

Hubungan Antara *Body Dissatisfaction* Ibu dan *Body Dissatisfaction* Anak Perempuan

Luki Evahani
Fakultas Psikologi
Universitas Surabaya

Abstract. Body dissatisfaction can be predicted that the mother had an impact on their children because the mother is not happy with her body will communicate such dissatisfaction with her children, so it can make children become dissatisfied with her body (Ogden, 2007). But this mother's body dissatisfaction can affect the child's body dissatisfaction if the mother and child have a good relationship. Mother and child relationship can be measured based on the closeness between mother and child, mutual communication, appreciation, togetherness, understanding and support from the mother, and the mother trust to her child's. Measurement of maternal and child relationship using the aspect of Konopka (in Shofiana, 2005). Body dissatisfaction of mothers and children can be measured using a questionnaire Body Shape Questionnaire (BSQ), which measures the level of attention to the feelings of obese subjects. This study aims to determine the relationship between mother body dissatisfaction and daughter body dissatisfaction with a controlling relationship between mother and child. Respondents of this research are two of 60 female students of Faculty of Psychology, University of Surabaya aged 18-21 years who have a body mass index (BMI) in the normal category and 60 mothers of subjects aged 40-60 years. Based on the results of the study, body mass index (BMI) mothers are mostly located on level one of obesity. Also the women subjects (55%) and children (68.3%) had medium levels of body dissatisfaction. The test results by using partial correlation techniques stating there is a significant relationship between mother body dissatisfaction and child's body dissatisfaction with a controlling mother and child relationship ($r = .3864$, $sig = .003 < .05$). This suggests that mother's body dissatisfaction was significantly correlated with the child's body dissatisfaction without significant influence from the quality of mother and child's relationship.

Key words: Mother body dissatisfaction, child's body dissatisfaction, mother and child relationships, body mass index (BMI).

Abstract. *Body dissatisfaction* yang dimiliki ibu diprediksi dapat berdampak pada anaknya karena ibu yang tidak puas dengan tubuhnya akan mengomunikasikan ketidakpuasan tersebut kepada anaknya, sehingga dapat membuat anak menjadi tidak puas terhadap tubuhnya (Ogden, 2007). Namun *body dissatisfaction* ibu ini dapat memengaruhi pada *body dissatisfaction* anak jika relasi antara ibu dan anak baik. Relasi ibu dan anak dapat diukur berdasarkan kedekatan antara ibu dan anak, komunikasi timbal balik, penghargaan dari ibu, kebersamaan dengan ibu, pengertian dan dukungan dari ibu, dan kepercayaan ibu kepada anak. Pengukuran relasi ibu dan anak menggunakan aspek dari Konopka (dalam Shofiana, 2005). *Body dissatisfaction* ibu dan anak dapat diukur menggunakan angket *Body Shape Questionnaire (BSQ)* yang mengukur tingkat perhatian subyek terhadap perasaan kegemukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body dissatisfaction* ibu dan *body dissatisfaction* anak perempuan dengan mengendalikan relasi ibu dan anak. Responden penelitian ini ada dua yaitu 60 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya yang berusia 18-21 tahun yang memiliki indeks massa tubuh (IMT) pada kategori normal dan 60 ibu dari subjek yang berusia 40-60

tahun. Berdasarkan hasil penelitian, Indeks massa tubuh (IMT) ibu sebagian besar berada pada taraf obesitas satu. Selain itu diketahui sebagian besar subjek penelitian ibu (55%) dan anak (68.3%) memiliki tingkat *body dissatisfaction* sedang. Hasil pengujian dengan menggunakan teknik korelasi parsial menyatakan ada hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dan *body dissatisfaction* anak dengan mengendalikan relasi ibu dan anak ($r = .3864$, $\text{sig} = .003 < .05$). Hal ini menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* ibu berkorelasi secara signifikan dengan *body dissatisfaction* anak tanpa adanya pengaruh yang bermakna dari baik buruknya relasi ibu dan anak.

