



**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPUASAN PERNIKAHAN PADA PEREMPUAN
USIA DEWASA TENGAH**

SKRIPSI

**disajikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana Psikologi**

oleh

Dimas Agung Wicaksana

1511413025

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

PERNYATAAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah” ini adalah hasil karya (penelitian dan tulisan) sendiri, bukan buatan orang lain dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain baik seluruhnya maupun sebagian. Adapun pengutipan yang terdapat di skripsi ini telah dikutip sesuai dengan kaidah yang berlaku.

Semarang, 18 Juli 2019

Penulis



Dimas Agung Wicaksana
NIM. 1511413025

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah” telah dipertahankan dihadapan Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, 18 Juli 2019.

Panitia Penguji Skripsi



Ketua

Dr. Sungkowo Edy Mulyono, S.Pd., M.Si.
NIP. 196807042005011001

Sekretaris



Rulita Hendriyani, S.Psi., M.Si.
NIP. 197202042000032001

Penguji I



Moh. Iqbal Mabruhi, S.Psi., M.Si.
NIP. 197503092008011008

Penguji II



Drs. Sugiyarta Stanislaus., M.Si
NIP. 196008161985031003

Penguji III



Binta Mu'tiya Rizki, S.Psi., M.A
NIP. 198508252014042002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

Jangan pernah menyesal karena telah berlaku baik terhadap orang yang tidak layak mendapatkan perlakuan baik, tapi menyesal lah jika terlanjur berbuat buruk kepada orang yang tidak layak mendapat perlakuan buruk (Abdullah Hadrami).

Persembahan

Skripsi ini dipersembahkan untuk Bapak, Ibu dan Adik tercinta yang selalu mendoakan, memberi semangat serta kasih sayang dan pengorbanannya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat limpahan rahmat, serta hidayah-Nya penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah.”

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, diantaranya:

1. Dr. Achmad Rifai Rc, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Sugeng Hariyadi, S.Psi., M.S. Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
3. Moh. Iqbal Mabruri, S.Psi., M.Si. selaku penguji utama yang telah memberikan saran untuk penulisan skripsi ini.
4. Drs. Sugiyarta Stanislaus., M.Si. selaku dosen pembimbing I sekaligus penguji yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.
5. Binta Mu'tiya Rizki, S.Psi., M.A. selaku dosen pembimbing II sekaligus penguji yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, nasehat dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.
6. Yogi Swaraswati, S.Psi., M.Si dan Woro Apriliana Sari, S.Psi.,M.Si selaku tim pengolah data.

7. Keluarga yang selalu mendoakan, memberi dukungan, memberi motivasi, yang memfasilitasi penulis dengan sangat baik, serta memberi kasih sayang yang tulus dan tak pernah usai pada penulis.
8. Teman-teman Psikologi angkatan 2013 khususnya Andi Bagus Pratama, Ardiantomo Galih Hermawan, Dian Nugraheni, Ilmi Aulia, Kurnia Juniawan dan Vera Ayu Pratiwi yang telah membantu dan mewarnai kisah selama di UNNES.
9. Inten Lanjar Kamulyan, Ralesta Didayang Putri, dan Uki Rahmat Basuki yang memberikan dukungan, dan bantuannya pada penulis.
10. Seluruh responden yang terlibat dalam penelitian ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini. Semoga segala kebaikan dan keikhlasan yang diberikan mendapat balasan dari Allah SWT.

Semarang, 18 Juli 2019

Penulis

ABSTRAK

Wicaksana, Dimas Agung. 2019. Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah. *Skripsi*. Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Drs. Sugiyarta Stanislaus., M.Si. dan Pembimbing II Binta Mu'tiya Rizki, S.Psi., M.A.

Kata Kunci : *Body Image*, Kepuasan Pernikahan, Perempuan Dewasa Tengah

Kehidupan pernikahan tidak lepas dari masalah. Permasalahan yang ada dalam hubungan pernikahan akan menyebabkan ketidakpuasan pada pernikahan yang dijalani. Ketidakpuasan pada hubungan pernikahan akan berujung pada perceraian. Menurut Data Pemerintah Kota Semarang, Kecamatan Gunungpati mengalami peningkatan mulai tahun 2016 hingga 2018 sebanyak 56 sampai dengan 79 kasus perceraian. Salah satu ciri seseorang tidak puas terhadap pernikahannya adalah memiliki banyak masalah dalam hubungan pernikahannya dan bercerai dengan pasangan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan adalah *body image*, hal ini dikarenakan *body image* akan mempengaruhi kepuasan seksual seseorang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah. Metode dasar dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan analisis deskriptif menggunakan penelitian korelasi. Sampel dalam penelitian ini dipilih secara acak dari total populasi yang ada., yaitu 326 subjek. Teknik sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Validitas dalam penelitian ini adalah validitas konstruk dengan koefisien validitas 0,405-0,836 dan 0,332-0,797 serta reliabilitas kepuasan pernikahan 0,938 dan *body image* 0,951.

Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy}=0,128$ dengan $p=0,021$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu “ada hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah” diterima.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dengan kepuasan pernikahan. Artinya semakin positif *body image* yang dimiliki oleh seseorang maka semakin tinggi pula kepuasan yang akan dirasakan seseorang pada hubungan pernikahan yang dijalani. Diharapkan kedepannya perempuan usia dewasa tengah selalu menjalin hubungan yang harmonis dengan pasangan dan anggota keluarga..

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN (TIDAK PLAGIASI).....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
1. PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	13
1.3. Tujuan Penelitian.....	13
1.4. Manfaat Penelitian.....	13
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	13
1.4.2. Manfaat Praktis.....	13
2. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Kepuasan Pernikahan.....	14
2.1.1. Pengertian Kepuasan Pernikahan.....	14
2.1.2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan.....	15
2.1.3. Kriteria Kepuasan Pernikahan.....	20
2.1.4. Aspek-aspek Kepuasan Pernikahan.....	21
2.2. <i>Body Image</i>	24
2.2.1. Pengertian <i>Body Image</i>	24
2.2.2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	25
2.2.3. Dimensi <i>Body Image</i>	29
2.2.4. <i>Positive Body Image</i>	31
2.2.5. <i>Body Image Dissatisfaction</i>	33

2.3.	Perempuan Usia Dewasa tengah	35
2.4.	Hubungan Antara <i>Body Image</i> Dengan Kepuasan Pernikahan	36
2.5.	Kerangka Berpikir	40
2.6.	Hipotesis	41
3. METODE PENELITIAN		
3.1.	Jenis dan Desain Penelitian	42
3.1.1.	Jenis Penelitian	42
3.1.2.	Desain Penelitian	43
3.2.	Variabel Penelitian	43
3.2.1.	Identifikasi Variabel Penelitian	43
3.2.2.	Definisi Operasional Variabel Penelitian	44
3.2.2.1.	<i>Body Image</i>	44
3.2.2.2.	Kepuasan Pernikahan	45
3.2.3.	Hubungan Variabel Penelitian	45
3.3.	Subjek Penelitian	45
3.3.1.	Populasi	45
3.3.2.	Sampel	47
3.4.	Metode Pengumpulan Data	47
3.4.1.	Teknik Pengumpulan Data	47
3.4.2.	Skala Kepuasan Pernikahan	49
3.4.3.	Skala <i>Body Image</i>	50
3.5.	Validitas dan Reliabilitas	51
3.5.1.	Validitas	51
3.5.2.	Reliabilitas	52
3.5.3.	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	52
3.5.3.1.	<i>Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepuasan Pernikahan</i>	53
3.5.3.2.	<i>Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Body Image</i>	55
3.6.	Metode Analisis Data	56
4. HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1.	Persiapan Penelitian	57
4.1.1.	Orientasi Kancah Penelitian	57

4.1.2. Penyusunan Alat Ukur	58
4.1.2.1. Pembuatan Blueprint	58
4.1.2.2. Menyusun Forman Instrument	59
4.2. Pelaksanaan Penelitian	60
4.2.1. Perijinan Penelitian	60
4.2.2. Penentuan Subjek Penelitian	60
4.2.3. Pengambilan Data	60
4.2.4. Pemberian Skoring	61
4.3. Hasil Analisis Inferensial	62
4.3.1. Hasil Uji Asumsi	62
4.3.1.1. Hasil Uji Normalitas	62
4.3.1.2. Hasil Uji Linieritas	63
4.3.2. Hasil Uji Hipotesis	64
4.4. Hasil Analisis Deskriptif	65
4.4.1. Gambaran Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah	66
4.4.1.1. Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah	69
4.4.1.1.1. Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek komunikasi	69
4.4.1.1.1. Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Aktifitas Waktu Luang	71
4.4.1.1.2. Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Orientasi Agama	73
4.4.1.1.3. Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Penyelesaian Konflik	74
4.4.1.1.4. Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Manajemen Keuangan	76
4.4.1.1.5. Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Orientasi Seksual	78

4.4.1.1.6. <i>Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Keluarga dan Teman-teman</i>	80
4.4.1.1.7. <i>Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Anak-anak dan Pengasuhan</i>	81
4.4.1.1.8. <i>Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Masalah Kepribadian</i>	83
4.4.1.1.9. <i>Gambaran Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aspek Kesetaraan Peran</i>	85
4.4.2. <i>Gambaran Body Image Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah</i>	88
4.4.2.1. <i>Gambaran Spesifik Body Image Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah</i>	90
4.4.2.1.1. <i>Gambaran Body Image Berdasarkan Aspek Appearance Evaluation</i>	90
4.4.2.1.2. <i>Gambaran Body Image Berdasarkan Aspek Appearance Orientation</i>	91
4.4.2.1.3. <i>Gambaran Body Image Berdasarkan Aspek Body Area Satisfaction</i>	93
4.4.2.1.4. <i>Gambaran Body Image Berdasarkan Aspek Overweight Preoccupation</i>	94
4.4.2.1.5. <i>Gambaran Body Image Berdasarkan Aspek Self-classified Weight</i>	96
4.5. <i>Pembahasan Hasil Penelitian</i>	98
4.5.1. <i>Pembahasan Analisis Deskriptif</i>	99
4.5.1.1. <i>Pembahasan Analisis Deskriptif Kepuasan Pernikahan</i>	99
4.5.1.2. <i>Pembahasan Analisis Deskriptif Body Image</i>	108
4.5.2. <i>Pembahasan Analisis Inferensial Body Image Dengan Kepuasan Pernikahan</i>	110
4.6. <i>Keterbatasan Penelitian</i>	113
5. PENUTUP	
5.1. <i>Simpulan</i>	114
5.2. <i>Saran</i>	114

