

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Kehamilan adalah salah satu tugas perkembangan yang didambakan oleh sebagian besar wanita yang telah memasuki kehidupan rumah tangga. Namun demikian, tidak dapat dipungkiri bahwa proses untuk menjadi seorang ibu adalah peristiwa yang mendebarkan dan penuh tantangan. Jumlah ibu hamil di Indonesia sendiri saat ini sudah mencapai 5.291.143 orang (Kemenkes RI, 2018). Kehamilan memang membawa kebahagiaan tersendiri bagi pasangan suami-istri, tetapi pada waktu yang sama membawa banyak perubahan dalam kehidupan seorang wanita. Hal ini senada dengan pernyataan Kartono (1995) yang menyebutkan bahwa masa kehamilan merupakan masa dengan berbagai perubahan dalam diri seorang wanita, karena kehamilan akan mengubah hampir semua sistem tubuh seorang wanita. Wanita yang baru pertama kali mengalami kehamilan dikenal sebagai *Primigravida* (Sudaryanto, 2010).

Wanita yang sedang hamil, sering mengalami kecemasan. Pada tahun 2012 di Indonesia terdapat ibu *primigravida* yang mengalami kecemasan tingkat berat sebesar 83,4% dan kecemasan tingkat sedang sebesar 16,6% sedangkan, pada ibu *multigravida* (ibu yang sudah melahirkan lebih dari 1 kali) didapatkan kecemasan tingkat berat sebesar 7%, kecemasan tingkat sedang sebesar 71,5%, dan cemas ringan sebesar 21,5% (WHO, 2014). Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa ibu *primigravida* mengalami kecemasan berat lebih tinggi dari ibu

*multigravida*. Hal ini dikarenakan ibu *primigravida* biasanya mengalami persepsi yang berlebihan tentang kehamilan, sehingga rentan terhadap kecemasan, rasa takut dan stress. Kecemasan yang terjadi pada ibu *primigravida* adalah sesuatu yang wajar. Kaplan dan Sadock (1998) menyatakan bahwa kecemasan dapat terjadi karena pengalaman baru, seperti kehamilan, kelahiran anak, dan persalinan. Pendapat lainnya oleh Lanzelius (dalam Sari, 2009) menyebutkan bahwa kecemasan dapat terjadi karena ibu mengalami fase peralihan dari yang sebelumnya belum menikah, kemudian menikah dan mengalami kehamilan.

Pada saat mengalami kehamilan seorang wanita dituntut untuk mengembangkan kemampuan kognitif yang terkait dengan perkembangan identitas keibuan. Sedangkan, menurut Combes dan Schonveld (dalam Henderson & Jones, 2006) menyatakan bahwa selain cemas tentang bagaimana mereka akan mengatasi nyeri proses melahirkan, ibu hamil juga mencemaskan tentang bentuk tubuh mereka, terutama apakah mereka akan kembali ke bentuk tubuh mereka semula setelah melahirkan. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian Fox dan Yamaguchi (dalam Ridwan, 2016) bahwa terhadap 76 wanita yang sedang hamil 30 minggu memberikan jawaban mengenai perasaan terhadap penampilan dan bentuk tubuh mereka. Hasilnya 67% dari sampel yang sebelum hamil memiliki berat badan normal menyatakan adanya perubahan negatif terhadap bentuk tubuh mereka. Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu *primigravida* salah satunya adalah bentuk tubuh atau penampilan fisik.

Selama proses kehamilan, ibu *primigravida* akan mengalami perubahan fisik meliputi payudara yang mengencang, sering buang air kecil, dan merasa lelah. Selain itu, pada masa kehamilan umumnya wanita akan mengalami kenaikan berat badan sekitar 6,5-16,5 kilogram dan pembesaran pada bagian perut atau abdomen. (Alexander dan Carlson, dalam Sari & Siregar, 2012). Perubahan fisik selama kehamilan berkaitan dengan perubahan *body image* pada perempuan (Newman & Newman, 2006).