Kata kunci: *Body dissatisfaction* ibu, *Body dissatisfaction* anak, relasi ibu dan anak, indeks massa tubuh (IMT).

Perkembangan masa remaja merupakan masa peralihan dan perubahan dalam masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini para remaja memiliki pemikiran dan tingkah laku yang belum jelas sehingga para anak remaja ini menampilkan diri yang tidak sebenarnya seperti menampilkan seakan-akan sudah menjadi dewasa, namun sebenarnya secara mental belum matang dan belum siap menerima keadaan dirinya yang sudah berubah menjadi dewasa (Hurlock, 1999).

Menurut Havighurst (dalam Soesilowindradini, 2005), salah satu tugas masa remaja yang penting adalah menerima keadaan fisiknya yang mengalami perubahan. Perubahan yang terjadi pada remaja ini membuat mereka sangat memperhatikan setiap bagian fisiknya yang sedang berkembang. Remaja tertarik dan berminat dengan segala bentuk hal yang berkaitan dengan penampilan seperti bentuk tubuh hingga baju yang digunakannya. Menurut Hurlock (1999), sebagian remaja saat ini sulit untuk menerima keadaan fisiknya karena sejak masa kanak-kanak mereka telah mempunyai konsep pemikiran tentang penampilan diri yang baik.

Pada masa remaja, perempuan sangat memperhatikan jasmaninya dan menjadi khawatir bila bentuk tubuhnya tidak sebagus bentuk tubuh teman sebayanya. Kondisi ini membuat para remaja banyak yang mengalami ketidakpuasan terhadap sosok tubuh yang dimilikinya yang biasa dikenal dengan istilah *body dissatisfaction* (Soesilowindradini, 2005). Perempuan yang mengalami *body dissatisfaction* meningkat dari tahun ke tahun. Menurut data yang ada pada tahun 1973 di Amerika, hanya 25% perempuan saja yang mengalami *body dissatisfaction* (Robinson, disitat dalam Suprpto 2006), sedangkan pada tahun 1986, jumlah perempuan yang mengalami *body dissatisfaction* meningkat menjadi 38% dan terus meningkat hingga 56% pada tahun 1997. Berdasarkan data ini, maka tidak dipungkiri separuh dari populasi perempuan dewasa dan remaja mengalami *body dissatisfaction*.

Gambaran dari perilaku remaja yang mengalami *body dissatisfaction* adalah rasa yang selalu tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, mulai dari bentuk tubuh, bagian paha, perut, dan lengan. Adanya hal ini membuat mereka seringkali menghabiskan waktu berjam-jam untuk memikirkan mengenai penampilan dan berat badan mereka

yang tidak sesuai dengan berat badan yang mereka inginkan (Brehm, 1999).

Perasaan mereka sedih dan bingung karena memiliki badan kurang bagus dibandingkan dengan model bentuk tubuh yang sering muncul di media massa yang selalu memperlihatkan bentuk tubuh yang langsing dan indah. Mereka merasa tidak memenuhi standar kecantikan masyarakat, merasa tidak berharga (Gideon, disitat dalam Suprpto, 2007). Keadaan seperti ini mendorong mereka untuk membentuk tubuh menjadi bentuk yang diinginkan seperti melakukan olahraga, diet ketat, puasa, dan bahkan ada yang minum obat pencahar (Mappiare, 1993).

Survei awal yang dilakukan oleh peneliti berupa wawancara yang dilakukan kepada empat subyek yang terdiri dari dua ibu dan 2 orang remaja yang berumur 18 tahun yang memiliki pendapat bahwa tubuh mereka saat ini jauh dari sosok tubuh yang ideal, padahal berat badan S tergolong dalam kategori normal sesuai dengan IMT. Menurutny ada bagian-bagian tertentu dalam tubuhnya yang lebih menonjol, sehingga tidak seimbang antara bagian tubuh yang satu dengan yang lain.