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1.1 Data Hasil Studi Pendahuluan Kepuasan Pernikahan.....	3
Tabel 2.1 Faktor-faktor Terkait Kepuasan Pernikahan	16
Tabel 3.1 Kriteria dan Nilai Alternatif Jawaban Aitem	48
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Kepuasan Pernikahan.....	49
Tabel 3.3 <i>Blueprint Body Image</i>	50
Tabel 3.4 Kriteria Koefisien Reliabilitas Guilford.....	53
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Kepuasan Pernikahan	54
Tabel 3.6 <i>Reliability Statistic</i> Skala Kepuasan Pernikahan	55
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Skala <i>Body Image</i>	55
Tabel 3.8 <i>Reliability Statistic</i> Skala <i>Body Image</i>	56
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas Kepuasan Pernikahan dan <i>Body image</i>	63
Tabel 4.2 Hasil Uji Linieritas Kepuasan Pernikahan dan <i>Body Image</i>	64
Tabel 4.3 Hasil Uji Hipotesis	64
Tabel 4.4 Penggolongan Kriteria Analisis Berdasarkan Mean Teoritis.....	65
Tabel 4.5 Persabaran Rentang Usia	66
Tabel 4.6 Persebaran Usia Pernikahan.....	66
Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Gambaran Umum.....	67
Tabel 4.8 Gambaran Umum Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Usia Dewasa Tengah	68
Tabel 4.9 Perbandingan <i>Mean</i> Teoritik dan <i>Mean</i> Empiris Variabel Kepuasan Pernikahan	68
Tabel 4.10 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Komunikasi	69
Tabel 4.11 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Komunikasi	70
Tabel 4.12 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aktifitas Waktu Luang.....	71
Tabel 4.13 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aktifitas Waktu Luang.....	72

Tabel 4.14 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Orientasi Agama.....	73
Tabel 4.15 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Orientasi Agama.....	74
Tabel 4.16 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Penyelesaian Konflik.....	75
Tabel 4.17 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Penyelesaian Konflik.....	75
Tabel 4.18 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Manajemen Keuangan.....	76
Tabel 4.19 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Manajemen Keuangan.....	77
Tabel 4.20 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Orientasi Seksual.....	78
Tabel 4.21 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Orientasi Seksual.....	79
Tabel 4.22 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Keluarga dan Teman-teman	80
Tabel 4.23 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Keluarga dan Teman-teman	81
Tabel 4.24 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Anak-anak dan Pengasuhan	82
Tabel 4.25 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Anak-anak dan Pengasuhan	82
Tabel 4.26 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Masalah Kepribadian.....	83
Tabel 4.27 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Masalah Kepribadian.....	84
Tabel 4.28 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Kesetaraan Peran	85

Tabel 4.29 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Kesetaraan Peran	86
Tabel 4.30 Ringkasan Deskriptif Spesifik Kepuasan Pernikahan.....	87
Tabel 4.31 Perbandingan <i>Mean</i> Teoritik dan <i>Mean</i> Empiris Tiap Aspek Kepuasan Pernikahan.....	87
Tabel 4.32 Statistik Deskriptif Gambaran Umum.....	88
Tabel 4.33 Gambaran Umum <i>Body Image</i> Pada Perempuan Usia dewasa tengah	89
Tabel 4.34 Perbandingan <i>Mean</i> Teoritik dan <i>Mean</i> Empiris Variabel <i>Body Image</i>	89
Tabel 4.35 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Appearance Evaluation</i>	90
Tabel 4.36 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Appearance Evaluation</i>	91
Tabel 4.37 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Appearance Orientation</i>	92
Tabel 4.38 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Appearance Orientation</i>	92
Tabel 4.39 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Body Area Satisfaction</i>	93
Tabel 4.40 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Body Area Satisfaction</i>	94
Tabel 4.41 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Overweight Preoccupation</i>	95
Tabel 4.42 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Overweight Preoccupation</i>	95
Tabel 4.43 Statistik Deskriptif Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Self-classified Weight</i>	96
Tabel 4.44 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Self-classified Weight</i>	97
Tabel 4.45 Ringkasan Deskriptif Spesifik <i>Body Image</i>	98

Tabel 4.46 Perbandingan *Mean* Teoritik dan *Mean* Empiris

Tiap Aspek *Body Image*98

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Bagan 2.1 Afektifitas Negatif dan Kepuasan Pernikahan.....	18
Gambar 3.1 Hubungan Antar Variabel	45
Diagram 4.1 Gambaran Umum Kepuasan Pernikahan	68
Diagram 4.2 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Komunikasi	71
Diagram 4.3 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Aktifitas Waktu Luang.....	72
Diagram 4.4 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Orientasi Agama	74
Diagram 4.5 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Penyelesaian Konflik	76
Diagram 4.6 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Manajemen Keuangan	78
Diagram 4.7 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Orientasi Seksual	79
Diagram 4.8 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Keluarga dan Teman-teman.....	81
Diagram 4.9 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Anak-anak dan Pengasuhan	83
Diagram 4.10 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Masalah Kepribadian.....	85
Diagram 4.11 Gambaran Spesifik Kepuasan Pernikahan Berdasarkan Kesetaraan Peran	86
Diagram 4.12 Gambaran Umum <i>Body Image</i>	89
Diagram 4.13 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Appearance</i> <i>Evaluation</i>	91
Diagram 4.14 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Appearance</i> <i>Orientation</i>	93

Diagram 4.15 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Body Area</i> <i>Satisfaction</i>	94
Diagram 4.16 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Overweight</i> <i>Preoccupation</i>	96
Diagram 4.17 Gambaran Spesifik <i>Body Image</i> Berdasarkan <i>Self-classified</i> <i>Weight</i>	97

DAFTAR GAMBAR

Lampiran	Halaman
1. Skala Penelitian	121
2. Tabulasi Skor Penelitian Skala Kepuasan Pernikahan	132
3. Tabulasi Skor Penelitian Skala <i>Body Image</i>	146
4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Penelitian	160
5. Hasil Uji Hipotesisi Penelitian	166

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kehidupan yang dialami seseorang akan mengalami perubahan. Dalam setiap perubahan yang dilewati individu tersebut ada satu tahap dalam masa dewasa tengah dimana seseorang akan menjadi insan yang mandiri, sudah tidak bergantung pada orang tua dan mulai memiliki kehidupan baru dengan membentuk suatu hubungan dengan pasangan hidupnya.

Terminologi kronologis masa dewasa pertengahan, yaitu tahun antara usia 45 dan 65 tahun (Papalia, Old, & Feldman, 2008:733), sedangkan menurut Santrock (2002:139) usia dewasa tengah adalah seseorang dengan rentang usia yang dimulai kira-kira pada usia 35 - 45 tahun hingga memasuki usia 60-an. Pada tahap ini individu memiliki tugas perkembangan yang harus dilewatinya. Havirgust (dalam Jahja, 2011:262) mengungkapkan bahwa salah satu tugas perkembangan dewasa tengah adalah tugas yang berkaitan dengan kehidupan keluarga dimana tugas ini berkaitan dengan seseorang sebagai pasangan, lalu menyesuaikan diri dengan orang tua yang telah lanjut usia, dan membantu anak yang sudah remaja menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab dan bahagia.

Keluarga bisa terjalin dikarenakan adanya ikatan pernikahan antara laki-laki dan perempuan. Menurut UU No.1 Tahun 1974 pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan untuk membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal

berdasarkan keTuhanan Yang Maha Esa (Mahmud, 2011). Seseorang yang menjalani kehidupan pernikahan pasti menginginkan kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahannya.

Kepuasan pernikahan adalah pengalaman subjektif dan sikap yang didasarkan pada faktor-faktor antar individu yang mempengaruhi kualitas yang dirasakan dari interaksi di dalam pernikahan (Pinsof & Lebow, 2005:24). Kepuasan dalam pernikahan ditentukan oleh sejauh mana pasangan suami istri saling memenuhi kebutuhan fisik, ekonomi, emosional, dan psikologis (Lavner, Karney, & Bradbury, 2013:8). Pernikahan yang memuaskan juga ditandai dengan keintiman, komitmen, persahabatan, afeksi, pemuasan seksual, keamanan ekonomi dan kesempatan untuk pertumbuhan emosional (Papalia, Old, & Feldman, 2008:813 - 814).

Kepuasan dalam pernikahan memegang peranan penting dalam keberlangsungan pernikahan itu sendiri apabila seseorang itu puas maka dirinya akan melanjutkan hubungan itu dengan pasangannya tetapi apabila dirinya tidak puas maka hubungan pernikahan itu akan berujung dengan perceraian. Seperti yang diungkapkan oleh Harry (Strong, DeVault, & Cohen, 2008:70) bahwasanya orang yang tetap bertahan pada pernikahannya hingga akhir menyukai, senang dan juga puas dengan hubungannya sedangkan mereka yang beranggapan pernikahan atau pasangannya tidak menyenangkan akan berakhir pada perceraian.

Pasangan yang memilih untuk bercerai menjelaskan bahwa dirinya tidak puas pada hubungan pernikahannya. Tingkat perceraian di Kota Semarang sendiri terbilang cukup tinggi. Menurut data dari Pengadilan Negeri Agama Kota

Semarang angka kasus perceraian di Semarang meningkat, disebutkan bahwa pada tahun 2017 perkara perceraian mencapai 3225 kasus sedangkan pada tahun 2018 menjadi 3534 kasus dan sebanyak 66,3% diantaranya adalah gugatan perceraian yang diajukan oleh perempuan dan sisanya diajukan oleh laki-laki (Pamungkas, 2019). Kecamatan Gunungpati merupakan salah satu wilayah yang juga memiliki tingkat perceraian yang meningkat setiap tahunnya. Menurut Data Pemerintah Kota Semarang, Kecamatan Gunungpati mengalami peningkatan mulai tahun 2016 hingga 2018 sebanyak 56 sampai dengan 79 kasus perceraian (Kusuma, 2019). Menurut artikel yang dikemukakan oleh Shakerian, dkk (2014:331) perempuan yang mengajukan gugatan cerai memiliki banyak masalah dalam hubungan pernikahannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan skala *ENRICH : Marital Satisfaction* oleh Fowens dan Olson (1993:183) yang berjumlah 15 item pada 30 responden perempuan yang berada di masa dewasa tengah di wilayah Kota Semarang didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 1.1. Data Hasil Studi Pendahuluan Kepuasan Pernikahan

	Jumlah	%
Rendah	12	40%
Sedang	10	33,3%
Tinggi	8	26,7%
Total	30	100%

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa dari 30 responden didapatkan 12 responden memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang rendah (40%), 10 responden memiliki tingkat kepuasan sedang (33,3%), dan 8 responden memiliki tingkat kepuasan yang tinggi pada

hubungan pernikahannya (26,7%). Berdasarkan data yang diperoleh dari studi pendahuluan dapat diketahui bahwa persentase perempuan yang memiliki tingkat kepuasan yang rendah lebih besar daripada yang tinggi, fakta bahwa adanya perempuan yang memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang rendah ada.

