

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Pernikahan adalah suatu hubungan yang terdapat diantara laki-laki dan perempuan, hubungan ini diakui secara sosial berkaitan dalam hal pengasuhan anak dan kesediaan dalam berhubungan seksual juga memiliki pembagian hubungan kerja yang jelas, hal ini dikemukakan oleh Duval dan Miller (dalam Valentina, 2021). Adyshaphira, Bisri, dan Priyambodo (2022) berpendapat bahwasanya pernikahan adalah kegiatan merayakan hubungan suatu pasangan dalam memantapkan suatu komitmen, dan pernyataan cinta yang dilakukan secara sah dalam agama maupun negara. Menandakan pengertian dari pernikahan adalah suatu hal sakral dalam kehidupan individu untuk sama-sama berkomitmen antara satu sama lain dalam satu status dan peran yaitu menjadi suami-istri. Umumnya pada sebuah ikatan pernikahan, setiap pasangan suami-istri tentunya akan memiliki perbedaan dalam segi karakter, latar belakang keluarga, masalah yang pernah dihadapi dan cara berpikir yang digunakan untuk menyelesaikan masalah secara bersama.

Adyshaphira, dkk (2022) memiliki pandangan bahwa kepuasan dan kebahagiaan menjadi salah satu tujuan dilakukannya pernikahan. Berbicara mengenai pernikahan, kepuasan pernikahan memang masih menjadi salah satu variabel penelitian yang diminati untuk diteliti baik di Indonesia maupun di luar Indonesia. Sesuai dengan pendapat Hammett, Lavner, Karney dan Bradbury (2021) yang menyatakan variabel kepuasan pernikahan serta faktor-faktor mengenainya selalu menjadi kajian penelitian menarik di bidang psikologi dan ilmu sosial. Afshar dan Masoumi (2022) berpendapat bahwa kepuasan dalam pernikahan pada umumnya merupakan suatu proses yang terjadi selama

kehidupan pasangan suami-istri, yang dalam prosesnya membutuhkan adaptasi/penyesuaian terhadap selera masing-masing, kesadaran terhadap ciri-ciri kepribadian, pembuatan mengenai aturan perilaku, dan pembentukan pola komunikasi konstruktif antara suami dan istri dalam menyelesaikan suatu masalah.

Duvall dan Miller (dalam Soraiya, Khairani, Rachmatan, Sari & Sulistyani, 2016) berpendapat bahwa kepuasan pernikahan yakni perasaan subjektif seseorang yang kemudian terbagi menjadi perasaan suami dan perasaan istri; bagi suami syarat terpenuhinya kepuasan pernikahan yaitu adanya rasa setia, perjanjian dan dihargai, sedangkan bagi istri yakni dengan terpenuhinya perasaan aman secara emosional, terciptanya kedekatan dengan pasangan dan komunikasi. Kepuasan pernikahan dianggap oleh beberapa peneliti sebagai reaksi emosional yang diakibatkan dari evaluasi mental pasangan tersebut atas dimensi positif dan negatif dari berjalannya hubungan pernikahan mereka (Fye, Chasek, Mims, Sandman & Hinrichsen, 2020). Sedangkan Nadolu, Runcan, dan Bahnaru (2020) berpendapat sebagian lainnya menganggap kepuasan pernikahan merupakan penyesuaian status pernikahan terhadap harapan pada pasangannya.

Hughes (2016) berpendapat bahwa kepuasan pernikahan merupakan perasaan subjektif dari kebahagiaan, kepuasan, dan pengalaman menyenangkan yang dialami oleh setiap pasangan suami-istri dengan mempertimbangkan semua aspek pernikahan. Meliani, Sunarti, dan Krisnatuti (dalam Hemalzi & Indriyawati, 2019) berpendapat bahwa secara umum kebahagiaan maupun keberfungsian pemenuhan pernikahan seseorang direfleksikan dari kepuasan pernikahannya. Berdasarkan hal-hal tersebut, kepuasan pernikahan berarti suatu gambaran kondisi kebahagiaan atas segala pemenuhan yang diharapkan oleh pasangan suami-istri dalam menjalani kehidupan pernikahannya.

Menurut Animasahun dan Oladeni (2016) kepuasan pernikahan ditentukan dari tingkatan kebutuhan yang terpenuhi, pengharapan, serta keinginan orang lain yang bersangkutan. Santrock (dalam Adyshaphira, dkk, 2022) memberikan penjelasan bahwa kepuasan tertinggi dalam pernikahan yang dialami pasangan memiliki hubungan dengan tingkat keterbukaan diri

yang tinggi, kemampuan pengekspresian cinta pada pasangan, dan pemberian dukungan kepada pasangannya. Hubungan dan komunikasi yang baik dalam berumah tangga tentunya menjadi salah satu pendukung kepuasan pernikahan.

