

Hubungan *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah

Aprilia Caesari Damayanti¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Tatik Meiyuntariningsih²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No 45. Surabaya

Akta Ririn Aristawati³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No 45. Surabaya

Email : aprilecadamayanti@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between *body shaming* and *body dissatisfaction* in married middle-aged women. The research design used by the researcher is correlational quantitative research. The subjects used in this study were middle-aged women who were married totaling 124 people. The method used to collect data is using the *body shaming* scale and the *body dissatisfaction*. correlation test *Product Moment*, the results of data analysis obtained $r_{xy} 0.794$ with $p = 0.000$ ($1 < 0.005$) meaning that there was a positive and significant relationship between *body shaming* and *body dissatisfaction* in married middle-aged women. The research hypothesis which states that there is a relationship between *body shaming* and *body dissatisfaction* in married middle-aged women is accepted, meaning that the higher the *body shaming* experienced by the research subjects, the higher the body dissatisfaction felt by married middle-aged women.

Keywords: *Body Shaming, Body Dissatisfaction, Middle Adults*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah. Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian kuantitatif korelasional. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah wanita usia dewasa madya yang sudah menikah berjumlah 124 orang. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu menggunakan skala *body shaming* dan skala *body dissatisfaction*. Metode analisis data penelitian menggunakan uji korelasi *Product Momen*, hasil analisis data diperoleh $r_{xy} 0,794$ dengan $p=0,000$ ($1 < 0,005$) artinya ada hubungan yang positif dan signifikan antara *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah. Hipotesis penelitian yang berbunyi ada hubungan antara *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah diterima, artinya semakin tinggi *body shaming* yang dialami subjek penelitian maka akan semakin tinggi body dissatisfaction yang dirasakan oleh wanita dewasa madya yang sudah menikah.

Kata Kunci : *Body Shaming, Body Dissatisfaction, Dewasa Madya*

Pendahuluan

Tugas perkembangan pada pertengahan masa dewasa adalah kemampuan untuk menerima kondisi fisik yang mulai bergeser ke arah penurunan, yang dapat mengakibatkan gangguan dan penurunan metabolisme dalam tubuh. Menurut Hurlock (2012), orang paruh baya antara usia 40-60 tahun mulai melepaskan karakteristik fisik dan perilaku masa dewasa dan memasuki tahap kehidupan dengan karakteristik fisik dan perilaku baru. Periode ini juga ditandai dengan penurunan kemampuan fisik dan peningkatan rasa tanggung jawab. Kerutan di wajah mulai muncul, menopause dimulai, penyakit kronis dan akut mulai muncul. Menurut Lachman (dalam Santrock, 2012), pertengahan masa dewasa adalah masa ketika seseorang menjadi lebih sadar akan polaritas masa muda, dan pengurangan sisa hidup. Suatu masa dimana seseorang telah mencapai dan membina kepuasan dalam karirnya.

Pada umumnya wanita usia dewasa madya, sudah melalui tahap pernikahan dan mempunyai anak. Bagi wanita yang memilih untuk mempunyai anak, tidak jarang memikirkan mengenai bentuk tubuhnya pasca melahirkan. Hal ini tentu akan mengubah cara pandang individu untuk memaknai tubuhnya. Mereka mendambakan tubuh yang profesional yang akan membuat dirinya merasa lebih percaya diri pasca melahirkan dan mempunyai anak (Putri 2019).

Porsi makanan yang selama ini dikonsumsi juga sangat berpengaruh pada perubahan yang terjadi sehingga menyebabkan gangguan serta penurunan metabolisme tubuh. Fenomena yang sering ditemui pada wanita usia dewasa madya ini yakni, porsi makan yang terbilang sedikit untuk dikonsumsi namun imbasnya pada bentuk tubuh yang mengalami kenaikan berat badan sehingga mengakibatkan kegemukan.