Menurut aku badan ini bisa dibilang gendut, beratku 52 kg dan tinggiku cuma 148 cm. Badan ini kok rasanya gendut banget, trus mama juga bilang gitu karena dulu waktu mama masih abg bentuk badannya bagus, nah sekarang bentuk badan saya sangat berbeda, yang berarti jauh dari ideal. Seperti saja dilihat dari bagian tangan aja gak sama ama bagian perut, tanganku ini terlalu besar selain itu, aku juga terlihat agak gemuk. Padahal aku uda diet mati-matian kayak cuma makan satu kali satu hari, trus juga uda minum

obat-obat pelangsing yang dibelikan mama. Namun semuanya itu sia-sia aja. Menurutku kok badan ini tetep aja gak berubah ya (S, 25 Agustus 2010)

Menurutku, aku ini bukanlah wanita yang menarik aku ini gendut karena bentuk badanku yang kurang langsing dan di keluarga aku juga selalu dihina-hina karena badanku yang gendut walaupun sebenarnya mama memiliki badan yang lebih besar, namun mama seringkali mengkritik aku. Bisa dilihat dari berat badanku 58 kg berat banget yah, trus tinggiku lho cuma 162cm, jadi aku merasa bahwa aku bukanlah orang yang menarik lagi di hadapan teman laki-lakiku. Aku merasa tersiksa karena aku harus menjaga pola makan, berolahraga agar bentuk badanku ini perlahan-lahan bisa terlihat bagus di hadapan teman-teman lakiku namun semuanya itu aku lakukan biar aku mempunyai badan yang langsing. (A, 27 September, 2010)

Dari kutipan di atas, subjek memiliki *body dissatisfaction* walaupun berat badan tidak menunjukkan hal yang mendukung pernyataan. *Body dissatisfaction* yang dimiliki ini menyebabkan mereka untuk menjaga tubuhnya agar indah dan menarik bagi teman laki-lakinya, sehingga mereka melakukan diet, menjaga pola makan, berolahraga, dan meminum obat pelangsing.

Ada banyak faktor yang turut mendorong remaja memiliki *body dissatisfaction* seperti adanya peran media massa yang selalu menampilkan bentuk-bentuk tubuh yang ideal dan indah melalui majalah, televisi, dan iklan-iklan yang ada di sepanjang jalan raya (Ruutel, disitat dalam

Suprpto, 2007). Selain itu, faktor yang juga sangat berpengaruh terhadap *body dissatisfaction* yang dimiliki anak adalah ibu. Berdasarkan survei awal, anak mengalami *body dissatisfaction* dikarenakan adanya kritikan negatif dari ibu terhadap bentuk tubuh yang dimiliki anak dan juga melalui perilaku ibu yang menunjukkan mengalami ketidakpuasan tubuh. Selain itu ibu juga memberikan dorongan agar anak memiliki badan yang bagus sama seperti ibunya saat dahulu serta membelikan obat pelangsing kepada anak agar dapat memiliki bentuk tubuh yang bagus. *Body dissatisfaction* yang dimiliki anak perempuan ini juga dapat terjadi karena adanya kritikan dari ibu yang tidak bisa menerima keadaan fisiknya pada saat ini. Mereka ingin memiliki bentuk badan ideal sesuai dengan harapan masyarakat.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Dusek (1996) ketika remaja mengalami perubahan fisik, psikologis remaja juga berubah. Sehingga pada saat anak mendapatkan kritikan dari ibu mengenai perubahan tubuhnya, remaja akan membandingkan dirinya dengan orang lain dan menilai tubuhnya sendiri, sehingga menumbuhkan rasa ketidakpuasan tubuh pada remaja. Jadi *body dissatisfaction* yang dimiliki anak dapat terjadi karena pengaruh dari *body dissatisfaction* ibu yang ditunjukkan melalui perilaku sehari-hari tentang bentuk tubuh dan kritikan negatif dari ibu.

