.

Skala kepuasan pernikahan bahwa sebesar 70,8% atau 189 orang menunjukkan kategori sedang, lalu sebesar 11,6% atau 31 orang menunjukkan kategori rendah, serta sebesar 17,2% atau 46 orang menunjukkan kategori tinggi. Menurut Reis dan Sprecher (2009) kepuasan pernikahan adalah sikap subjektif yang dimiliki individu terhadap hubungan pernikahannya. Responden dengan kategori rendah mengindikasikan bahwa mereka kurang puas dengan kehidupan pernikahannya. Responden dengan kategori sedang mengindikasikan bahwa mereka puas dengan kehidupan pernikahannya. Dan responden dengan kategori tinggi mengindikasikan bahwa mereka sangat puas dengan kehidupan pernikahannya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara *body image* (X) dengan kepuasan pernikahan (Y) pada wanita madya yang bekerja di PT X, yakni dengan dibuktikan nilai signifikansi variabel *body image* lebih kecil dari nilai signifikansi yang telah ditentukan dengan nilai $0,000 < 0,05$. Selain itu, pengaruh yang

disumbangkan oleh variabel *body image* terhadap variabel kepuasan pernikahan adalah $R_2 = 7,5\%$ dan sisanya sebesar 92,5% dipengaruhi oleh variabel lain.

Kepustakaan

- Hajizah, Y. N. (2012). Hubungan antara komunikasi intim dengan kepuasan pernikahan pada masa pernikahan 2 tahun pertama. *Skripsi*. Depok: Fakultas Psikologi Program Studi Sarjana Reguler Universitas Indonesia.
- Tiara, M., & Qudsyi, H. (2018). Citra tubuh dan kepuasan pernikahan istri pada dewasa tengah. *Jurnal Psikologi Universitas Islam Indonesia*, 1(2).
- Srisusanti, S., dan Zulkaida, F. (2013). Studi deskriptif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan perkawinan pada istri. *Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma*, 7(6), 8-12.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Prenada Media Group
- Meltzer, A. L., & McNulty, J. L. (2010). Body image and marital satisfaction: Evidence for the mediating role of sexual frequency and sexual satisfaction. *Journal Family Psychology*, 24(2), 156-164.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: THE GUILDFORD PRESS.
- Cash, T. F. (2012). *Encyclophedia of body image and human appearance*. New York: The Guildford Press.
- Pinsof, W. M., & Lebow, J. L. (2005). *Family psychology: The art of the science*. USA: Oxford University Press.
- Baumiester, R. F., & Vohs, K. D. (2007). *Encyclopedia of social psychology first edition*. USA: SAGE
- Reis, H. T., & Sprecher, S. K. (2009). *Encyclopedia of human relationship*. USA: SAGE
- Wicaksana, D. A. (2019). Hubungan antara body image dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah. *Skripsi*. Semarang: Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang
- Afni, N., Indrijati, H. (2011). Pemenuhan aspek-aspek kepuasan perkawinan pada istri yang menggugat cerai. *Insan Media Psikologi*, 13(3), 176-184.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development*. Edisi Kesembilan Bagian V s/d IX. Jakarta: Kencana.
- Longe, J. L. (2007). *The gale encyclopedia of diets*. USA: The Gale Group.