Penelitian yang dilakukan Munawarah R.A (2017) kelebihan berat badan menyebabkan wanita mengalami tekanan pada standar kecantikan di lingkungan sosial, mendapatkan juukan yang tidak disukai seperti (*ndut*, *gajah*, *gembro* dan *gempal*), dan dijadikan bahan gurauan. Berdasarkan fenomena tersebut terjadilah perubahan bentuk tubuh yang menimbulkan rasa ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Rasa ketidakpuasan inilah yang dikenal dengan *Body Dissatisfaction* atau sikap negatif terhadap penampilan fisiknya sendiri, merupakan salah satu aspek dari konsep citra tubuh yang lebih luas yaitu, pandangan yang dimiliki individu tentang penampilan fisiknya (Heider et al, dalam Vries et al., 2018). Individu pada masa dewasa madya ini tidak mampu menerima adanya perubahan yang terjadi pada bentuk tubuhnya, antara lain ditunjukkan dengan perilaku mengikuti kelas olahraga atau senam, di salah satu pusat kebugaran demi mendapatkan postur tubuh ideal serta mempunyai tampilan yang menarik. Penelitian dari Yuanita & Sukanto (2013) menunjukkan *body dissatisfaction* pada wanita usia dewasa yang menjadi anggota kelas kebugaran cenderung masuk pada kategori tinggi.

Menurut Sugiarti & Noor (2008) olahraga merupakan usaha yang paling baik untuk menurunkan berat badan dibanding hanya dengan diet saja. Olahraga bertujuan untuk membakar lemak yang ada dalam tubuh. Olahraga yang harus dilakukan ialah latihan dengan intensitas rendah dalam jangka waktu lama. Bentuk olahraga yang tepat adalah dengan menggunakan sistem aerobik, dikarenakan energi yang didapatkan berasal dari metabolisme karbohidrat dan lemak.

Selain itu, ada faktor sosial (tekanan sosial budaya) dan faktor fisiologis yang berkontribusi terhadap ketidakpuasan fisik perempuan. Tekanan sosial budaya dari berbagai sumber, seperti keluarga dan lingkungan teman sebaya, memberikan tekanan atau insentif untuk tetap langsing sesuai standar ideal masyarakat bagi perempuan (Paxton et al., 2006).

Sejumlah penelitian terpisah telah melaporkan temuan ketidakpuasan fisik dalam sampel dengan status berat badan yang berbeda. Selain itu, penelitian secara konsisten menemukan bahwa wanita kurang puas dengan tubuh mereka dibandingkan pria (Weinberger et al., 2017). Menurut Rosen dan Reiter (dalam D. A. Putri dan Indryawati, 2019), ada beberapa aspek ketidakpuasan tubuh. Termasuk evaluasi negatif bentuk tubuh, rasa malu tubuh dalam pengaturan sosial, pemeriksaan fisik. Orang yang tidak puas dengan tubuhnya sering memeriksa kondisi fisiknya, seperti menimbang dan melihat penampilannya di cermin, penyamaran tubuh. Orang yang tidak puas dengan tubuhnya cenderung menyamarkan bentuk tubuhnya dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain berdasarkan kenyataan. Wanita paruh baya juga memperhatikan penampilannya, karena pada masa ini proses penuaan bertahap dimulai, seperti tubuh mulai rileks, penumpukan lemak terutama di sekitar perut dan paha, dan masalah penyakit, masa ini ditandai dengan perubahan fisik, perlu memperhatikan kesehatan yang sedikit banyak mempengaruhi postur dan bentuk tubuh (Yuanita & Sukanto, 2013).

Fenomena *body shaming* yang kerap kali ditemui pada wanita masa dewasa madya yakni berasal dari orang terdekat seperti halnya suami yang kerap kali menuntut istri untuk memiliki postur tubuh maupun penampilan yang menarik, dimana kebanyakan suami menginginkan istrinya untuk selalu terlihat cantik dan menarik agar ketika berada ditempat umum sang suami merasa bangga bahwa ia mempunyai pasangan yang cantik dan berpenampilan menarik, secara tidak langsung pastinya mengginggung perasaan individu tersebut.