Kepuasan dalam pernikahan dapat menurun apabila terdapat perilaku seperti mengasingkan pasangan, sering berdebat dan berbantahan, terlalu banyak mengkritik satu sama lain, dan melakukan penolakan secara afektif (Hemalzi & Indryawati, 2019). Hurlock (dalam Priscillia, Sulis & Safitri, 2019) menyatakan puncak tertinggi dari ketidakpuasan pernikahan adalah perceraian yang terjadi ketika suami dan istri sudah tidak mampu untuk saling memuaskan, melayani, dan mencari penyelesaian masalah yang tepat untuk kedua belah pihak. Fowers (1998) dan Kurdek (2005) turut menyatakan hal yang sama bahwa akibat dari perasaan yang tidak puas pada perkawinan adalah dengan perceraian.

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 kasus perceraian di Bogor mencapai 8.038, di Bekasi mencapai 7.318, dan di Kota Depok mencapai 3.883 kasus perceraian. Dan berdasarkan artikel Kompas.com (2022) Jawa Barat menjadi urutan pertama dengan kasus perceraian terbanyak di Indonesia pada tahun 2021 dengan jumlah kasus 98.088 cerai talak dan cerai gugat, DKI Jakarta menjadi urutan kelima dengan total 16.017 cerai gugat dan cerai talak. Untuk DKI Jakarta sendiri, Jakarta Timur menjadi urutan pertama kasus perceraian tertinggi dibanding kelima kota lainnya berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS). Dilansir dari Republika.com (2022) angka perceraian di Tangerang mengalami peningkatan 14% dari tahun 2020 dengan total 3.041 perkara menuju 2021 menjadi 3.545 perkara. Faktor penyebab dari kasus-kasus perceraian yang terjadi lebih banyak karena perselingkuhan dan pertengkaran terus-menerus dan faktor ekonomi. Kasus perceraian yang terjadi di Jabodetabek menandakan masih banyaknya individu yang tidak puas akan pernikahannya.

Faktor penyebab terjadinya perceraian bisa bermacam-macam, namun yang paling umum adalah perselingkuhan, masalah keuangan, dan perbedaan pendapat dalam mengambil keputusan besar dalam kehidupan rumah tangga. Herawati dan Widiatoro (2019) dalam hasil penelitiannya mengungkapkan

yakni memasuki 10 tahun usia pernikahan akan mengalami penurunan dalam kepuasan pernikahannya. Kepuasan pernikahan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya dari kepuasan seksualnya.

Menurut artikel penelitian yang dikemukakan oleh dan Afni dan Indrijati (2011) yang melakukan penelitian pendahuluan atau *preliminary test* pada tiga subjek menjelaskan bahwa dua dari tiga subjek yang bersedia merasa tidak puas dalam pernikahannya karena aspek material, seksual, dan psikologis dalam rumah tangga tidak terpenuhi dengan benar. Srisusanti & Zulkaida (2013) mengemukakan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi kepuasan pernikahan seseorang adalah kehidupan seksual dari pasangan itu sendiri. Meltzer dan McNulty (2010) mengatakan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi kepuasan seksual dari pasangan menikah adalah pandangan individu terhadap tubuhnya sendiri. Apabila tidak puas akan bentuk tubuhnya maka kepuasan seksual pun kurang terpenuhi.

Hurlock (1980) menyatakan bahwa individu yang telah menyelesaikan pertumbuhan dan siap menerima tatanan masyarakat disebut sebagai orang dewasa. Hurlock juga menyebutkan masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun dan berakhir kira-kira umur 40 tahun dengan pengharapan individu di masa dewasa awal dapat memainkan peran baru seperti suami/istri, orang tua, pencari nafkah, dan mengembangkan sikap, keinginan, serta nilai-nilai yang baru. Wanita yang memasuki usia dewasa awal memiliki salah satu tugas perkembangan yakni mencari pasangan hidup (Havighurst, dalam Sunartio, Sukanti & Dianovinina, 2012). Rosalinda dan Fricilla (2015) turut berpendapat tahapan untuk menentukan pasangan hidup atau menentukan calon pasangan hidup adalah hal terpenting bagi wanita, namun tahapan ini seringkali akan terasa sulit saat dialami oleh wanita dengan kelebihan berat badan.