Kepuasan pernikahan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah kepuasan seksualnya. Menurut artikel penelitian yang dikemukakan oleh Srisusanti dan Zulkaida (2013:9) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan seseorang adalah kehidupan seksual dari pasangan suami istri. Jahja (2011:307) berpendapat bahwa salah satu hal yang menyebabkan seseorang tidak puas terhadap pernikahannya adalah merasakan ketidakpuasan dengan pemenuhan kebutuhan seksualnya. Meltzer dan McNulty (2010 : 162) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan adalah *body image*, hal ini dikarenakan *body image* akan mempengaruhi kepuasan seksual seseorang. Menurut artikel penelitian Friedman, dkk (1999 : 5) *body image* pada perempuan memiliki hubungan yang positif dengan kepuasan pernikahan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa yang telah menikah oleh Givi dan Setayesh (2018 : 5) yakni semakin positif gambaran mental pada tubuh maka semakin tinggi pula kecocokan pernikahan dan kepuasan pernikahan yang dirasakan pasangan.

Body image adalah ide seseorang mengenai betapa penampilan badannya di hadapan orang (bagi) orang lain (Chaplin, 2005:63). Menurut Shilder (dalam Grogan, 2008:3) menyebutkan bahwa *body image* adalah gambaran mengenai tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan

kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. Ketidakpuasan diri terhadap tubuh yang dimilikinya ini akan menciptakan gambaran mengenai bentuk tubuhnya.

Menurut Harvigust (dalam Jahja, 2011:262) pada masa dewasa tengah tugas mengenai perubahan fisik meliputi kemauan untuk melakukan penerimaan dan penyesuaian dengan berbagai perubahan fisik. Perempuan akan mengalami perubahan fisik yang signifikan apabila sudah menginjak masa dewasa pertengahan. Perubahan penampilan pada usia dewasa pertengahan pun akan terlihat, seperti kulit menjadi kurang kencang dan halus seiring dengan menipisnya lapisan lemak di bawah kulit, lalu rambut akan tampak semakin tipis dan memudar seiring dengan menurunnya produksi melanin, dan mereka cenderung menambah berat badan karena akumulasi lemak tubuh dan kehilangan tinggi badan karena pengerutan cakram tulang belakang (Papalia, Old, & Feldman, 2008:738).

Kecantikan dan kesempurnaan fisik seringkali menjadi ukuran ideal bagi seorang perempuan. Menurut survei yang dilakukan oleh Escentual, demi tetap awet muda banyak wanita yang melakukan berbagai prosedur kecantikan termasuk operasi plastik dan suntik botoks dan hampir 30% wanita memilih cara yang menunjukkan hasil permanen karena menurut mereka usia 45 tahun menjadi waktu yang sangat krusial sebab saat inilah tanda penuaan mulai terlihat jelas (Thaeras, 2014). Menurut data dari Rumah Sakit Khusus Bedah (RSKB) Bina Estetika, Menteng, Jakarta Pusat, operasi plastik yang paling diminati di Indonesia untuk menjaga agar penampilan tetap muda adalah operasi hidung setelah itu

barulah menyusul operasi kelopak mata, pembesaran payudara dan sedot lemak (Ngantung, 2018).

Body image berkaitan erat dengan jenis kelamin, karena salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* adalah jenis kelamin. Menurut Cash and Pruzinsky (2002:76) jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang. Nickie Charles dan Marion Kerr (dalam Grogan, 1998:31) mewawancarai 200 wanita Inggris tentang sikap, pengalaman diet dan kepuasan mereka terhadap berat badannya yang sekarang, hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar wanita tidak puas dengan *body image* nya, dari 200 wanita yang diwawancarai, hanya 23 yang tidak pernah diet atau khawatir tentang berat tubuhnya, dan dari 177 yang khawatir terhadap berat tubuhnya, ada 153 yang cukup khawatir dengan berat tubuhnya untuk melakukan diet. Ini membuktikan bahwa perempuan lebih mungkin memiliki *body image* yang negatif daripada laki-laki. Menurut Grogan (2008:57) salah satu karakteristik orang yang mengalami *body image* yang negatif adalah melakukan kegiatan diet. Itu berarti perempuan yang melakukan kegiatan diet memiliki *body image* yang negatif.

Perempuan tidak selalu memiliki *body image* yang negatif. Menurut Tylka (dalam Cash & Smolak, 2011:59) seseorang yang memiliki *body image* yang positif memiliki karakteristik sebagai berikut : nyaman dan cinta terhadap tubuhnya, memilih untuk fokus pada apa yang dimilikinya bukan yang ingin dimilikinya dan menghindari cara yang mungkin akan merusak penampilannya.

Pandangan seseorang mengenai tubuhnya sendiri berpengaruh besar pada seseorang dalam menjalani hubungan pernikahannya. Menurut Cash (Cash & Pruzinsky, 2002:111) penelitian membuktikan bahwa ketidakpuasan pada tubuh berhubungan dengan rendahnya tingkat kepuasan pada hubungan pernikahan yang dijalannya. Hal ini berarti apabila seseorang memiliki *body image* yang negatif maka orang tersebut pasti memiliki tingkat kepuasan yang rendah atau tidak puas terhadap hubungan pernikahan yang dijalannya.

Berdasarkan data yang didapatkan dari hasil wawancara kepada 5 subjek yang berinisial Ats, J, Osw, Rm, dan Ss pada tanggal 19 - 20 Januari 2019 di Kota Semarang didapatkan data bahwa mereka kurang puas pada tubuhnya yang sekarang dan mereka telah melakukan beberapa usaha untuk merubah penampilan, seperti diet, berolahraga, yoga, dan mengkonsumsi obat pelangsing. Dua dari lima subjek perempuan yang berinisial Ats dan Osw mengungkapkan bahwa mereka pernah melakukan diet dan meminum obat pelangsing untuk merubah penampilan mereka. Berikut penuturan Ats dan Osw :

“Saya sudah diet mas, sudah dari empat bulan yang lalu, nganti saiki. Saya sih biasane Cuma ngurangin makan mas, jadi nek makan ndak pakai nasi cuma sayur mbek lauk tok. Ya lumayanlah mas rodo turun sitik berat badannya. Tapi mas saya to tiga mingguan ini, saya coba minum pil ngono mas, dadi disaranke sama teman saya to, disuruh minum plum kui loh mas, nah pas wis mulai ngonsumsi kui, rodo banter mas, kemarin saya nimbang di apotik itu turun mas sekitar empat kilonan.”(W1S1. 19 -01 -2019).

“Iyo mas, aku ki wis ra maem nasi, yo jik sih tapi paling gur setengah centong kae loh. Terus lagi wingi mas aku ditawari mbek kenalanku to dikon mangan pil opo ngono lali aku jenenge. Pokoke dikon mangan kui terus tak cobo toh, eh jebule tenanan ngaruh i mas, mudun pirang kilo kui yo, ketoke sekitar tujuh kilonan, yo tapi jarene bedo -bedo sih mas khasiate.”(W1S2. 19 -01 -2019).

Selanjutnya tiga subjek yang lain, yakni perempuan yang berinisial J, Rm, dan SS mengatakan bahwa mereka melakukan diet dengan cara melakukan olahraga ringan dan juga yoga. Berikut penuturan dari ketiga subjek tersebut :

“saya sih memang diet mas, tapi ya ndak sampai yang over gitu loh, sampai tidak makan. Saya sih cuma olahraga tok di rumah. Ya tapi gitu sih mas, paling turun dua atau tiga kilo, soale kan nggak rutin ya jadi cuma kalau ada waktu aja sih mas. Tapi tetep sak bendino mas, tapi yo kui paling sore tok atau pagi tok.”(W2S3. 20 -01 -2019).

“Iya sih mas, aku diet. Pengin aku mas awakku koyo mbien, ora langsing sih tapi yo rodo kuru ngono. Aku nganti melu ni kae loh mas olahraga yoga kae tak delok neng youtube corone. Aku mudeng yoga kui dikandani dulurku mas sing neng jakartanan, jare ampuh terus gampang to, yow is dikon ndelok corone neng youtube terus yow is nganti saiki tak lakoni nek ra enek kegiatan neng ngomah.” (W2S4. 20 -01 -2019).

“Saya tuh pengen banget mas kurus koyo pas saya dulu. Terus saya ikut senam gitu mas, sing setiap hari minggu di lapangan RT situ loh mas. Nah itu. Terus sak liane kui saya paling ngurangin makan tok sih mas.”(W2S5. 20 -01 -2019).

Berdasarkan hasil data wawancara yang didapatkan tersebut menandakan bahwa para subjek memiliki *body image* yang negatif, dikarenakan mereka tidak puas dengan tubuh yang mereka miliki dan mencoba beberapa cara untuk merubah tubuh. Selain itu menurut subjek penampilan turut berperan dalam keharmonisan hubungan mereka dengan pasangan berikut penuturan dari beberapa subjek :

“Gimana ya mas, saya mikirnya sih kalo saya cantik kan suami jadi tambah sayang gitu loh mas. Sekarang kan diluar akeh to mas yang cantik jadi takut ngono loh kalo suami seneng sama yang lain.”(W1S1. 19 -01 -2019).

“Heem sih mas, lah piye neh. Saiki wong wedok do ayu -ayu kok mas. Berarti kan aku juga kudu ayu biar suamiku seneng toh mas. Nek aku wis kurus kan nanti aku ayu mas, terus suamiku ketoke tambah seneng mas.”(W1S2. 19 -01 -2019).

“yo piye yo mas, menurutku sih iyo jelas ngono sih mas. Masalaha kan nek dewe ra menarik neh neng matane suami berarti kan dekne wis ra sayang neh mbek aku to mas. Dadi yo nek meh tambah sayange yo kudu kurus sih mas.”(W2S4. 20 -01 -2019).

“Pasti to mas, kalo saya cantik kan suami yo pasti lengket terus loh mas. Yo tak usaha lah biar suami seneng.”(W2S5. 20 -01 -2019).

Menurut 4 dari 5 subjek, yakni Ats, Osw, Rm, dan Ss dengan memiliki tubuh yang ideal, mereka merasa akan menambah keharmonisan rumah tangganya, karena mereka merasa suaminya akan tambah sayang dan tidak akan melirik wanita lain. Berdasarkan penjelasan para subjek apabila mereka memiliki tubuh yang ideal menurut diri sendiri, hubungan mereka dengan pasangannya pun akan bahagia karena suami akan memberikan apresiasi terhadap penampilannya. Para subjek berpendapat bahwa mereka akan puas pada hubungannya dengan pasangan apabila mereka sudah merasa penampilan yang baik.