Damanik (2018) menambahkan *body shame* merupakan penilaian individu akan tubuhnya yang memunculkan perasaan bahwa tubuhnya memalukan yang disebabkan penilaian dirinya dan orang lain terhadap bentuk tubuh ideal tidak sesuai dengan tubuhnya. Orang lain tidak hanya mengamati tubuh sebagai bagian dari diri kita, tetapi tubuh juga menjadi tempat untuk kepribadian yang membuat pengalaman subjektif manusia yang bermakna dapat terjadi.

Banyak orang dalam hal ini wanita dewasa madya yang kerap kali belum menerima dirinya apa adanya terutama dalam hal bentuk tubuh dan penampilan setelah menikah yang mana perbandingan bentuk tubuh sangat jauh berbeda dibanding dengan postur tubuh sebelumnya seperti sebelum menikah belum lagi ditambah beberapa faktor hinaan atau celaan yang diperoleh baik dari lingkungan tempat tinggal maupun lingkungan keluarga.

Menurut Hurlock (2012) beberapa tugas perkembangan dewasa madya adalah menyesuaikan diri dengan perubahan fisik, menyesuaikan diri dengan minat yang berubah, menyesuaikan diri dengan perubahan mental dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Menyesuaikan diri dengan perubahan fisik adalah salah satu tugas perkembangan yang masih menjadi permasalahan pada dewasa madya. Farage dkk (dalam Santrock, 2012) mengemukakan bahwa biasanya tanda-tanda penuaan akan terlihat pada usia empat puluhan atau lima puluhan. Kulit mulai berkerut dan mengendur dikarenakan kehilangan lemak dan kolagen yang terletak dibawah jaringan kulit, rambut menjadi lebih tipis dan berwarna keabu-abuan, kuku jari menjadi lebih tebal dan lebih rapuh. Oleh karena usia madya merupakan periode yang panjang dalam rentang kehidupan manusia, biasanya usia tersebut dibagi-bagi kedalam dua sub bagian, yaitu: usia madya dini yang membentang dari usia 40-50 tahun dan usia dewasa madya lanjut yang berbentang antara usia 50-60 tahun. Selama usia madya lanjut, perubahan fisik dan psikologis yang pertamakali mulai selama 40-an awal menjadi lebih kelihatan.

Permasalahan yang terjadi pada dewasa madya umumnya terkait perubahan fisik dimana menurunnya sistem metabolisme tubuh serta gangguan kesehatan lainnya, sehingga butuh penyesuaian dari individu pada dewasa madya ini untuk menerima segala perubahan yang terjadi.

Proses perubahan ini yang masih sulit diterima oleh individu dewasa madya sehingga menyebabkan *body dissatisfaction*. Ditambah lagi beberapa faktor yang mendukung seorang individu mengalami *body dissatisfaction* yakni, adanya penilaian dari orang lain yang dilihat tidak sempurna, tuntutan serta celaan yang diterima seperti halnya (*body shaming*) mengomentari bentuk tubuh yang kurang menarik. Misalnya pada wanita dewasa madya tuntutan dari suami untuk memiliki bentuk tubuh yang baik, serta penampilan menarik seringkali pula melontarkan komentar kurang baik, yang tergolong kedalam *body shaming*. Adanya faktor tersebut membuat seorang individu pada masa ini mengalami peningkatan *body dissatisfaction* sehingga menginginkan bentuk tubuh yang menarik.