Fisik merupakan suatu anugerah yang bisa dilihat secara kasat mata yaitu dengan bentuk tubuh yang berbeda-beda. Penampilan fisik yang menarik akan diperhatikan pertama kali saat seseorang berinteraksi dengan orang lain, hal ini dikemukakan oleh Sumanty, Sudirman, dan Puspasari (2018). Adanya pengharapan dalam peranan menjadi istri, wanita tentu ingin berpenampilan menarik agar dapat menjalin suatu hubungan bersama lawan jenis. Laki-laki

dan wanita dihadapkan pada pandangan masyarakat tentang pentingnya untuk menjaga *body ideal*. Mendelson, Mendelson, dan White (2001) berpendapat bahwa wanita lebih memiliki kepuasan tubuh yang rendah dibanding laki-laki.

Moore dan Franko (dalam Afzalia, Sari, Sari & Viridanda, 2020) memberikan pernyataan bahwa kekhawatiran mengenai citra tubuh dialami oleh sebagian wanita di kalangan usia. Penelitian yang dilakukan Rosalinda dan Fricilla (2015) yang melibatkan 108 wanita dengan rentang usia 18-40 tahun di Jakarta mendapatkan hasil sebanyak 53,7% responden memiliki tingkat kepuasan yang rendah terhadap citra tubuhnya. Kekhawatiran terhadap citra tubuh tentunya lebih banyak dialami wanita dibanding laki-laki karena wanita akan mengalami perubahan bentuk tubuh yang lebih terlihat jelas (Putri & Indryawati, 2019). Standar kecantikan di Indonesia sendiri masih menampakkan bahwa wanita cantik adalah yang berbadan langsing. Terbukti dengan banyaknya iklan-iklan produk kecantikan dan banyak produk lain yang menampilkan wanita berbadan langsing. Hal ini didukung pada penelitian Fouts dan Burrgraff (dalam Putri & Indryawati, 2019) yang menyatakan bahwa peranan penting standar kecantikan terjadi lewat media seperti televisi, majalah, koran, dan media lain.

Dengan adanya standar kecantikan ini, berkenaan menimbulkan perbandingan bentuk tubuh sendiri dengan bentuk tubuh ideal di mata masyarakat yang dapat mengakibatkan ketidakpuasan bentuk tubuh atau biasa dikenal dengan *body dissatisfaction*. *National Eating Disorders Association* (dalam Sunartio, Sukamti & Dianovinina, 2012) menyatakan penyimpangan persepsi pada bentuk tubuh sendiri dengan meyakini bentuk tubuh orang lain lebih menarik, merasa tubuhnya sebagai penyebab ketidakberhasilan personal yang berimbas dengan terciptanya rasa malu, cemas, tidak nyaman dan merasa aneh dengan tubuh sendiri termasuk ke dalam *body dissatisfaction*.

Menurut Tiggemann dan Lynch (2001) wanita dengan rentang usia 20-30 tahun lebih merasa bahwa dirinya harus menyesuaikan bentuk tubuhnya dengan pandangan ideal yang berada di masyarakat, sehingga pada usia ini banyak wanita yang membandingkan dirinya dengan bentuk tubuh ideal di masyarakat. Tylka dan Sabik (2010) turut menyampaikan selain pengaruh dari

media, *body dissatisfaction* ini terjadi berkat adanya tekanan dari orang-orang terdekat yang memaksa menjadi kurus. Sama halnya yang terjadi di lingkup keluarga maupun lingkungan sekitar yang terus-menerus membandingkan individu yang satu dengan individu lainnya sehingga wanita banyak yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya sendiri (Gunawan, dalam Sunartio, dkk, 2012).

Grogan (dalam Pratiwi & Sawitri, 2020) menjelaskan 3 aktivitas yang mengindikasikan individu memiliki rasa ketidakpuasan pada tubuh yaitu dengan diet, aktivitas fisik, dan operasi plastik. Sumanty, dkk (2018) juga berpendapat individu yang memiliki rasa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya akan menutupi kekurangan tersebut melalui program diet, berolah raga, pergi ke salon, menggunakan riasan wajah, dan memilih pakaian yang sesuai agar terlihat menarik. Sesuai dengan hasil penelitian Suseno dan Dewi (2014) yang melibatkan 37 wanita dewasa awal di Semarang sebanyak 54% responden memiliki kekhawatiran yang sedang akan bentuk tubuhnya dan 56,8% responden memiliki intensi perawatan tubuh yang tinggi. Pada penelitian Afzalia (2020) yang dilakukan di Aceh didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan pandangan tubuh antara wanita berusia 25-30 tahun yang sudah menikah dan memiliki anak dengan yang sudah menikah dan belum memiliki anak dengan total 27,7 % dari 60 responden memiliki pandangan negatif akan tubuhnya. Hal ini dikarenakan pada budaya Aceh yang ketat akan syariat Islam dan penggunaan pakaian tertutup dapat menutupi bagian tubuh yang tidak disukai sehingga responden merasa lebih puas akan penampilannya.