Body image berkaitan dengan kepuasan seksual seseorang, menurut artikel yang ditulis oleh Holt dan Lynes (2007:60) terdapat hubungan yang positif antara body image dengan kepuasan seksual yang dialami seseorang. Selain itu berdasarkan hasil artikel yang diteliti oleh Carpenter, Natahnson & Kim (2007:94) perubahan fisik yang terjadi pada masa dewasa tengah mempengaruhi perempuan dalam kepuasan seksual yang dialaminya dalam pernikahan dikarenakan dirinya merasa tidak merasa senang pada penampilan fisiknya saat ini. Hal itu didukung oleh Mahayuni & Melaniani (2007:92) pada hasil artikelnya mengenai faktor yang

mempengaruhi aktifitas seksual pada wanita perimenopause bahwa perubahan fisik yang dialami perempuan usia 45-55 tahun mempengaruhi aktifitas seksualnya. Hal ini menunjukkan bahwa *body image* memiliki pengaruh pada kepuasan pernikahan seseorang meskipun tidak secara langsung, dikarenakan *body image* memiliki hubungan yang positif terhadap kepuasan seksual seseorang dan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kepuasan pernikahan seseorang adalah kepuasan seksual dalam hubungan pernikahannya, jadi *body image* memiliki pengaruh pada tingkat kepuasan pernikahan seseorang.

Berdasarkan data-data di atas penting untuk diteliti bagaimana hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah. Pada perempuan yang sudah menikah masa dewasa tengah adalah puncak dari kehidupan mereka, karena pada usia ini seseorang akan mengalami perubahan dalam kehidupannya baik dalam hal fisik maupun relasi sosialnya. Pada wanita usia dewasa tengah akan lebih memperhatikan penampilan fisik mereka dan juga akan mengalami beberapa perubahan dalam hubungan pernikahan dengan pasangan. Pandangan diri terhadap tubuh dapat mempengaruhi tingkat kepuasan individu terhadap hubungan pernikahannya, semakin positif individu tersebut memandang tubuhnya maka semakin tinggi tingkat kepuasan individu terhadap hubungan pernikahannya. Banyak yang melakukan penelitian mengenai variabel *body image* dan kepuasan pernikahan, seperti artikel yang ditulis oleh Dahlia Nur Permata Sari dengan judul “Hubungan Antara *Body Image* dan *Self-Esteem* Pada Dewasa Awal Tuna Daksa” lalu ada disertasi yang berjudul “*Body Image, Self-Esteem, and Interpersonal Relationship in Adulthood*” oleh

Rebecca Kelly Robertson. Ada beberapa penelitian tentang variabel kepuasan pernikahan yakni, penelitian skripsi yang ditulis oleh Ajeng Dewi Aryati dengan judul “Hubungan antara Kepuasan Perkawinan dengan *Subjective Well Being* pada wanita *Dual career*” selain itu adapun Artikel tentang “Pemenuhan Aspek-aspek Kepuasan Perkawinan pada Istri yang Menggugat Cerai” yang pernah ditulis oleh Nurul Afni dan Herdina Indrijati dan juga Artikel tentang “Kepuasan Pernikahan Ditinjau dari Keterampilan Komunikasi Interpersonal” yang ditulis oleh Alfiana Indah Muslimah.

Berdasarkan itu, belum ada yang melakukan penelitian mengenai hubungan antara variabel *body image* dengan kepuasan pernikahan, meskipun variabel *body image* dan variabel kepuasan pernikahan sudah sering dikaitkan dengan beberapa variabel lain. Apabila dilihat dari jumlah penelitian yang sudah dilakukan mengenai *body image* dan kepuasan pernikahan, populasi yang dijadikan subjek penelitian pun berbeda. Populasi yang dijadikan subjek penelitian oleh peneliti adalah perempuan yang sudah memasuki usia dewasa tengah dan sudah menikah. Gambaran tubuh atau *body image* pada perempuan yang sudah menikah dan yang belum menikah itu berbeda, banyak faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image* perempuan yang sudah menikah tidak hanya dari segi fisik akan tetapi dari lingkup sosial juga.

Oleh karena itulah, data yang didapatkan di atas menjadi landasan peneliti dalam melakukan penelitian dan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah”.

1.2. Rumusan Masalah

Penelitian ini akan menjawab permasalahan dari fenomena yang telah dituangkan di latar belakang oleh penulis, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. bagaimana gambaran *body image* pada perempuan usia dewasa tengah ?
2. bagaimana gambaran kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah ?
3. apakah ada hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah ?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang akan dicari jawabannya dalam penelitian ini adalah :

1. untuk mengetahui gambaran *body image* pada perempuan usia dewasa tengah.
2. untuk mengetahui gambaran kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah.
3. untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menyumbang wacana yang berarti bagi perkembangan ilmu psikologi, mengenai hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait dengan *body image* dan kepuasan pernikahan, sehingga dapat memperbaiki kualitas hubungan para perempuan yang berada di usia dewasa tengah.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, khususnya penelitian yang berkaitan dengan *body image* dan kepuasan pernikahan.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. KEPUASAN PERNIKAHAN

2.1.1. Pengertian Kepuasan Pernikahan

Menurut Pinsof dan Lebow (2005:24) 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, 2007:541) 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 (2009:1030) kepuasan pernikahan adalah sikap subjektif yang dimiliki individu terhadap hubungan pernikahannya.

Hal ini selaras dengan teori model investasi dari Rusbult (dalam De Munck, 1998:172) yang menyebutkan bahwa kepuasan hubungan didefinisikan sebagai ketidaksesuaian antara *outcome value* dengan *comparison level*. Dimana *outcome value* didefinisikan sebagai perbedaan antara *reward* (atribut-atribut yang bernilai positif seperti ketertarikan fisik, saling melengkapi kebutuhan-kebutuhan, dan lain-lain) dan *cost* (atribut-atribut yang bernilai negatif seperti kekerasan, hinaan, dan ketidaksetiaan). Kepuasan individual dengan hubungannya dilihat

sebagai fungsi dari *reward* dan *costs* dari suatu hubungan. Apabila individu menerima *reward* yang tinggi dan hanya mengalami sedikit *costs* kepuasan dalam hubungan itu harusnya tinggi.

Hendrick dan Hendrick mengemukakan bahwa kepuasan pernikahan adalah kebahagiaan dalam pernikahan, kesepakatan akan nilai-nilai yang ada, prioritas dan peraturan keluarga bagi pasangan dalam pernikahan, keterlibatan emosional dengan anak-anak dan berbagai perasaan lain, ekspresi verbal dan tingkah laku yang menjadi ciri evaluatif dari suatu hubungan (dalam Rachmawati dan Mastuti, 2013:3).

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa pengertian dari kepuasan pernikahan adalah kondisi mental yang menggambarkan pengalaman subjektif mengenai perasaan dan sikap dalam diri individu yang dirasakan dari interaksi dalam hubungan pernikahan.

2.1.2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan

Ada banyak sekali variabel yang dapat mempengaruhi kepuasan hubungan pernikahan seseorang, hal tersebut bisa datang dari dalam maupun luar individu meskipun begitu hanya beberapa variabel berikut yang lebih bisa memprediksi kepuasan hubungan pernikahan yang sedang dijalani oleh seseorang. Berk (2012:72) menjabarkan faktor-faktor yang terkait pada kepuasan pernikahan dalam tabel ini :

Faktor	Pernikahan Bahagia	Pernikahan Tidak Bahagia
Latar belakang	Pasangan mirip dari sisi <i>socioeconomicstatus</i> , pendidikan, agama, dan usia	Pasangan sangat berbeda dari sisi <i>socioeconomicstatus</i> , pendidikan, agama, dan usia
Usia	Setelah usia 23 tahun	Sebelum usia 23 tahun
Lama pacaran	Minimal 7 bulan	Kurang dari 7 bulan
Waktu kehamilan pertama	Setelah tahun pertama usia pernikahan	Sebelum atau saat tahun pertama pernikahan
Hubungan dengan keluarga Besar	Hangat dan positif	Negatif, keinginan untuk menjaga jarak
Pola pernikahan dalam keluarga besar	Stabil	Tidak stabil, sering berpisah atau bercerai
Status keuangan dan kerja	Aman	Tidak aman
Tanggung jawab keluarga	Bersama-sama ; persepsi akan keadilan	Kebanyakan menjadi tanggung jawab perempuan ; persepsi akan ketidakadilan
Karakter kepribadian	Emosi positif, terampil dalam menyelesaikan masalah dengan baik	Emosi negatif dan meledak-ledak, buruk dalam menyelesaikan masalah

Tabel 2.1 Faktor-Faktor Terkait Kepuasan Pernikahan

Menurut Baron dan Byrne (2005:34) faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan dan kepuasan dalam suatu pernikahan adalah

1. Kesamaan

Penelitian dalam satu abad terakhir telah menunjukkan secara konsisten bahwa pasangan hidup memiliki kesamaan dalam sikap, nilai-nilai, minat, dan atribut lainnya. Orang-orang yang serupa menikah, dan kesamaan tidak bertambah

ataupun berkurang seiring dengan bertambahnya tahun. Karena kesamaan yang lebih besar diasosiasikan dengan hubungan yang positif .

2. Kesamaan yang diasumsikan (*assumed similarity*)

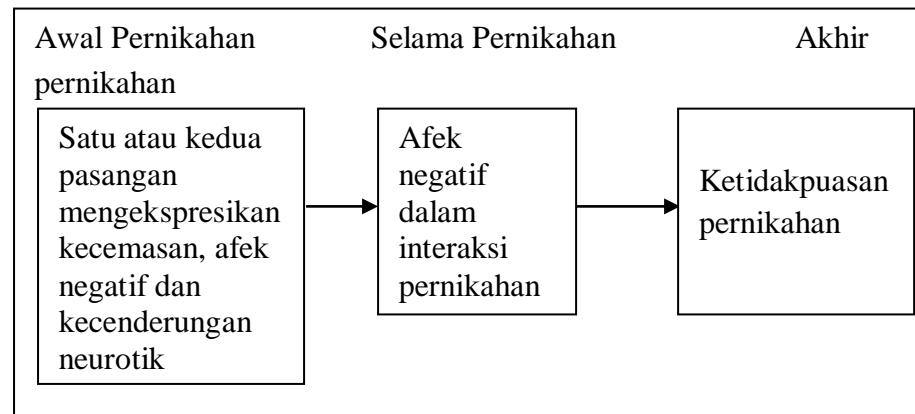
Tidak hanya orang-orang serupa yang menikah, namun hubungan yang positif juga dikarakterisasikan dengan kesamaan yang diasumsikan (*assumed similarity*). Pasangan hidup cenderung memiliki asumsi yang lebih besar mengenai kesamaan daripada yang sebenarnya, dan kepuasan pernikahan secara positif berkaitan baik dengan kesamaan dan kesamaan yang diasumsikan.