Menurut Grogan (1999) *body image* adalah penilaian dalam penampilan fisik yang mencakup cara seseorang melihat, merasakan, dan mempersepsikan keadaan fisiknya sendiri. Sedangkan, menurut Schilder (dalam Bell & Rushforth, 2008) *body image* atau citra tubuh adalah gambaran mengenai tubuh seseorang yang dibentuk dalam pikiran orang tersebut, atau dengan kata lain, cara seseorang melihat tubuhnya sendiri. Pendapat lainnya, menyatakan *body image* adalah persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan dan tindakan seseorang tentang penampilan misalnya ukuran dan bentuk tubuhnya, serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari anggota tubuhnya (Cash, 2008).

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *body image* adalah cara seseorang mempersepsikan bentuk tubuh dan penampilannya. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* diantaranya dukungan keluarga, jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan dan tingkat pengetahuan (Azwar, 2012). Selain itu, *body image* sendiri dibedakan menjadi dua konsep yaitu positif dan negatif. Belgrave dan Faye (2009) menyebutkan citra tubuh positif dimiliki oleh individu

yang merasa puas pada penampilan fisiknya (*body satisfaction*), sedangkan citra tubuh negatif dimiliki oleh individu yang merasa tidak puas pada penampilan fisiknya (*body dissatisfaction*).Kepuasan dan ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya atau *body image* sering dikaitkan dengan rasa kepercayaan diri (*self-esteem*).

Individu yang mengalami ketidakpuasan *body image*, cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah atau negatif. Hal ini senada dengan pernyataan Cash dan Grant (dalam Thompson dan Smolak, 2001) yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki citra tubuh negatif cenderung akan memiliki harga diri yang rendah, kecemasan, menarik diri dari lingkungan sosial, dapat menyebabkan depresi bahkan mengalami disfungsi seksual. Sedangkan, individu yang merasa puas terhadap tubuh dan penampilannya, cenderung memiliki *self-esteem* yang tinggi atau positif. Individu dengan *self-esteem* positif akan mampu untuk bersikap asertif, terbuka, memiliki kepercayaan diri dan resiliensi (Michener dan DeLamater, 1999).

Pada ibu *primigravida* yang memiliki *body image* negatif, besar kemungkinan akan menjalani program diet yang berdampak pada berkurangnya asupan nutrisi dan kalori (Erbil, Senkul & Basara, 2012). Kekurangan asupan nutrisi pada ibu *primigravida* akan berdampak pada perkembangan janin.

Selain dipengaruhi oleh *body image*, *self-esteem* juga dipengaruhi oleh dukungan sosial keluarga. Hubungan sosial yang baik dengan keluarga dan pasangan dapat menjadi bentuk dukungan sosial yang termasuk dalam

faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* (Cash & Pruzinsky, 2002) dan *self-esteem* (Monks, 2004). Dukungan keluarga adalah bantuan yang bermanfaat secara emosional dan memberikan pengaruh positif yang berupa informasi, bantuan instrumental, emosi, maupun penilaian yang diberikan oleh anggota keluarga yang terdiri dari suami, istri, orang tua, maupun saudara lainnya.

Dukungan sosial keluarga di sekitar ibu yang paling berpengaruh adalah dukungan dari suami karena suami merupakan seseorang yang paling dekat dengan ibu dan merupakan ayah dari bayi. Dukungan sosial suami dapat berupa bantuan langsung dan tidak langsung seperti ikut memperhatikan perkembangan janin, membantu pekerjaan rumah, memberikan pujian, memanjakan istri, memberikan saran dan informasi mengenai pentingnya asupan nutrisi selama kehamilan, dan lain sebagainya. Pernyataan tersebut senada dengan pendapat Nurmadina (2010) yang menyatakan bahwa dukungan suami merupakan bantuan yang diberikan suami sehingga mampu membuat istri merasa nyaman baik secara fisik maupun psikis sebagai bukti bahwa mereka diperhatikan dan dicintai. Pernyataan lainnya menyatakan dukungan suami adalah salah satu bentuk interaksi yang didalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima bantuan yang bersifat nyata yang dilakukan oleh suami terhadap istrinya (Hidayat, 2005).