Ibu yang memiliki *body dissatisfaction* selalu menggambarkan bahwa tubuhnya memiliki bentuk yang jelek (tidak ideal dengan ukuran badan yang ada pada masyarakat). Sama dengan hal yang dirasakan oleh ibu N dan ibu L seperti kutipan di bawah ini.

Karena usia saya yang sudah tua ini saya banyak pengalaman. Dulu bentuk tubuh saya memang gak seberapa langsing tapi masik enaklah diliat, tapi sekarang uda gak banget. Sekarang banyak timbunan lemak di siku tangan saya, kaki saya apa lage di perut ini. Jadi saya ya harus diet gitu gak makan malem ato puasa kalo ekstrem banget naiknya. Sekarang aja berat gak turun-turun masik 60 kg tapi tingginya juga segini-segini aja cuma 156 cm. Sekarang ini saya orang yang gendut gak kayak dulu lagi. Makanya saya ini nyesel kenapa sewaktu muda dulu saya gak kurus aja, jadi kalo tua nanti kan gak gendut-gendut banget berubahnya kayak sekarang ini. Adanya pengalaman ini maka saya membiasakan anak saya biar jadi orang yang kurus biar kalo tua nanti masik enak diliat gak kayak saya ini. (N, ibu dari, 4 Oktober, 2010)

Setiap minggu saya sudah melakukan olahraga rutin buat nurunin beratku ini masik 55 kg, padahal tingginya cuma 165 cm, jadi buat nurunin berat ini biar jadi 50 kg saya pilih olahraga jogging aja sambil renang seminggu sekali tapi ya gitu buktinya kok gak turun-turun ya. Apa lagi ini perut gak mau kecil-kecil gitu, betisnya juga gak mau kecil-kecil sampe saya ini pusing sendiri harus gimana lagi buat kecilkannya. Jadi kalo saya pergi-pergi jadi gak pede kalo pake rok kan keliatan to. Jadi saya akali pake celana yang gelap-gelap biar gak mencolok banget keliatannya. Jadi sekarang saya ikut fitness lho buat kurusin ini badan sama bentuk biar badannya kayak dulu lagi kayak badannya anak muda lagi. Ya memang capek tapi gak papa buat

*isi waktu kosong juga kan gak ada
salahnya meski tua tapi tetep
langsing.*

(L, ibu dari A, 10 Oktober, 2010)

Melalui wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap dua ibu yang memiliki *body dissatisfaction*. Pada saat ini ibu memiliki usia yang tidak lagi muda mereka tetap memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan perubahan jasmani seperti badan yang sudah tidak sebugas dulu yang disertai dengan berubahnya berat badan yang lebih daripada dulu. Berat itu terutama berpusat pada daerah perut, serta pada bagian tubuh lain yang terdapat timbunan lemak seperti tangan, kaki, dan betis. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ogden (2007), ditemukan bahwa ibu yang tidak puas dengan tubuh mereka, maka akan mengomunikasikannya kepada anak perempuan mereka yang nantinya menyebabkan anak-anak perempuan mengalami *body dissatisfaction*.

Pada survei awal terlihat bahwa pengaruh dari ibu yang memiliki *body dissatisfaction* dapat terjadi secara langsung dan tidak langsung. Pengaruh langsung yang ditunjukkan ibu seperti memberikan kritikan terkait dengan bentuk tubuh anak, membandingkan bentuk tubuhnya yang bagus dengan bentuk tubuh anaknya yang menurutnya kurang bagus serta membelikan obat pelangsing.

Selain itu, pengaruh secara tidak langsung juga dapat terjadi seperti ibu menceritakan bentuk tubuhnya yang bagus pada saat dahulu, ibu menunjukkan kepedulian yang lebih terhadap bentuk tubuhnya seperti diet untuk tidak makan malam hingga puasa dan berolahraga untuk

menurunkan berat badannya. Adanya sikap yang ditunjukkan ibu seperti memberikan kritikan terhadap anaknya terkait dengan bentuk tubuh anaknya, selalu mengutarakan perasaan ketidakpuasan tubuh kepada anak, melakukan berbagai upaya untuk mengurangi ketidakpuasan tubuh pada tubuhnya dan anak perempuan membuat peneliti mempertimbangkan bahwa relasi antara ibu dan anak ketika ibu mengutarakan ketidakpuasan terhadap tubuh dapat memengaruhi *body dissatisfaction* pada anak perempuannya.