3. Faktor-faktor kepribadian

Kesamaan bukanlah segalanya. Ditemukan juga bahwa disposisi kepribadian yang spesifik berkaitan dengan keberhasilan pernikahan. Dengan kata lain, beberapa orang lebih mungkin untuk memiliki hubungan positif dibandingkan orang lain. Karakteristik kepribadian yang tampak penting adalah karakteristik yang berkaitan dengan tingkah laku interpersonal dan gaya kelekatan. Contohnya, individu dengan *self-models* yang negatif (gaya terpreokupasi dan gaya takut-menghindar), dibandingkan dengan mereka yang memiliki *self-models* yang positif (gaya aman dan menolak), mendapati diri mereka dalam hubungan yang kurang memuaskan karena mereka memandang besarnya cinta yang diberikan pasangan mereka dengan sebelah mata.

Karakteristik kepribadian lain, seperti kecemasan, afek negatif, dan neurotisme (diukur ketika pasangan baru saja menikah), ditemukan berkaitan dengan negativitas interpersonal dalam sebuah pernikahan dan

dengan melanjutnya ketidakpuasan pasangan di berbagai titik dalam pernikahan mereka (Bagan 2.1).



Bagan 2.1 Afektivitas Negatif dan Kepuasan Pernikahan

4. Seks dalam pernikahan

Survei terhadap pasangan suami istri menunjukkan bahwa interaksi seksual menjadi lebih tidak sering seiring dengan berjalannya waktu, dan bahwa penurunan yang paling cepat terjadi selama empat tahun pertama pada pernikahan. Menurut Berk (2012:112) pasangan yang lebih sering melakukan hubungan seksual memiliki pandangan yang positif terhadap hubungan pernikahan mereka. Selain itu menurut hasil artikel penelitian yang diemukakan oleh Mannila & Kontula (1997:414) ditemukan fakta bahwa kehidupan seksual mereka sama bahagia dan puasnya dengan hubungan yang mereka jalani.

Dalam artikel penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan yang ditulis oleh Srisusanti dan Zulkaida (2013:9-11) ditemukan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi tingkat kepuasan seseorang mengenai hubungannya, hal itu yakni :

1. Hubungan interpersonal dengan pasangan

Hubungan interpersonal antara suami-istri merupakan fondasi awal untuk mencapai pernikahan yang bahagia. Jika hal itu terjalin dengan baik maka bisa diasumsikan pernikahan mereka akan bahagia.

2. Partisipasi keagamaan

Agama dapat memperkuat ikatan pernikahan yang akan dapat menciptakan pernikahan yang memuaskan. Tanpa adanya ikatan prinsipil diantara suami-istri memudahkan mereka untuk sering melakukan aktifitas keagamaan bersama-sama bagi kaum nasrani, ataupun menghadiri acara-acara keagamaan bersama keluarga.

3. Kehidupan seksual

Dorongan seksual menjadi sangat dominan dalam mempengaruhi kepuasan pernikahan khususnya para istri karena pernikahan selalu diidentikkan dengan mempunyai anak dalam keluarga, dan istri adalah orang yang bertugas untuk melahirkan seorang anak. Hal ini didukung oleh pernyataan Latifah (dalam Sarwono & Meinarno, 2009:74) bahwa faktor yang mendukung kepuasan pernikahan antara lain adalah adanya hubungan seksual yang memuaskan dan juga kehadiran seorang anak ke dalam pernikahan.

Berdasarkan pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor - faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan, yaitu latar belakang, usia, lama pacaran, waktu kehamilan pertama, hubungan dengan keluarga besar, pola pernikahan dalam keluarga besar, status keuangan dan kerja, tanggung jawab

keluarga, kesamaan, kesamaan yang diasumsikan, hubungan interpersonal, partisipasi keagamaan dan hubungan seksual dalam pernikahan.

2.1.3. Kriteria Kepuasan Pernikahan

Menurut Olson dan Defrain (2003:338) ada beberapa karakteristik dari pernikahan yang memiliki kepuasan yang tinggi, antara lain :

1. Sikap yang realistis tentang hubungan pernikahannya
2. Puas dengan kepribadian yang dimiliki oleh pasangan
3. Menikmati saat berkomunikasi dengan pasangan
4. Puas dengan metode yang mereka gunakan untuk menyelesaikan konflik bersama
5. Sepakat tentang nilai-nilai agama atau etika mereka

Menurut Hendrick (1988:94) seseorang yang memiliki kepuasan terhadap hubungannya menunjukkan hal-hal berikut :

1. Merasa pasangannya telah sesuai dengan kriteria yang diinginkan
2. Secara umum merasa puas dengan hubungan pernikahan yang dijalannya
3. Merasa hubungan pernikahannya dengan pasangan lebih baik daripada hubungan pernikahan yang dijalani orang lain
4. Merasa bersyukur menjalani hubungan pernikahannya dengan pasangan
5. Merasa hubungan pernikahannya dengan pasangan berjalan sesuai harapannya
6. Ia sangat mencintai pasangannya
7. Hubungan dengan pasangan tidak mengalami banyak masalah

Berdasarkan pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa kriteria seseorang yang puas terhadap hubungan pernikahannya, yaitu mencintai dan

menerima apapun yang ada didalam diri pasangannya, merasa bersyukur pada hubungan pernikahannya, memiliki komunikasi dan pemecahan masalah yang baik dengan pasangan, saling menghargai perbedaan yang dimiliki oleh pasangan, dan memiliki sikap yang realistis terhadap hubungannya.

2.1.4. Aspek-aspek Kepuasan Pernikahan

Kepuasan pernikahan dapat diukur dengan menggunakan aspek-aspek dalam pernikahan seperti yang dikemukakan oleh Fowers dan Olson (1989:67), yaitu :

1. *Communication* (Komunikasi)

Aspek ini berfokus pada bagaimana perasaan dan sikap individu terhadap komunikasi mereka dalam pernikahan yang dijalani.

2. *Leisure activity* (Aktifitas waktu luang)

Aspek ini merefleksikan kegiatan sosial versus kegiatan pribadi, pilihan untuk saling berbagi antar individu, dan harapan dalam menghabiskan waktu luang dengan pasangan.

3. *Religious orientation* (Orientasi agama)

Aspek ini berfokus pada makna kepercayaan agama dan prakteknya dalam menjalani pernikahan.

4. *Conflict resolution* (Penyelesaian konflik)

Aspek ini berfokus pada persepsi mereka terhadap kemampuan dalam penyelesaian konflik yang terjadi dalam pernikahan yang dijalani. Kemampuan menyelesaikan konflik didasarkan pada keterbukaan pasangan, strategi yang

digunakan untuk menyelesaikan konflik, saling mendukung dalam mengatasi masalah dan membangun kepercayaan.

5. *Financial management* (Manajemen keuangan)

Aspek ini berfokus pada cara pasangan mengelola keuangan mereka, membelanjakan uang mereka, dan perhatian mereka terhadap keputusan finansial mereka. Dalam hal ini konflik bisa saja muncul apabila salah satu pihak tidak percaya kepada pasangannya dalam hal mengelola keuangan dan membelanjakan keuangan mereka.

6. *Sexual orientation* (Orientasi seksual)

Aspek ini berfokus pada perasaan pasangan mengenai afeksi dan hubungan seksual mereka.

7. *Family and friends* (Keluarga dan teman-teman)

Aspek ini menunjukkan mengenai perasaan dalam berhubungan dengan keluarga dan teman-teman dari pasangan.

8. *Children and parenting* (Anak-anak dan pengasuhan)

Aspek ini mengukur sikap dan perasaan terhadap tugas untuk mengasuh, mendidik dan membesarkan anak-anak yang dimiliki. Fokusnya adalah pada kesepakatan pasangan dalam mengasuh dan mendidik anak mereka. Orangtua seringkali memiliki harapan dan cita-cita akan masa depan anak mereka, dan apabila hal tersebut bisa terwujud akan menimbulkan kepuasan bagi orangtua tersebut.

9. *Personality issues* (Masalah yang berkaitan dengan kepribadian)

Aspek ini berfokus pada persepsi individu dalam menghargai perilaku-perilaku pasangan dan kepuasan yang dirasakan terhadap masalah-masalah kepribadian masing-masing.

10. *Equilitarian role* (Kesetaraan peran)

Aspek ini berfokus pada pembagian peran dan tugas dalam kehidupan pernikahan mereka. Peran dan tugas tersebut mencakup hal-hal seperti pekerjaan, pekerjaan rumah, seks dan peran sebagai orangtua.

Menurut Saxton (dalam Afni dan Indrijati, 2011:178), aspek-aspek kepuasan pernikahan yang harus terpenuhi dalam kehidupan pernikahan yaitu :

1. Kebutuhan materil

Pemenuhan kebutuhan materil ditandai dengan adanya kepuasan fisik atau biologis atas pemenuhan kebutuhan berupa makanan, tempat tinggal, keadaan rumah tangga yang teratur dan uang/ekonomi.

2. Kebutuhan Seksual

Pemenuhan kebutuhan seksual ditandai dengan terpenuhinya kebutuhan seksual dengan adanya respon seksual yang baik dan frekuensi hubungan seksual yang tidak rendah.

3. Kebutuhan Psikologis

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

Penelitian ini menggunakan aspek dari kepuasan hubungan pernikahan yang dikembangkan oleh Fowers dan Olson (1989:67), hal ini dilakukan dengan

dasar pertimbangan aspek-aspek tersebut mengungkapkan tingkat kepuasan hubungan pernikahan individu secara jelas dan menyeluruh.

2.2. *Body Image*

2.2.1. Pengertian *Body Image*

Body image adalah representasi mental pada tubuh termasuk persepsi pada penampilan, perasaan, dan pikiran tentang tubuh, bagaimana rasanya memiliki tubuh, fungsi dan kemampuan tubuh (Cash & Pruzinsky, 2002:117). Papalia, old, dan Feldman (2008:546) menyatakan bahwa *body image* adalah keyakinan deskriptif dan evaluatif tentang penampilan seseorang. Citra tubuh adalah pengalaman individual tentang tubuhnya, suatu gambaran mental seseorang yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan, emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran, dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat, dan hal ini terbentuk dari interaksi sosial seseorang sepanjang waktu dalam lingkungannya, yang berubah sepanjang rentang kehidupan dalam responnya terhadap umpan-balik (*feedback*) dari lingkungan (Rice, 1990, dalam Annastasia, 2006:82).