Body Dissatisfaction adalah keterpakuan pikiran akan penilaian yang negatif terhadap tampilan fisik dan adanya perasaan malu dengan keadaan fisiknya ketika berada dilingkungan sosial Rosen dan Reiter (Rahayu, 2019). Rosen dan Reiter (dalam Rahayu, 2019) Ada beberapa aspek untuk mengungkapkan ketidakpuasan tubuh, yaitu (a) penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, orang yang mengalami ketidakpuasan tubuh melihat bentuk tubuhnya secara keseluruhan atau sebagian dari bagian tubuhnya, beberapa orang tidak menyukai bentuk tubuhnya dan (b) malu dengan bentuk tubuh mereka di lingkungan sosial Seringkali orang yang tidak puas dengan bentuk tubuh mereka dalam lingkungan sosial malu dengan ukuran mereka. Hal ini terjadi karena individu merasa bahwa orang lain memperhatikannya. (c) Pemeriksaan fisik Orang yang merasa tidak puas dengan tubuhnya seringkali memeriksa kondisi fisiknya, seperti melihat penampilannya di cermin dan menimbang dirinya sendiri. (d) Kamouflage tubuh, orang yang tidak puas dengan tubuhnya sering kali menutupi dan menyamarkan bentuk tubuhnya daripada keadaan yang sebenarnya. Hal ini dilakukan agar individu tidak merasa cemas dan dapat menenangkan pikirannya. (e) Menghindari kegiatan sosial dan kontak fisik dengan orang lain, orang yang tidak puas secara fisik dapat merasa tidak aktif bahkan tidak suka mengikuti kegiatan sosial yang berhubungan dengan orang lain. Hal ini terjadi karena individu tersebut merasa tidak percaya diri dengan kondisi fisiknya.

Ketidakpuasan tubuh disebabkan oleh, Grogan (dalam Adi, 2018), yaitu (a) budaya, dalam budaya Barat tubuh ideal dikaitkan dengan kebahagiaan, kesuksesan dan penerimaan sosial. Dengan berkembangnya modernisasi budaya barat memberikan pengaruh yang besar terhadap budaya timur. Tubuh langsing didefinisikan sebagai kekuatan, dengan lebih banyak energi stamina. Wanita yang menarik adalah wanita yang memiliki tubuh langsing yang ideal. Cash (dalam Nindita, 2018) menunjukkan bahwa orang yang kelebihan berat badan distigmatisasi sejak kecil hingga dewasa awal. Orang-orang ini cenderung secara fisik kurang cerdas, kurang aktif, kurang sukses, kurang pekerja keras, dan kurang populer dibandingkan orang-orang dengan cita-cita. (b) Media sosial, dimana media menjadi alat yang berpengaruh bagi individu untuk fokus pada bagian tubuhnya. Peter dan Baker (dalam Adi, 2018) menunjukkan bahwa media sering menampilkan dan fokus pada model langsing sebagai iklan penurunan berat badan dan penambahan berat badan. Media sosial saat ini sangat beragam. Seseorang tidak lagi tertarik pada televisi, surat kabar, majalah atau radio. Di era globalisasi, internet mendukung semua jenis dan jenis media sosial, seperti Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, dan berbagai jenis media lainnya. (c) Usia, penelitian ini berfokus pada usia tertentu. Grogan dalam Adi, 2018) mengemukakan bahwa setiap kelompok umur memiliki karakteristik tersendiri dalam mengatasi ketidakpuasan tubuh. (d) hubungan interpersonal, dimana individu dalam suatu kelompok mudah dipengaruhi dan cenderung mengikuti pendapat atau keputusan kelompok, dan (e) kepribadian,

dimana kepribadian individu sangat mempengaruhi bagaimana ia memandang citra tubuhnya sendiri. Kepribadian seseorang sangat mempengaruhi cara dia melihat citra tubuhnya. Percaya diri adalah atribut kepribadian. Orang dengan kepercayaan diri tinggi cenderung memandang citra tubuhnya secara positif, begitu pula sebaliknya.