Kebiasaan yang dilakukan ibu merupakan faktor yang sangat penting dalam memengaruhi *body dissatisfaction* yang dimiliki anak perempuannya karena ibu sebagai orang yang memberikan persepsi tentang *body dissatisfaction* yang dimilikinya. Selain itu, sosok ibu juga sebagai model yang diamati oleh anak-anaknya setiap hari sangat diperlukan bagi pembentukan femininitas anak remaja putrinya (Kartono, 2005).

Dalam proses *modeling*, anak akan memodel sikap ibu. Hal ini dikarenakan adanya persamaan jenis kelamin sehingga ibu sulit memandang bahwa anak perempuannya sebagai sesuatu yang terpisah dari dirinya. Ibu memandang anak perempuan adalah bagian dari dirinya yang diharapkan akan meneruskan cita-cita atau keinginannya serta tidak mengalami hal-hal buruk yang pernah terjadi padanya (Chodorow, disitat dalam Suprpto, 2007) Kedekatan relasi antara ibu dan anak ini dapat membuat suatu hal yang tidak bisa lepas begitu saja seperti ada pepatah yang mengatakan *like mother like daughter*, sehingga jika ibu memiliki *body dissatisfaction* maka diprediksikan anaknya juga akan memiliki *body dissatisfaction*

karena apa yang dimiliki oleh ibunya akan diidentifikasi oleh anaknya (Peterson and Robert, 2003). Relasi ini menjadi hal yang penting karena ibu seringkali sebagai model identifikasi pertama bagi remaja putri dalam hal menerima perubahan fisik dan menyiapkan peran sebagai seorang perempuan. Sehingga anak perempuan melihat ibu sebagai model peran dan sumber penting informasi dan panduan bagi remaja, tentang siapa mereka sebagai perempuan, bagaimana mereka harus merasa dan berperilaku sebagai perempuan serta bagaimana mengukur tubuh mereka (Usmiani and Daniluk, 2007).

Peran ibu yang memiliki *body dissatisfaction* ini akan berdampak pada *body dissatisfaction* anak karena ibu mengomunikasikan apa yang dialami kepada anak. Namun, semuanya itu juga dipengaruhi dengan kualitas relasi antara ibu dan anak. Jika ibu dan anak mempunyai relasi yang baik, maka anak kemungkinan memperhatikan semua hal yang dilakukan ibunya. Sebaliknya, jika ibu dan anak memiliki relasi yang kurang baik, maka segala sesuatu yang dilakukan ibunya kemungkinan kurang mempunyai makna yang berarti dalam hidupnya (Hurlock, 1994). *Body dissatisfaction* yang disampaikan ibu kepada anak akan dapat terjadi apabila ibu dan anak memiliki relasi yang baik, dan sebaliknya jika ibu dan anak mempunyai relasi yang kurang baik maka *body dissatisfaction* yang disampaikan ibu pada anak tidak akan menjadi suatu yang bermakna. Fenomena tersebut menyebabkan peneliti merasa tertarik untuk melihat hubungan antara *body dissatisfaction*

ibu dan *body dissatisfaction* anak perempuan dengan mengendalikan relasi ibu dan anak.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah Remaja yang berusia 18-21 tahun yang memiliki indeks massa tubuh normal dan Ibu dari subjek penelitian yang berusia 40-60 tahun.

Body Dissatisfaction Ibu dan Anak Perempuan

Body Dissatisfaction merupakan bagian dari *body image*. Definisi dari *body dissatisfaction* adalah perbedaan persepsi mengenai bentuk tubuh aktual seseorang saat ini dengan bentuk tubuh ideal menurut pemikiran yang telah dibentuk oleh masyarakat (Forbes, Adam-Curtis, Rade, & Jaberg, 2001).