Menurut Hurlock (1992, dalam Annastasia, 2006:83) citra tubuh adalah cara seseorang memersepsikan tubuhnya dengan konsep ideal yang dimilikinya pada pola kehidupannya dengan cara orang lain menilai tubuhnya. Menurut Longe (2008:116) *body image* adalah pendapat seseorang atau deskripsinya sendiri tentang penampilan fisiknya. Persepsi *body image* diantara orang-orang dapat berkisar dari yang sangat negatif sampai ke positif. Seseorang yang memiliki *body*

image yang negatif melihat tubuh mereka sebagai sesuatu yang tidak menarik bagi orang lain, sementara orang dengan *body image* yang positif memandang tubuh mereka sebagai sesuatu yang menarik bagi orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas, bisa disimpulkan bahwa *body image* itu adalah representasi mental pada tubuh termasuk persepsi pada penampilan, perasaan, dan pikiran tentang tubuh, bagaimana rasanya memiliki tubuh, fungsi dan kemampuan tubuh.

2.2.2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Body Image*

Body image merupakan hal yang dipelajari. Proses pembelajaran citra tubuh ini sering kali dibentuk lebih banyak oleh orang lain diluar individu sendiri. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang, yaitu :

1. Hubungan interpersonal

Dunn & Gooke (dalam Cash & Pruzinsky, 2002:109) mengatakan bahwa ada 3 proses interpersonal utama yang berperan dalam perkembangan *body image*, yaitu :

A. Reflected appraisal

Proses *reflected appraisal* mengarah ke gagasan bahwa pendapat orang lain terhadap kita (atau persepsi kita tentang bagaimana orang lain melihat kita) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap bagaimana kita memandang diri kita.

B. Feedback on physical appearance

Menerima timbal balik terhadap penampilan fisik berarti seseorang mengembangkan persepsi pada bagaimana orang lain melihat mereka. Timbal

balik ini mungkin datang dari orang tua, saudara kandung, teman sebaya, pasangan, pelatih, pekerja, atau bahkan orang yang tidak dikenal sama sekali. Timbal baliknya mungkin seperti celaan atau kritikan sampai komentar terhadap tubuh kita.

C. *Social comparison*

Teori perbandingan sosial mengatakan bahwa seseorang cenderung membandingkan penampilan yang dimilikinya kepada orang yang memiliki tubuh yang cenderung kurus. Hasil penelitian dari Sunartio, Sukanto dan Dianovinina (2012:167) menyebutkan bahwa perbandingan sosial memiliki hubungan yang positif dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal. Ini berarti pada wanita dewasa awal, semakin mereka membandingkan diri dengan seseorang yang memiliki penampilan yang menarik, maka semakin mereka akan merasakan ketidakpuasan pada tubuh.

Body image orang dewasa lebih dipengaruhi oleh pasangannya, yaitu seseorang yang menjadi sumber penting dari pemberi *feedback* dan dukungan (Cash, 2002:110-111). Apabila seseorang menerima kritik dan komentar tentang berat dan bentuk tubuh dari pasangannya maka hal itu akan membuat dirinya memiliki *body image* yang negatif. Bagaimanapun, suatu hubungan dan penampilan saling berkaitan, *body image* terpengaruh dari faktor seperti lamanya suatu hubungan (Cash, 2012:220)

2. Jenis kelamin

Menurut Longe (2008:118) wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada

laki-laki. Sebuah penelitian menjelaskan bahwa di berbagai negara maju, antara 50-80 % gadis remaja ingin menjadi langsing dan melakukan diet bervariasi dari 20% hingga 60% (Cash & Prizinsky, 2002:74). Perempuan selalu mempunyai dorongan untuk mengubah bentuk dan berat badannya untuk mengikuti trend yang ada. Pada semua usia, perempuan rela mengalami kesakitan untuk mendapatkan tubuh yang ideal. Hal ini jelas berkaitan dengan penggunaan ikat kaki dan pemakaian korset dimana perempuan akan merasakan ketidaknyamanan dan tidak bisa bergerak karena ingin mengikuti trend mode terbaru (Grogan, 2008:41)

3. Media massa

Menurut Longe (2008:118) *body image* dapat dipengaruhi oleh media seperti televisi, internet, dan majalah sering menggambarkan orang yang memiliki tubuh yang mendekati ideal lebih diterima untuk menjual produk mereka. Akibatnya perempuan menjadi terpengaruh dan menganggap bahwa tubuh yang indah adalah tubuh yang seperti mereka lihat di dalam media. Levine dan Smolak (dalam Cash & Pruzinsky, 2002:94) menyimpulkan bahwa dengan melihat foto-foto model yang langsing membuat perempuan merasa buruk tentang tubuh mereka.

Memiliki tubuh yang kurus dan fokus pada penampilan telah menjadi bagian dari peran sosial untuk wanita. Wanita berkeinginan untuk meluangkan waktu, tenaga, dan uang untuk mengejar kesempurnaan tubuh. Banyak wanita percaya bahwa jika mereka terlihat kurus ideal seperti wanita yang digambarkan di media, mereka akan memiliki hidup yang bahagia (Smolak & Cash, 2011:174).

Menurut Thompson (1996:27-41) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain

1. Persepsi, berhubungan dengan ketepatan individu dalam mempersepsi atau memperkirakan ukuran tubuhnya. Perasaan puas atau tidaknya seseorang dalam menilai bagian tubuh tertentu berhubungan dengan komponen ini
2. Perkembangan, komponen ini menjelaskan tentang pentingnya pengalaman dimasa kecil dan remaja terhadap hal-hal yang berkaitan dengan *body image* nya. Saat pertama kali menstruasi serta perkembangan seksual sekunder diasosiasikan sebagai kejadian penting terhadap perkembangan *body image* seseorang
3. Sosiokultural, masyarakat akan menilai apa yang baik dan apa yang tidak, termasuk juga kecantikan. Teori feminis menjelaskan bahwa kebanyakan wanita terlalu mengidentifikasikan dirinya dengan tubuhnya dan hal tersebut menyebabkan mereka mengikuti sosok ideal yang ada dimasyarakat bahwa mereka akan dianggap menarik jika memiliki tubuh yang ideal

Selain faktor-faktor di atas, ditemukan juga faktor-faktor lain yang mempengaruhi *body image* seseorang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Gunawan & Anwar (2012:66) ditemukan bahwa faktor yang mempengaruhi *body image* adalah jenis kelamin, usia, tingkat sosial ekonomi, suasana hati, relasi dan sikap teman sebaya terhadap penampilan fisik seseorang, media massa, dan kecenderungan seseorang membanding-bandingkan tubuhnya dengan orang lain.

Dari beberapa faktor yang dikemukakan diatas faktor hubungan interpersonal, media massa, dan jenis kelamin lah yang paling dominan menentukan gambaran *body image* pada seseorang.

2.2.3. Aspek *Body Image*

Penelitian-penelitian sebelumnya mengenai *body image* pada umumnya menggunakan *Multiaspekonal Body Self Questionnaire-Appearance Scales* (MBRSQ-AS) yang dikemukakan oleh Cash. Aspek-aspek yang ada pada MBRSQ-AS. (Cash & Pruzinsky, 2002:146) 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

Menurut Thompson (1996:50) *body image* terdiri dari tiga komponen, yaitu :

1. Komponen persepsi merupakan ketepatan pemaknaan hasil sensori individu terhadap bentuk tubuhnya, misalnya ukuran badan
2. Komponen subjektif merupakan perasaan dan penilaian individu terhadap bentuk tubuhnya meliputi kepuasan, kepedulian, evaluasi dan kecemasan terhadap fisik
3. Komponen perilaku meliputi aksi atau tindakan yang dilakukan individu terkait dengan tubuhnya, misalnya menghindari situasi yang menyebabkan individu mengalami ketidaknyamanan yang berhubungan dengan penampilan fisik

Penelitian ini menggunakan aspek yang ada pada *Multiaspekonal Body Self Questionnaire-Appearance Scales* (MBRSQ-AS) yang dikemukakan oleh Cash, yaitu : *appearance evaluation, appearance orientation, body area satisfaction, overweight preoccupation, dan Self-Classified Weight.*

2.2.4. *Positive Body Image*

Body image itu unik dikarenakan setiap individu berbeda dan tidak memiliki pandangan yang sama terhadap tubuhnya. Meskipun sulit untuk dikatakan bahwa seseorang memiliki body image yang positif, bukan berarti bahwa hal tersebut tidak bisa diidentifikasi. William menemukan bahwa seseorang yang memiliki body image yang positif menunjukkan sifat optimisme, harga diri yang tinggi, dukungan sosial yang bagus, dan menjaga kestabilan berat badan (Cash & Smolak, 2011:57).

Avalos (dalam Cash & Smolak, 2011:57) 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

Cash (2011:59) mengemukakan beberapa karakteristik body image yang positif, yakni :

1. *Body appreciation*

Mengapresiasi fungsi, kesehatan, dan bagian tubuh. Lebih mementingkan kemampuan daripada penampilan tubuh

2. *Body acceptance and love*

Memiliki kecintaan terhadap tubuh dan puas terhadap semua aspek pada tubuh.

Memilih focus pada apa yang dimiliki daripada apa yang diinginkan

3. *Inner positivity influencing outer demeanor*

Merasakan hal positif dalam diri terpancar dalam penampilan luar dan perilaku

4. *Broadly conceptualizing beauty*

Menerima perbedaan berat, bentuk, dan penampilan tubuh sebagai suatu hal yang indah

5. *Media literate*

Sadar bahwa gambar yang berada di media itu tidak realistis dan hanya buatan semata

6. *Unconditional acceptance from others*

Menerima dengan baik pendapat orang terdekat mengenai tubuh kita

7. *Finding other with a positive body image*

Memilih untuk berada disekitar orang yang memiliki body image yang positif juga

8. *Spirituality*

Percaya bahwa penciptanya membuat dirinya dengan istimewa dan ingin mereka menerima tubuh mereka dengan kekurangannya

9. *Listening and taking care of the body*

Melakukan pengecekan kesehatan untuk tindak pencegahan dan penyembuhan.

Serta menjaga berat badan agar berada di jenjang yang normal

Berdasarkan pemaparan diatas *positive body image* adalah pandangan dan penerimaan yang positif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki individu.

2.2.5. *Body image dissatisfaction*

Salah satu cara untuk menentukan bahwa seseorang itu mengalami *body image dissatisfaction* adalah dengan perilaku yang ditampilkan. Berikut ini adalah perilaku yang mencirikan bahwa seseorang mengalami *body image dissatisfaction* (Grogan, 2008:57).