Menurut Gilbert dan Miles (dalam Cahyani, 2019) *body shaming* merupakan pengalaman memalukan yang difokuskan dari dalam diri seseorang yang meliputi perasaan malu, tingkah laku, *perceived personality traits*, ataupun keadaan pikiran. Perasaan malu dapat dikategorikan dalam perasaan takut atau cemas akan penilaian negatif seseorang terhadap individu. Adanya pengalaman malu di masa lalu, yang menjadikan kenangan traumatis terkait dengan perasaan malu di masa depan, serta mengakibatkan perlakuan *body shaming*. Rasa malu merupakan kumpulan dari beberapa komponen yaitu afeksi, kognisi dan tindakan pada setiap individu mempunyai perbedaan. Perasaan malu tidak bisa dipisahkan dari ketiga komponen tersebut, karena respon dari kejadian seseorang berpengaruh pada tiga komponen tersebut untuk dapat melihat manifestasinya dilihat dari pelaku yang muncul dari orang tersebut

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *body shaming* adalah tindakan mengkritik bentuk, ukuran dan penampilan seseorang untuk membuat korban merasa malu secara fisik. Rasa malu tubuh adalah perasaan malu yang muncul ketika penilaian dan penilaian diri orang lain tidak sejalan dengan diri ideal yang diharapkan dari individu dan kelompok. Rasa malu fisik ini dapat menyebabkan individu merasa cemas dengan penampilannya. Namun, *body shaming* adalah praktik yang buruk, dan jika terus berlanjut, korban menjadi tidak puas dengan tubuh atau penampilannya.

Menurut Gilbert & Miles (dalam Cahyani, 2019), aspek *body shaming* meliputi (a) komponen kognitif sosial atau eksternal, yang dalam hal ini mengacu pada pemikiran orang lain bahwa mereka menganggap diri mereka sebagai individu yang buruk atau buruk. Ia juga beranggapan bahwa orang lain memandang rendah dirinya dan dengan demikian memiliki penilaian terhadap dirinya sendiri, (b) komponen evaluasi diri dari dalam, dalam komponen ini mengacu pada pandangan buruk terhadap diri sendiri, yang tidak baik, dan didasarkan pada evaluasi negatif terhadap diri sendiri. Akibat dari kritikan, serangan dari luar yang merendahkan perkataannya, sehingga menyebabkan rasa percaya diri seseorang menurun dan menanamkan dalam dirinya pikiran malu, (c) komponen emosional, yang meliputi perasaan malu emosional termasuk kecemasan, kemarahan, dan jijik terhadap diri sendiri. Hal ini disebabkan oleh pikiran negatif tentang diri sendiri dan ketidakmampuan individu untuk mengikuti standar lingkungan yang ada. (d) Komponen perilaku, rasa malu Ada kecenderungan untuk menghindari lingkungan seseorang karena perasaan tidak nyaman yang berasal dari persepsi inferior orang lain dan merasa terancam di lingkungannya, menuntut kesesuaian dengan standar ideal yang ada. Selain itu, *body shaming* dapat menyebabkan gangguan makan karena mereka ingin memiliki bentuk tubuh ideal yang memenuhi standar lingkungan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji madanya hubungan antara *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada dewasa madya yang sudah menikah. maka hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah, yang artinya semakin sering atau semakin tinggi seseorang mengalami *bullying* secara verbal (*body shaming*) maka akan semakin tinggi juga rasa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya, dikarenakan penilaian orang lain sangat mempengaruhi penilaian terhadap dirinya sendiri

Metode

Desain Penelitian

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data dan menggunakan instrument penelitian analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2015). Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu *body shaming* sebagai variabel bebas dan *body dissatisfaction* sebagai variabel terikat.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 100 orang di Kota Surabaya dengan pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dimana peneliti menetapkan karakteristik khusus dalam menentukan partisipan, diantaranya yaitu (a) Wanita usia dewasa madya awal antara 40-50 tahun, (b) Sudah menikah/memiliki pasangan, (c) Bekerja, (d) Mempunyai anak, (f) Bersedia menjadi sampel penelitian dengan mengisi kuisioner, (g) Ber-KTP Surabaya

Instrumen

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berupa skala, Instrumen yang digunakan oleh peneliti adalah skala yang terdiri dari dua skala, yaitu skala *body shaming* dan skala *body dissatisfaction*. Yang mana pada penelitian ini dilakukan uji coba atau (*Try Out*) terlebih dahulu.