Body dissatisfaction sebagai evaluasi subjektif yang sifatnya negatif terhadap penampilan fisik, meliputi figur tubuh, berat badan dan pinggul (Stice & Shaw, 2002). Ogden (2003) mendefinisikan *body dissatisfaction* merupakan perbedaan antara persepsi seseorang terhadap ukuran tubuh sesungguhnya saat ini dengan ukuran tubuh yang ideal yang diinginkannya.

Aspek-aspek dalam *body dissatisfaction* yang digunakan dalam penelitian ini mengacu kepada penelitian yang diungkapkan oleh Cooper, (dalam Marchiella, 2009) yang mengembangkan *Body Shape Questionnaire* yang lebih dikenal dengan sebutan BSQ untuk mengukur kepedulian terhadap bentuk tubuh, khususnya mengenai pengalaman merasa gemuk. Aspek-aspek tersebut meliputi: *Distress* yang disebabkan

preokupasi terhadap berat dan bentuk tubuh, malu untuk tampil di depan umum dan menghindari aktifitas yang mengekspos penampilan tubuh, perasaan kegemukan yang berlebihan setelah makan.

Indeks Massa Tubuh

Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah sebuah ukuran berat terhadap tinggi badan yang umum digunakan untuk menggolongkan orang dewasa ke dalam kategori *underweight* (kekurangan berat badan), *overweight* (kelebihan berat badan) dan obesitas (kegemukan). Metode perhitungan IMT telah disetujui oleh WHO dan dengan menggunakan perhitungan ini, kisaran berat badan menjadi lebih realistis. Rumus atau cara menghitung IMT sangat mudah, yaitu dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan kuadrat dari tinggi badan dalam meter (kg/m^2).

$$\text{IMT} = \frac{\text{berat (kg)}}{\text{tinggi}(\text{m}^2)}$$

Remaja Akhir

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa. Pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik. Pada masa ini tubuh berkembang pesat, sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa. Pada periode ini pula remaja berubah secara kognitif dan mulai mampu berfikir abstrak seperti orang dewasa. Pada periode ini juga remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran

sosialnya yang baru untuk menuju sebagai orang dewasa (Clarke-Sweart & Friedman, 1987).

Selain perubahan yang terjadi dalam diri remaja, terdapat pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya, maupun masyarakat pada umumnya. Kondisi ini merupakan reaksi terhadap pertumbuhan remaja. Remaja dituntut untuk mampu menampilkan tingkah laku yang dianggap pantas atau sesuai bagi orang-orang seusianya. Adanya perubahan baik di dalam maupun di luar dirinya itu membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan kebutuhan psikologisnya (Mappiare, 1987). Perubahan kognitif, semua perubahan fisik yang membawa implikasi perubahan emosional tersebut makin dirumitkan oleh fakta bahwa individu juga sedang mengalami perubahan kognitif. Perubahan dalam kemampuan berfikir yang terjadi dalam waktu yang singkat itu membawa akibat bahwa fokus utama dari perhatian remaja adalah dirinya sendiri.

Secara psikologis proses-proses dalam diri remaja semuanya telah mengalami perubahan, dan komponen-komponen fisik, fisiologis, emosional, dan kognitif sedang mengalami perubahan besar.

Dewasa Madya

Dewasa madya merupakan seseorang yang dikelompokkan dalam suatu rentang usia tertentu yang biasanya mereka disebut juga sebagai orang paruh baya. Menurut Hurlock (1994), dewasa adalah seseorang yang memiliki rentang usia 40-60 tahun. Pada masa usia dewasa madya dapat diartikan sebagai

suatu masa menurunnya keterampilan fisik dan semakin besarnya tanggung jawab. Pada masa ini adalah suatu periode yang membuat perempuan menjadi sadar akan polaritas muda-tua dan semakin berkurangnya jumlah waktu yang tersisa dalam kehidupan, suatu masa ketika orang mencapai dan mempertahankan kepuasan dalam karier, dan suatu titik ketika individu berusaha meneruskan suatu yang berarti pada generasi berikutnya.