1. *Dieting*

Salah satu indikator perilaku dari *body image dissatisfaction* adalah mencoba untuk merubah bentuk tubuh melalui diet. Banyak wanita mencoba untuk merubah berat dan bentuk pada beberapa waktu hidupnya dengan cara mengurangi asupan makanannya. Perilaku diet biasa dilakukan dikalangan perempuan, banyak perempuan menolak untuk makan terlebih pada saat ingin terlihat lebih langsing. Perempuan melakukan diet untuk terlihat lebih kurus. Kepercayaan itulah yang berkaitan dengan kepercayaan diri.

2. *Exercise*

Indikator perilaku lainnya dari ketidakpuasan citra tubuh adalah berlatih untuk mengubah bentuk dan ukuran tubuh. Penelitian menemukan bahwa perempuan yang melakukan latihan tubuh agar kurus dan perempuan yang melakukan latihan untuk membentuk otot lebih positif daripada perempuan yang tidak melakukan latihan tubuh. Terlebih lagi perempuan yang berlatih tubuh memiliki persepsi tubuh yang lebih positif daripada perempuan yang tidak

melakukan latihan tubuh, meskipun mereka memiliki berat badan yang lebih ketimbang perempuan pada umumnya.

3. *Body bulding*

Perempuan yang ikut serta dalam penelitian merasa bahwa dirinya yang sekarang memiliki tubuh yang lebih baik dan juga secara keseluruhan, daripada ketika saat mereka belum melakukan *body-building*, mereka stress dalam mengontrol tubuhnya. Faktanya bahwa perempuan yang mengikuti komunitas *body-building* mendapatkan gambaran bahwa memiliki otot adalah feminim, akan tetapi mereka juga tidak menyalahkan bahwa mereka juga tidak mengikuti kebiasaan perempuan pada umumnya yakni, memiliki bentuk tubuh yang langsing, mereka memiliki pandangan tubuh yang ideal mereka sendiri dan juga merasa sangat baik dengan tubuhnya.

4. Penggunaan *anabolic steroid*

Penggunaan *anabolic steroid* dimaksudkan untuk meningkatkan masa otot agar lebih besar. Penggunaan steorid memang meningkatkan masa otot agar lebih besar, akan tetapi penggunaannya memiliki efek samping yang cukup serius, yakni gangguan ginjal, hati, dan juga hipertensi. Steroid biasa digunakan perempuan pada komunitas *body building* untuk memenangkan sebuah kompetisi.

5. *Cosmetic surgery*

Operasi kecantikan bukanlah suatu fenomena yang baru. Operasi kecantikan sekarang lebih mudah di akses untuk perempuan yang merasa tidak puas pada bentuk tubuhnya dan pada penampilan mereka

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki *body image dissatisfaction* memiliki ciri sebagai berikut : *dieting, exercise, body building*, menggunakan *anabolic steroid*, dan *cosmetic surgery*.

2.3. Perempuan Usia Dewasa Tengah

Perempuan pada usia 35 – 60 tahun dikategorikan pada masa dewasa tengah. Hal ini didasarkan pada pernyataan Santrock (2002:139) bahwasanya usia dewasa tengah adalah seseorang dengan rentang usia yang dimulai kira-kira dimulai pada usia 35 - 45 tahun hingga memasuki usia 60-an. Perempuan pada masa dewasa tengah mengalami beberapa perubahan dari segi fisik maupun sosioemosional.

Perubahan fisik yang akan dialami oleh para perempuan di masa ini adalah penurunan dalam kemampuan reproduksi. Menurut Papalia, Old, Feldman (2008:739) perempuan pada masa dewasa tengah akan mengalami menopause dan tidak lagi dapat hamil setelah menopause pun, hormon estrogen perempuan akan semakin berkurang sehingga memicu pengecilan ukuran organ reproduksi, alat kelamin lebih sulit dirangsang, dan vagina lebih lambat basah selama bergairah. Selain itu perubahan akan terjadi pada segi sosioemosional perempuan adalah pernikahannya. Kepuasan pernikahan seseorang mengikuti kurva bentuk U, pada tahun pertama kepuasan tampak menurun dan pada masa usia dewasa tengah sampai dengan akhir akan kembali meningkat (Papalia, Old, & Feldman, 2008 : 813). Selain itu kemungkinan pasangan pada masa dewasa tengah untuk bercerai sangatlah kecil, hal ini dikarenakan usia pernikahan yang sudah relatif lama.

Menurut Papalia, Old, dan Feldman (2008:815) pernikahan yang telah berlangsung lama berkecenderungan lebih kecil untuk bercerai dibandingkan dengan yang baru, hal ini dikarenakan mereka telah membangun *marital capital*, yakni manfaat keuangan dan emosional yang terbentuk sepanjang pernikahan tersebut dan cenderung akan melanggengkan pasangan. Meskipun jarang terjadi pada pada masa ini kemungkinan untuk bercerai masih ada, Berk (2012:161) mengatakan bahwa sekitar sepuluh persen perceraian terjadi setelah dua puluh tahun atau lebih usia pernikahannya dan rata-rata terjadi pada masa dewasa tengah.

2.4. Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kepuasan Pernikahan

Perempuan yang berada di masa dewasa tengah memiliki beberapa masalah yang terkait dengan tubuh mereka, yakni mengalami proses penuaan, sangat memperhatikan penampilannya, dan ingin tetap awet muda. Beberapa masalah yang dialami oleh para perempuan wanita dewasa tengah ini berkaitan dengan *body image*, yakni gambaran diri terhadap tubuhnya sendiri. *Body image* dibedakan menjadi dua, yaitu *body image* yang positif dan *body image* yang negatif. *Body image* yang positif akan menimbulkan kepercayaan diri dan juga kenyamanan bagi individu tersebut, sedangkan *body image* yang negatif akan mengarahkan individu tersebut kepada hambatan sosial dan juga kecemasan (Cash & Pruzinsky, 2002:277).

Body image bisa mempengaruhi kepuasan hubungan pernikahan seseorang. Wiederman (dalam Cash & Pruzinsky, 2002:282) mengatakan bahwa *body image* sangat mempengaruhi kualitas dari suatu hubungan. Penelitian yang dilakukan oleh Cash menemukan bahwa ketidakpuasan tubuh berhubungan dengan rendahnya kepuasan hubungan (Cash & Pruzinsky, 2002:111). Kepuasan dalam pernikahan ditentukan oleh sejauh mana pasangan suami istri saling memenuhi kebutuhan fisik, ekonomi, emosional, dan psikologis (Lavner, Karney, & Bradbury, 2013:8).

Selain itu *body image* dan kepuasan pernikahan seseorang dapat dilihat dari tingkat kepuasan seksualnya. Berdasarkan artikel penelitian yang ditulis oleh Holt dan Lyness (2007:60) yang berjudul *body image and sexual satisfaction : implications for couple therapy* dijelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *body image* dengan kepuasan seksual yang dialami seseorang, apabila dirinya memiliki *body image* yang positif maka tingkat kepuasan terhadap kehidupan seksualnya akan tinggi apabila *body imagenya* rendah maka tingkat kepuasan seseorang terhadap kehidupan seksualnya rendah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sejourne, dkk (Sejourne, Got, Solans, & raynal, 2018 : 10) ditemukan bahwa pada masa menopause perempuan akan merasa sangat tidak puas dengan *body imagenya* dan pada masa ini pula kepuasan seksual mereka menurun sangat drastis yang hal ini sangat kompatibel dengan konsep bahwa apresiasi pada tubuh bisa memprediksi kepuasan seksual seseorang. Hal yang sama pun dikemukakan oleh Thomas, dkk (2018:6) pada penelitian yang dilakukannya, pada perempuan masa dewasa tengah ditemukan bahwa *body*

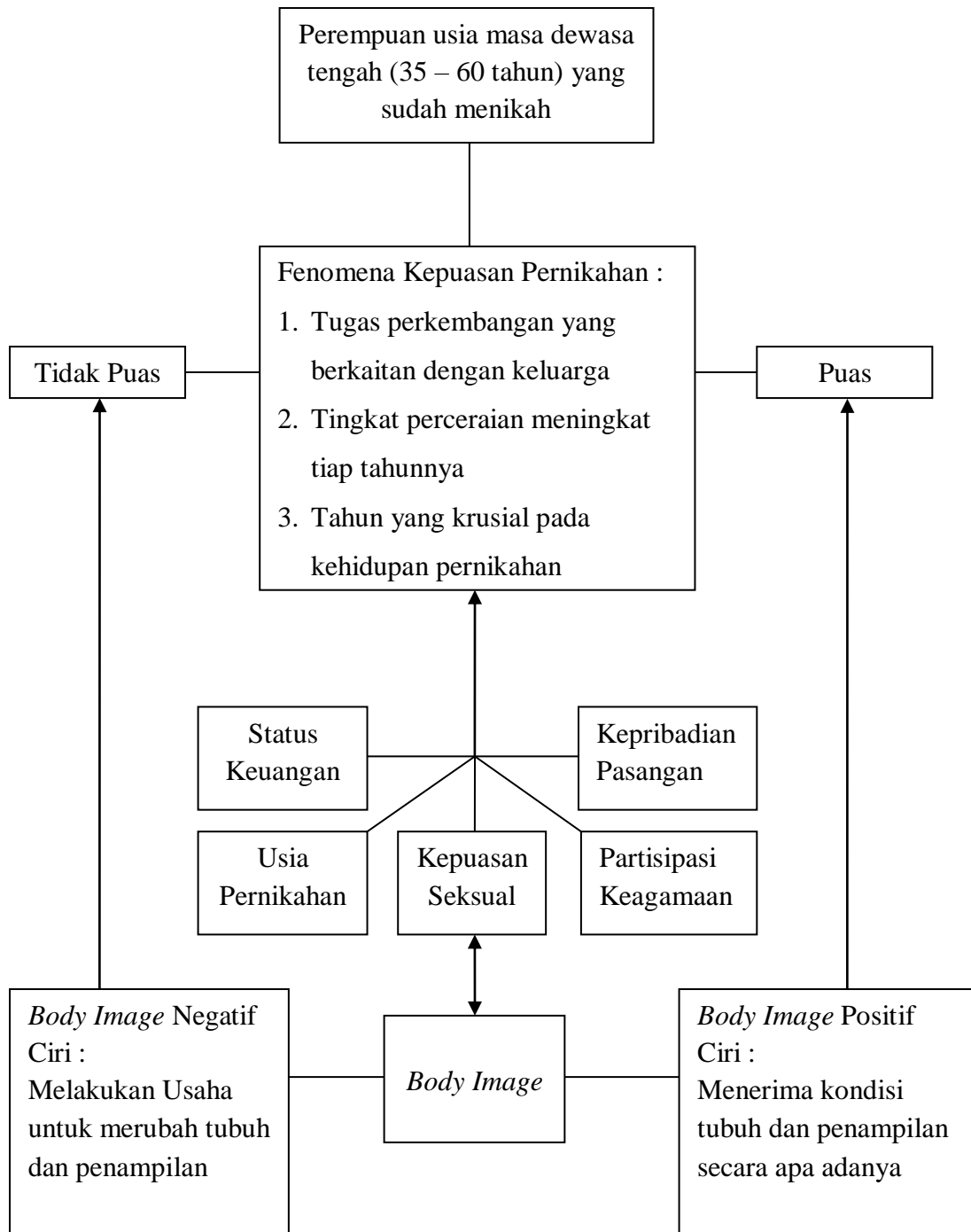
image dan *feeling of attractiveness* adalah hal yang penting pada kepuasan seksual perempuan pada masa itu dan juga body image yang positif serta kepercayaan diri yang tinggi adalah kunci untuk membantu perempuan untuk mempertahankan kepuasan seksualnya pada saat mulai mengalami penuaan.