Skala *body dissatisfaction* yang disusun berdasarkan aspek-aspek *body dissatisfaction* yang dikemukakan oleh Rosen dan Reiter (Rahayu, 2019). Adapun pembuatan skala *body dissatisfaction* dimodifikasi oleh penulis pada aitem-aitemnya untuk disesuaikan dengan kondisi subjek dalam penelitian ini. Skala *body dissatisfaction* terdiri dari 25 aitem *favorable* dan 25 aitem *unfavorable*.

Skala *body shaming* yang disusun berdasarkan aspek-aspek *body shaming* yang dikemukakan oleh Gilbert & Miles (dalam Cahyani, 2019). Adapun pembuatan skala *body shaming* dimodifikasi oleh penulis pada aitem-aitemnya untuk disesuaikan dengan kondisi subjek dalam penelitian ini. Skala *body shaming* terdiri dari 25 aitem *favorable* dan 25 aitem *unfavorable*.

Kedua skala tersebut berbasis skala likert dimodifikasi menjadi empat opsi respons alternatif, termasuk menghapus respon jawaban tengah atau rata-rata. Mengenai metode penilaian untuk aitem *favorable*, skor 4 untuk "sangat sesuai" (SS), skor 3 untuk "sesuai", skor 2 untuk "tidak sesuai" (TS), dan skor 1 untuk "sangat tidak sesuai" (STS). Sedangkan pada penilaian aitem *unfavorable* skor 1 berarti "sangat sesuai" (SS), skor 2 "sesuai" (S), skor 3 "tidak sesuai" (TS), dan skor 4 "sangat tidak sesuai" (STS).

Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah analisis parametrik. Metode analisis data yang digunakan adalah metode korelasi Product Moment, karena untuk menguji dugaan tentang adanya hubungan antara variabel apabila datanya berskala rasio/interval dan memenuhi asumsi normalitas atau linearitas. Perhitungan analisis data

meggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 25.0 *for Windows* untuk mempermudah perhitungan analisis data.

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan pada hari minggu 19 juni dilakukan secara *offline* dengan cara memberikan angket kuisisioner penelitian kepada subjek yang berada ditempat umum serta bersedia menjadi responden penelitian dan memperoleh 38 reponden, kemudian dilanjutkan pada hari senin 20 sampai 27 juni dilakukan secara online dengan cara memberikan link untuk dapat mengakses *google form* dan mengisi link tersebut.

Berdasarkan hasil uji asumsi atau prasyarat yang telah dilakukan melalui uji normalitas dan linearitas mendapatkan hasil bahwa data penelitian berdistribusi normal. Dengan itu, instrumen pengumpulan data berupa *skala body shaming* dan *body dissatisfaction* memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan korelasi *product moment*.

Teknik korelasi yang digunakan untuk mengetahui hubungan variabel *body shaming* dengan *body dissatisfaction* adalah teknik korelasi *product moment* karena ssat saat melakukan uji prasyarat untuk skala *body shaming* dan *body dissatisfaction* berdistribusi normal dan berdistribusi linear.

Penelitian ini dalam uji normalitasnya menggunakan *Kolmogrof- Smirnov* dengan bantuan program *Statistical for the Social Sciences for Windows* (SPSS) versi 25.0. yang menunjukkan hasil uji signifikasi sebesar $p = 0,200 > 0,05$. Hal ini berarti sebaran data berdistribusi normal.

Table 1 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Statistik	Kolmogrof-Smirnov		Keterangan
		Df	Sig	
Body Dissatisfaction	0,057	124	0,200	Normal

Penelitian ini dalam proses uji linearitasnya menggunakan bantuan program *Statistical Package for the Soscial Sciences for Windows* (SPSS) versi 25.0. Berdasrkan uji linier yang dilakukan hasil *Deviation from Linearity* sebesar $p = 0,141 > ,05$. Artinya terdapat hubungan yang linear antara variabel *Body Shaming* dan *Body Dissatisfaction*.