Dilansir dari *yoursay.com* salah satu *influencer* di Indonesia yaitu Shindy Samuel setelah melahirkan anak pertamanya merasa tidak bisa mengontrol nafsu makan hingga dirinya menjadi obesitas. Hal tersebut membuatnya tidak percaya diri akan bentuk tubuhnya, namun suaminya tidak mempermasalahkannya mengenai bentuk badannya yang besar, suaminya selalu mendukung dengan mengingatkan berdiet untuk kesehatan dirinya. Rasa tidak percaya dirinya ini tetap memantapkan niat Shindy untuk melakukan operasi bariatik untuk mengontrol nafsu makannya yang akan berpengaruh pada bentuk tubuhnya, walaupun begitu pernikahannya tetap terlihat harmonis dan bahagia. Hal ini

juga terjadi pada selebriti Audy Item, yang pernah mencurahkan isi hatinya di laman media sosial pribadi dengan mengatakan bahwa ia pernah *insecure* akan tubuhnya yang berisi setelah melahirkan. Perubahan bentuk tubuhnya pernah dikomentari oleh beberapa orang yang tidak dikenal, namun pernikahannya tetap terlihat bahagia dan ia mendapatkan dukungan dari suami dan orang – orang terdekatnya agar lebih percaya diri akan tubuhnya, hingga akhirnya kepercayaan dirinya kembali terutama karena adanya dukungan penuh dari suami. Dari kedua kasus ini, wanita dewasa awal yang sudah menikah dan tidak puas akan tubuhnya tetap bisa percaya diri dan bahagia dalam pernikahan jika mendapat dukungan dari orang – orang terdekat terutama suaminya.

Selain kasus mengenai Shindy dan Audy, peneliti juga mewawancarai 3 wanita dewasa awal yang sudah menikah dan ditemukan hasil narasumber W (dengan usia pernikahan 8 tahun) merasa tidakpuas akan tubuhnya karena pernah dicemooh gemuk oleh suaminya, suaminya pernah berselingkuh dengan wanita lain yang tubuhnya lebih langsing dan terlihat bagus, narasumber pun jarang berhubungan seksual dengan suami dan hampir bercerai. Narasumber AD (usia pernikahan 5 tahun) tidakpuas akan tubuhnya, merasa pinggul dan pantatnya terlalu besar, suaminya mengatakan tidak mempermasalahkan hal tersebut, tetapi narasumber AD tetap diselingkuhi, membuat narasumber menjadi tidak percaya diri akan tubuh dan wajahnya, perselingkuhan menimbulkan pertengkaran selama pernikahan, narasumber sempat ada keinginan untuk bercerai karena diselingkuhi beberapa kali, sering menolak melakukan hubungan seksual. Dan Narasumber T (usia pernikahan 3 tahun) yang tidakpuas akan tubuhnya, seringkali menimbang berat badannya, sebenarnya suami tidak mempermasalahkan tetapi ada rasa tidak percaya diri sehingga tidak terbuka dengan suami dan komunikasi jadi kurang, beberapa kali menolak berhubungan seksual karena kurang minat dan kepikiran akan bentuk tubuhnya. Dari hasil wawancara ini, maka dapat dilihat juga beberapa wanita memiliki permasalahan pada pernikahannya dan ada yang berkaitan dengan kepercayaan diri dalam hal seksual.

Sesuai dengan Træen, Markovic, dan Kvaalem (2016) yang berpendapat wanita dewasa awal yang merasa tidak puas akan tubuhnya memiliki rasa

kepuasan yang rendah dalam hubungan seksual di pernikahannya. Fredrickson dan Roberts (dalam Træen, Markovic, & Kvaalem, 2016) menyatakan bahwa individu yang berfokus akan kekurangan pada tubuhnya dapat membuat dirinya tidak berkonsentrasi pada kenikmatan seksualnya sendiri sehingga mengganggu selama hubungan seksual, dan menurut Meana dan Nunnink (dalam Træen dkk, 2016) hal tersebut lebih berefek pada wanita yang menyebabkan terhambatnya gairah dan kesenangan seksual.