Relasi ibu dan anak

Relasi ibu dan anak merupakan hal yang penting dalam perkembangan identitas remaja, dalam hal peran dan identitas gender, citra tubuh, dan harga diri (Kamptner, dalam Wertheim dan Paxton, 1999).

Hal yang sama dilakukan penelitian oleh Smith et al (dalam Ogden, 2007) menunjukkan hubungan yang dekat antara ibu dan anak adalah relasi yang sudah tidak dapat dipisahkan lagi yang terjadi pada remaja. Ibu hadir sebagai model yang mempunyai peran penting bagi anak perempuan mereka. Anak yang memiliki relasi yang nyaman dengan orangtuanya, maka akan memiliki harga diri dan kesejahteraan emosional yang lebih baik. Hal ini dikarenakan ibu dapat melindungi anaknya dari tekanan emosional yang berkaitan dengan transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa (Santrock, 2002).

Relasi antara ibu dan anak dapat memengaruhi sikap yang dilakukan oleh anak. Hal ini dikarenakan anak akan memberikan suatu pemaknaan yang berarti jika anak merasa memiliki relasi yang baik dengan ibu. Sebaliknya jika ibu dan anak memiliki relasi yang kurang baik maka segala sesuatu yang dilakukan oleh ibunya tidak akan mempunyai makna yang berarti dalam

hidupnya. Jadi apa yang diajarkan oleh ibunya maka akan diterima dengan baik oleh anaknya jika mereka mempunyai hubungan yang baik (Hurlock, 1994).

Relasi ini menjadi hal yang penting karena ibu seringkali sebagai model identifikasi pertama bagi remaja putri. Selain itu, ibu sebagai model peran dan sumber penting informasi dan panduan bagi remaja, tentang siapa mereka sebagai perempuan, bagaimana mereka harus merasa dan berperilaku sebagai perempuan serta bagaimana mengukur tubuh mereka (Usmiani and Daniluk, 2007). Remaja putri memilih ibu sebagai model identifikasi ini dikarenakan ikatan antara ibu dan remaja putrinya unik karena persamaan jenis kelamin diantara mereka sehingga membuat persepsi ibu bahwa anak remaja putri adalah hal yang tidak terpisahkan darinya (Chodorow, dalam Steedman, 1987). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Pipp et al (1985) menunjukkan bahwa remaja lebih suka berbagi informasi dengan ibu mereka daripada ayah dikarenakan sikap ibu yang cenderung lebih sering mengarahkan perbincangannya dengan anak remajanya pada masalah sehari-hari yang masih dapat dimengerti oleh remaja putrinya. Dapat disimpulkan dari penelitian diatas bahwa anak lebih mudah berkomunikasi dengan ibunya daripada sosok ayahnya sehingga remaja putri memiliki relasi yang lebih dekat dengan ibunya.

Berdasarkan penelitian Konopka (dalam Sofiana, 2005), ada beberapa aspek yang terdapat dalam relasi ibu dan anak antara lain: kedekatan antara ibu dan anak, komunikasi timbal balik, penghargaan dari ibu, kebersamaan dengan ibu, pengertian dan

dukungan dari ibu, kepercayaan ibu kepada anak.

Metode

Metode dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kuantitatif. Teknik uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*). Selanjutnya, untuk mengetahui validitas item ini adalah dengan cara melihat *corrected item total correlation*.

Teknik reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik konsistensi internal dengan rumus Alpha Cronbach. Suatu alat ukur dinyatakan reliabel jika $\alpha > 0.7$.

Hasil uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test*. Suatu sebaran data dinyatakan normal jika $p > .05$. Uji linier dilakukan dengan menggunakan teknik *curve-fit estimation*. Hubungan antar variabel dinyatakan linier jika $p < .05$. Untuk uji hipotesis akan menggunakan statistik parametrik, yaitu korelasi parsial. Sebaliknya jika uji asumsi tidak terpenuhi maka uji hipotesis akan dilakukan dengan menggunakan statistik nonparametrik yaitu korelasi *Spearman's Rank Order* atau *Kendall's Tau_b*.