Table 2 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig	Keterangan
Body Shaming Body Dissatisfaction	1,392	0,141	Linear

Analisis data dalam penelitian ini mengadopsi uji premis analisis, yang terdiri dari hasil uji normalitas, data berdistribusi normal, dan uji linieritas menunjukkan hubungan linier. Oleh

karena itu, peneliti menggunakan korelasi product moment untuk menemukan hubungan antara body shaming dan body ketidakpuasan pada wanita dewasa madya yang sudah menikah.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan *Statistical for the Social Sciences for Windows (SPSS)* versi 25.0. Aturan signifikansi untuk menguji tingkat signifikansi hasil uji korelasi *product-moment* adalah jika $p < 0,05$ maka terdapat korelasi yang signifikan. Apabila $p > 0,05$ maka tidak terdapat korelasi yang signifikan. Hasil uji korelasi antara hubungan Body Shaming dengan Body Dissatisfaction diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,794 dengan $p = 0,000 (< 0,05)$ artinya hubungan positif yang signifikan antara *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah.

Table 3 Hasil Korelasi Product Moment

		Body Shaming	Body Dissatisfaction
Body Shaming	Correlation	1	0,794
	Sig. (2-Tailed)		,000
Body Dissatisfaction	Correlation	0,794	1
	Sig. (2 Tailed)	,000	

Pembahasan

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa seseorang yang seringkali mendapatkan *bullying* atau *body shaming* (*bullying secara verbal*) terhadap tubuhnya dan berlangsung secara terus menerus akan membuat individu tersebut merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya, penilaian orang lain terhadap dirinya mempengaruhi penilaian dirinya terhadap tubuhnya yang kemudian lama kelamaan individu tersebut menjadi tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, tubuhnya yang dianggap jelek tidak sesuai dengan idaman orang lain sehingga menjadi *bullying* orang-orang atau menjadi objek *body shamingnya* orang-orang.

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, seperti secara budaya, wanita berpenampilan menarik sangat memperhatikan mereka yang memiliki bentuk tubuh langsing ideal, Cash (dalam Nindita, 2018) mengemukakan bahwa orang yang kelebihan berat badan telah melakukan stigmatisasi. Dari masa kanak-kanak hingga awal masa dewasa. Individu sering dikaitkan dengan menjadi kurang cerdas, kurang aktif, kurang sukses, kurang pekerja keras, dan kurang populer dibandingkan dengan mereka yang memiliki tubuh ideal. Ada juga faktor media sosial yang dapat mempengaruhi perhatian individu terhadap bagian tubuh. Peter dan Baker (dalam Adi, 2018) mengemukakan bahwa selain faktor usia, media sering kali menampilkan dan fokus pada model langsing sebagai iklan penurunan berat badan dan penambahan berat badan. Faktor juga memiliki ciri khas masing-masing merespon ketidakpuasan fisik, Grogan (dalam Adi, 2018). Hubungan interpersonal dalam kelompok juga mudah terpengaruh dan cenderung mengikuti pendapat atau keputusan kelompok. Faktor kepribadian juga dapat sangat mempengaruhi cara mereka memandang citra tubuh. Kepercayaan diri merupakan atribut

kepribadian. Orang dengan kepercayaan diri tinggi cenderung menjadi positif mengenai cara berpikiran tentang citra tubuh dan sebaliknya

Kesimpulan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada dewasa madya yang sudah menikah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada wanita dewasa madya yang sudah menikah di Surabaya, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara *body shaming* dan *body dissatisfaction*. Berdasarkan hasil perhitungan analisis data melalui teknik korelasi *product moment*, disimpulkan bahwa ada hubungan antar *body shaming* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah di Surabaya. Sehingga hipotesis menyatakan bahwa menikah adanya hubungan positif antara *body shaming* dan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa madya yang sudah menikah di Surabaya dapat diterima.