Jika dilihat berdasarkan fenomena yang terjadi, wanita dewasa awal yang sudah menikah dan merasa tidak puas akan tubuhnya memiliki beberapa permasalahan pada pernikahannya seperti mengalami perselingkuhan ataupun pertengkaran dengan pasangan, namun terdapat beberapa individu yang juga mendapat dukungan dari pasangannya sehingga terlihat lebih bahagia dalam pernikahan, tidak hanya itu rasa tidak puas akan tubuh membuat individu tidak percaya diri. Adanya dua hal yang berbeda mengenai kepuasan pernikahan pada wanita yang merasa tidak puas akan tubuhnya menjadikan suatu hal yang menarik untuk diteliti. Berdasarkan penelitian Pratiwi dan Sawitri (2020) berjudul "Hubungan antara Ketidakpuasan pada Tubuh dengan Harga Diri pada Wanita Dewasa Awal Anggota Pusat Kebugaran Moethya" menghasilkan hubungan negatif antara ketidakpuasan tubuh dengan harga diri yang berarti semakin tinggi ketidakpuasan tubuh maka semakin rendah harga dirinya dan sebaliknya. Rasa harga diri yang rendah tentunya dapat membuat wanita tidak terbuka terhadap pasangannya dan secara tidak langsung akan berpengaruh pada aspek komunikasi dalam kepuasan pernikahan.

Dari data-data yang tertera di atas menampakkan penelitian dengan variabel *body dissatisfaction* dan kepuasan pernikahan memang masih banyak digunakan dengan mengaitkan salah satunya pada variabel lain seperti variabel kepuasan yang dikaitkan dengan citra tubuh dan *body dissatisfaction* yang dikaitkan dengan harga diri. Berlandaskan atas saran peneliti sebelumnya berpendapat agar dilakukan penelitian mengenai kedua variabel tersebut dengan mengaitkan variabel lain maupun dengan populasi yang berbeda, peneliti memutuskan akan melakukan penelitian terkait keduanya dikarenakan

penelitian mengenai *body dissatisfaction* terhadap kepuasan pernikahan tercatat belum banyak dilakukan terutama pada wanita dewasa awal yang berdomisili di Jabodetabek. Oleh karena itu, peneliti sudah menentukan akan melakukan sebuah penelitian berjudul “Pengaruh *Body Dissatisfaction* terhadap Kepuasan Pernikahan pada Wanita Dewasa Awal di Jabodetabek”.

### **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan fenomena, data-data, dan penjelasan yang tercantum pada latar belakang di atas maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah penelitian yakni:

1. Bagaimana tingkat kepuasan pernikahan pada wanita dewasa awal di Jabodetabek?
2. Bagaimana tingkat *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Jabodetabek?
3. Apakah terdapat pengaruh *body dissatisfaction* terhadap kepuasan pernikahan pada wanita dewasa awal di Jabodetabek?

### **1.3. Pembatasan Masalah**

Agar penelitian ini berpotensi tercipta secara efektif, berkompeten, dan sesuai dengan latar belakang maupun identifikasi masalah diatas, maka peneliti memutuskan untuk membatasi masalah penelitian pada pengaruh *body dissatisfaction* terhadap kepuasan pernikahan pada wanita dewasa awal di Jabodetabek.

### **1.4. Rumusan Masalah**

Berlandaskan pada latar belakang yang sudah terurai bersama dengan identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

“Apakah terdapat pengaruh *body dissatisfaction* terhadap kepuasan pernikahan pada wanita dewasa awal di Jabodetabek?”

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Pada penelitian yang dilakukan ini, peneliti mengharapkan satu tujuan yaitu untuk mengetahui pengaruh *body dissatisfaction* terhadap kepuasan pernikahan wanita dewasa awal di Jabodetabek.

### **1.6. Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

Dengan dilakukannya penelitian ini maka diharapkan dapat menambah pengetahuan maupun informasi baru terkait dengan ilmu psikologis yang berhubungan dengan *body dissatisfaction* maupun kepuasan pernikahan di kalangan dewasa awal terutama di daerah Jabodetabek.

#### **1.6.2. Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai media informasi untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai *body dissatisfaction* maupun kepuasan pernikahan dengan populasi yang berbeda dan memberi informasi-informasi seputar kedua variabel tersebut untuk kalangan dewasa awal terutama yang berdomisili di Jabodetabek agar lebih mengenal juga memahami fenomena mengenai *body dissatisfaction* serta aspek atas kepuasan pernikahan.