Dukungan suami dapat membantu ibu *primigravida* dalam menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi selama proses kehamilan, baik secara fisik dan psikologis serta terhindar dari berbagai

perilaku negatif yang dapat merugikan ibu dan bayi. Hal ini senada dengan pendapat Sagrestano dkk (1999) yang menyatakan dukungan sosial yang ditunjukkan memberikan efek yang bermanfaat bagi kesehatan fisik dan mental pada wanita hamil. Oleh karena itu, dukungan keluarga sangat memiliki andil yang besar dalam menentukan status kesehatan ibu. Jika seluruh keluarga mengharapkan kehamilan, mendukung, bahkan memperlihatkan dukungannya dalam berbagai hal maka, ibu hamil akan merasa lebih percaya diri, lebih bahagia, dan siap dalam menjalani kehamilan, persalinan, dan masa nifas.

Pada penelitian sebelumnya, sudah banyak yang melakukan penelitian dengan variabel serupa secara parsial. Untuk itu, peneliti bermaksud menganalisis pengaruh variabel *body image*, dan dukungan sosial keluarga terhadap *self-esteem* pada ibu *primigravida*.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Ibu *primigravida* rentan mengalami kecemasan. Hal ini dikarenakan adanya persepsi berlebihan mengenai kehamilan.
2. Mayoritas ibu *primigravida* mengalami citra tubuh negatif
3. *Self-esteem* yang rendah pada ibu *primigravida* akan menyebabkan ibu depresi, stres, menarik diri dari lingkungan sosialnya, dan mengalami disfungsi seksual.

4. Kurangnya dukungan sosial keluarga akan berdampak pada citra tubuh negatif dan rendahnya *self-esteem*.

### 1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan beberapa masalah yang telah diidentifikasi maka peneliti membatasi penelitian inipada pengaruh *body image* dan dukungan sosial keluarga terhadap *self-esteem*. Variabel dukungan sosial keluarga dibatasi oleh dukungan suami.

### 1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, rumusan masalah bagi penelitian ini adalah: “Bagaimana pengaruh *body image* dan dukungan sosial keluarga terhadap *self-esteem* pada ibu *primigravida*?”. Secara terperinci dirumuskan melalui:

1. Apakah terdapat pengaruh *body image* terhadap *self-esteem* pada ibu *primigravida*?
2. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap *self-esteem* pada ibu *primigravida*?
3. Bagaimana pengaruh *body image* dan dukungan sosial keluarga terhadap *self-esteem* pada ibu *primigravida*?

### 1.5. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan, baik secara teoritis maupun praktis. Adapun kegunaan tersebut antara lain:

### 1.5.1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan untuk pengembangan teori Ilmu Keluarga terutama Ilmu Kesejahteraan Keluarga.

### 1.5.2. Kegunaan Praktis

1. Bagi keluarga khususnya suami dapat mengetahui pentingnya dukungan yang diberikan kepada istri dan dampaknya terhadap *body imagedan self-esteem*.
2. Bagi masyarakat dapat mengetahui pentingnya *body image* dan dukungan suami terhadap *self-esteem* yang positif.
3. Bagi pemerintah sebagai bahan masukan dalam rangka upaya meningkatkan angka kesehatan ibu dan bayi.
4. Bagi Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga (PKK), dapat menjadi sumbangan pemikiran atau referensi bagi mahasiswa PKK yang akan melakukan penelitian selanjutnya.
5. Bagi Universitas Negeri Jakarta, dapat menjadi referensi dan sumbangan mahasiswa yang akan melakukan penelitian terkait *body image* dan dukungan suami terhadap *self-esteem*.