Referensi

- Adi, S. L. (2018). Pengaruh Self Comparison Pada Body Dissatisfaction Di Kalangan Remaja Perempuan. *Psikologi*, 1–105.
<https://doi.org/10.1016/j.gecco.2019.e00539><https://doi.org/10.1016/j.foreco.2018.06.029>
[http://www.cpsg.org/sites/cbsg.org/files/documents/Sunda Pangolin National Conservation Strategy and Action Plan %28LoRes%29.pdf](http://www.cpsg.org/sites/cbsg.org/files/documents/Sunda%20Pangolin%20National%20Conservation%20Strategy%20and%20Action%20Plan%20LoRes.pdf)<https://doi.org/10.1016/j.forec>
- Cahyani. (2019). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Body Shame. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 11(2), 91–100.
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol11.iss2.art3>
- Damanik, T. M. (2018). Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body Shame. *Psikologi*.
<http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?EbscoContent=dGJyMNLe80Sep7Q4y9f3OLCmr1Gep7JSsKy4Sa6WxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGptk%2B3rLJNuePfgeyx43zx1%2B6B&T=P&P=AN&S=R&D=buh&K=134748798>[http://amg.um.dk/~media/amg/Documents/Policies and Strategies/S](http://amg.um.dk/~media/amg/Documents/Policies%20and%20Strategies/S)
- Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi-Perkembangan-Elizabeth-B-Hurlockpdf-5-Pdf-Free.Pdf*.
- Munawarah R.A., R. R. (2017). Feeling of Inferiority Siswa Obesitas di SMP Khaira Ummah Padang. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 16(1), 32.
<https://doi.org/10.24014/marwah.v16i1.3568>
- Nindita, M. (2018). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Body Image Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta*. 1–148.
- Paxton, S. J., Eisenberg, M. E., & Neumark-Sztainer, D. (2006). Prospective predictors of body dissatisfaction in adolescent girls and boys: A five-year longitudinal study. *Developmental Psychology*, 42(5), 888–899. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.888>
- Putri, D. A., & Indryawati, R. (2019). Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 88–97. <https://doi.org/10.35760/psi.2019.v12i1.1919>
- Putri, M. K. (2019). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Wanita Dewasa Madya Yang Mengikuti Senam. *Jurnal Psikologi Universitas Surabaya*, 8(1), 711–719.
- Rahayu, R. S. dan M. S. (2019). Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet Tidak

Sehat Remaja Putri yang Menjadi Member Herbalife di Bandung. *Psikologi*, 1(1), 88–97.
<http://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/260/241>

Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*.

Sugiarti, N., & Noor, Z. (2008). *Pengaruh Program Olahraga Umum (Senam Aerobik) dan Khusus (Body Language dan Senam Aerobik) terhadap Penurunan Berat Badan The Influence of Ordinary (Aerobic Exercise) and Special Sport Program (Body Language and Aerobic Exercise) on Weight Loss*. 8(1), 1–8.

Vries, D. A. De, Vossen, H. G. M., & Kolk, P. Van Der. (2018). Social Media and Body Dissatisfaction : Investigating the Attenuating Role of Positive Parent – Adolescent Relationships. *Journal of Youth and Adolescence*. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0956-9>

Weinberger, N. A., Kersting, A., Riedel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2017). Body Dissatisfaction in Individuals with Obesity Compared to Normal-Weight Individuals: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Obesity Facts*, 9(6), 424–441.
<https://doi.org/10.1159/000454837>

Yuanita, H., & Sukamto, E. (2013a). *FENOMENA BODY DISSATISFACTION PADA PEREMPUAN ANGGOTA FITNESS CENTRE*. 4(1), 12–23.

Yuanita, H., & Sukamto, M. E. (2013b). Fenomena Body Dissatisfaction Pada Perempuan Anggota Fitness Centre. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 4(1), 12.
<https://doi.org/10.26740/jptt.v4n1.p12-23>