Kehidupan seksual seseorang di dalam pernikahan adalah satu dari beberapa faktor yang bisa mempengaruhi tingkat kepuasan hubungan pernikahan seseorang. Menurut Baron dan Byrne (2005:34) seks dalam pernikahan dapat mempengaruhi tingkat kepuasan seseorang karena intensitas seseorang dalam melakukan hubungan seksual dengan pasangannya akan menurun dalam empat tahun pertama pernikahan mereka, karena rendahnya intensitas seseorang melakukan interaksi seksual dengan pasangannya inilah yang menjadikan seseorang memiliki tingkat kepuasan yang rendah. Selain itu dalam artikel yang ditulis oleh Srisusanti dan Zulaika (2013:9-11) salah satu faktor tertinggi yang mempengaruhi tingkat kepuasan seseorang dalam hubungan pernikahannya adalah kehidupan seksualnya dalam pernikahan, kepuasan seksual antara suami-istri sebagai pasangan terkadang mengalami masalah bahkan bisa berujung pada perceraian, hal ini bisa terjadi karena pasangan tersebut mengalami masalah seksual atau tidak berhasil mempunyai anak. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dikemukakan oleh Wallin dan Clark (2014:309) bahwa tingkat kepuasan yang relatif tinggi memiliki pengaruh yang positif terhadap kepuasan pernikahan seseorang. Hasil dari artikel yang ditulis oleh Niswati (2011:12) pun mengatakan bahwa kepuasan seks berpengaruh pada keharmonisan hubungan pernikahan, apabila puas maka hubungan suami istri akan membaik.

Seperti yang sudah dijelaskan bahwa secara tidak langsung *body image* memiliki hubungan yang positif dengan kepuasan pernikahan. Hal ini dikarenakan *body image* seseorang mempengaruhi tingkat kepuasan seksual yang dialaminya dan juga salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan seseorang adalah kepuasan seksual yang dialaminya di dalam hubungan pernikahannya. Oleh karena itulah antara *body image* dengan kepuasan pernikahan memiliki hubungan yang positif.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, semakin positif seseorang terhadap *body imagenya* maka semakin tinggi kepuasannya pada hubungan pernikahan yang dijalannya, apabila seseorang memiliki *body image* yang negatif maka tingkat kepuasannya terhadap hubungan pernikahannya akan rendah.

2.5. Kerangka Berpikir



Bagan 2.2 Kerangka Berpikir

2.6. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “ada hubungan yang positif antara *body image* dengan kepuasan pernikahan. Artinya apabila individu memiliki *body image* yang positif maka semakin tinggi tingkat kepuasannya pada hubungan pernikahannya, dan sebaliknya apabila individu memiliki *body image* yang negatif maka semakin rendah tingkat kepuasannya pada hubungan pernikahannya.

BAB 5

PENUTUP

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, maka diperoleh simpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui sebagian besar kepuasan pernikahan pada perempuan usia masa dewasa tengah tergolong dalam kategori tinggi.
2. Pada penelitian ini sebagian besar *body image* pada perempuan usia masa dewasa tengah tergolong dalam kategori positif.
3. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan antara *body image* dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia masa dewasa tengah yang diajukan oleh peneliti dapat diterima..

5.2. Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penemuan penelitian maka peneliti memberikan saran untuk beberapa pihak sebagai berikut :

1. Bagi subjek penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, aspek yang memiliki pengaruh paling besar pada kepuasan pernikahan adalah komunikasi. Oleh karena hal itu diharapkan para perempuan usia dewasa tengah menjalin komunikasi yang baik dengan pasangan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan tema yang sama maka penulis menyarankan :

- a. Menambahkan variabel lain agar hasil yang didapat lebih bervariasi dan beragam sehingga kesimpulan yang diperoleh lebih komprehensif.
- b. Lebih teliti dalam pembuatan item-item permasing-masing indikator, subindikator dan memiliki target jumlah item per indikator agar semua indikator yang baik *favourable* dan *unfavourable* dapat terwakili.
- c. Memperluas populasi subjek di tempat lain dengan karakteristik yang berbeda, misalnya perempuan pada usia dewasa awal.

DAFTAR PUSTAKA

- Annastasia, Meliana (2006). *Menjelajah Tubuh : Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta : LKIS.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2001). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas (Edisi 4)*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 2)*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). *Encyclopedia of Social Psychology First Edition*. USA: SAGE.
- Berk, L. E. (2012). *Development Through The Lifespan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cash, T. F. & Pruzinsky, Thomas. (2002). *Body Image : A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: THE GUILDFORD PRESS.
- Cash, T. F. & Smolak, Linda. (2011). *Body Image : a Handbook of science, practice, and prevention*. New York: THE GUILDFORD PRESS.
- Cash, T. F. (2012). *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. New York: THE GUILDFORD PRESS.
- Cuyler, E., & Ackhart, M. (2008). *Psychology of Relationships*. New York: Nova Science Publishers.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1989). Enrich Marital Inventory : A Discriminant Validity and Cross-validation Assessment. *Journal of Marital and Family Therapy*, 65-79.
- Grogan, S. (1998). *Body Image : Understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. London: Routledge.
- Grogan, S. (2008). *Body Image : Understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. USA: Psychology PRESS.

- Gunawan, R., & Anwar, A. (2012). Kecemasan Body Image Pada Perempuan Dewasa Tengah Yang Melakukan Bedah Plastik Estetik. *Psikologi*, 58 - 68.
- Holt, A., & Lyness, K. P. (2007). Body Image and Sexual Satisfaction : Implications for Couple Therapy. *Journal of couple & Relationship Therapy*, 45-68.
- Kumoro, T. (2019, Januari 24). *Tribun Jateng*. Retrieved from Tribun Jateng News: <https://www.jawapos.com/jpg-today/24/01/2019/angka-perceraian-di-semarang-tinggi-dipicu-medsos-hingga-game-online>
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, & T. (2013). Newlyweds' Optimistic Forecasts of Their Marriage : For Better or For Worse. *Journal of Family Psychology*, 1 - 10.
- Longe, Jacqueline L. (2007). *The Gale Encyclopedia of Diets*. USA : The Gale Group.
- Mahmud, A. (2011, Agustus 19). *Belajar Hukum*. Retrieved from Blogspot.co.id: <http://belajar-hukum-blog.blogspot.com/2011/08/arti-perkawinan-menurut-uu-no1-tahun.html>
- Markey, C. N., Markey, P. M., & Birch, L. L. (2004). Understanding Women's Body Dissatisfaction : The role of husband. *Sex Roles*, 209-215.
- Meltzer, A. L., & McNulty, J. L. (2010). Body Image and Marital Satisfaction ; Evidence for the mediating role of sexual frequency and sexual satisfaction. *Family Psychology*, 156-164.
- Munck, V. C. (1998). *Romantic Love and Sexual Behavior : Perspective from the social science*. London: PRAEGER.
- Ngantung, D. (2018, Oktober 03). *Wolipop Lifestyle*. Retrieved from wolipop.detik.com: <https://wolipop.detik.com/makeup-and-skincare/d-4240445/seperti-ratna-sarumpaet-ini-operasi-plastik-favorit-orang-indonesia>
- Olson, D. H., & Defrain, J. (2003). *Marriage and Families*. US: Mc Graw Hill.
- Paap, C. E., & Gardner, R. M. (2011). Body image disturbance and relationship satisfaction among college students. *Personality and individual differences*, 715-739.

- Pamungkas, R. T. (2019, Januari 18). *Tribun Jateng*. Retrieved from Tribun Jateng News: <http://jateng.tribunnews.com/2019/01/18/angka-kasus-perceraian-di-kota-semarang-meningkat-gugatancerai-didominasi-wanita>
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan) Edisi KESEMBILAN Bagian V s/d IX*. Jakarta: Kencana.
- Pinsof, W. M., & Lebow, J. L. (2005). *Family Psychology : The Art of The Science*. USA: Oxford University PRESS.
- Reis, H. T., & Sprecher, S. K. (2009). *encyclopedia of human relationship* . USA: SAGE.
- Ruseffendi, E. T. (2005). *Dasar-dasar Penelitian Pendidikan dan Non Eksata Lainnya*. Bandung : Tarsito.
- Sejourne, N., Got, F., Solans, c., & raynal, P. (2018). Body image, satisfaction with sexual llife, self-esteem, and anxiodepressive symptoms : a comparative study between premenopausal, perimenopausal, and postmenopausal women. *Journal of women & aging*, 1-12.
- Srisusanti, S., & Zulkaida, f. (2013). Studi Deskriptif Mengenai Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Perkawinan Pada Istri. *UG Jurnal*, 8-12.
- Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social Comparison dan Body DIssatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. *Humanitas*, 158 - 168.
- Strong, B., DeVault, C., & Cohen, T. F. (2008). *The Marriage and Family Experience : Intimate relationships in a changing society*. Australia: Thomson Wadsworth.
- Sugiono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Thaeras, F. (2014, November 09). *Wolipop Lifestyle*. Retrieved from wolipop.detik.com: <https://wolipop.detik.com/makeup-and-skincare/d-2743076/wanita-lebih-utamakan-wajah-awet-muda-ketimbang-tubuh-seksi-di-usia-tua>
- Thomas, H. N., Hamm, M., Borrero, S., Hess, R., & Thurston, R. (2018). Body mage, attractiveness, and sexual satisfaction among midlife women. *journal of women healths*, 1-7.

Vonderen, K. E., & Kinnally, W. (2012). Media Effects on Body Image : Examining Media Exposure in the Broader Context of Internal and Other Social Factors. *American Communication Journal*, 41 - 57.