IMT	Obesitas 1 (33%) Overweight (25 %) Normal (18.7%)	Normal (100%)
Penilaian terhadap berat badan	Tidak ideal (76.7%)	Tidak Ideal (75%)
Penilaian terhadap tinggi badan	Tidak ideal (53.3%)	ideal (53.3%)
Penilaian terhadap bentuk tubuh	Tidak Suka (88.3%)	Tidak Suka (75%)
Bagian tubuh yang tidak disukai	Perut (37.5%)	Perut (36.7%)
Individu yg mjdi sasaran dlm mengutarakan perasaan <i>body dissatisfaction</i>	Anak (69%)	Ibu (77%)
Usaha utk mengurangi <i>body dissatisfaction</i>	Diet (51.6%) Olahraga (24.2%)	Olahraga (52.4%) Diet (47.6%)
<i>Body dissatisfaction</i>	Sedang (55%)	Sedang (68.3%)

Pengujian normalitas pada data *body dissatisfaction* ibu diperoleh nilai signifikansi sebesar .200 dimana nilai $p > .05$ maka sebaran data subjek pada variabel *body dissatisfaction* ibu dapat dikatakan normal

Pengujian normalitas untuk data *body dissatisfaction* anak diperoleh nilai signifikansi sebesar .00 dimana nilai $p < 0.05$ maka sebaran data subjek pada variabel *body dissatisfaction* anak dapat dikatakan tidak normal.

Pengujian normalitas untuk data relasi ibu dan anak diperoleh nilai signifikansi sebesar .200 dimana nilai $p > .05$ maka sebaran

Hasil Penelitian

Data	Ibu	Anak
------	-----	------

data subjek pada variabel relasi ibu dan anak dapat dikatakan normal.

Pengujian linearitas pada variabel *body dissatisfaction* ibu dengan *body dissatisfaction* anak memiliki nilai $F = 10.38$ dan nilai $p = .002$ ($p < .05$) sehingga fungsi hubungan kedua variabel tersebut linear. Selanjutnya pada variabel *body dissatisfaction* anak dengan variabel relasi ibu dan anak memiliki nilai $F = .804$ dan nilai $p = .373$ ($p > .05$) sehingga fungsi kedua hubungan tidak linear.

Pengujian hipotesis menunjukkan hasil bahwa, ada hubungan antara variabel *body dissatisfaction* ibu dengan *body dissatisfaction* anak yang memiliki nilai sig $< .05$ yaitu $.001$. Hasil uji hipotesis yang telah dilakukan pada variabel *body dissatisfaction* anak dengan relasi ibu dan anak menunjukkan nilai sig $> .05$ yaitu $.579$. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel *body dissatisfaction* anak tidak memiliki korelasi dengan variabel relasi ibu dan anak. Selain itu, *body dissatisfaction* ibu dengan variabel *body dissatisfaction* anak, dengan mengendalikan variabel relasi ibu dan anak menunjukkan nilai sig $< .05$ yaitu $.003$. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel *body dissatisfaction* ibu tetap memiliki korelasi dengan variabel dan *body dissatisfaction* anak, dengan atau tanpa melibatkan relasi ibu dan anak.

Pada pengujian korelasi per aspek menunjukkan bahwa menunjukkan korelasi antara *body dissatisfaction* ibu dengan aspek-aspek *body dissatisfaction* anak. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan antara *body dissatisfaction* ibu dengan perasaan malu pada anak untuk tampil di depan umum dan menghindari aktivitas yang

mengekspos penampilan tubuh pada anak dengan mengendalikan *distress* yang disebabkan preokupasi terhadap berat badan dan bentuk tubuh dan perasaan kegemukan yang berlebihan setelah makan ($p = .002 < .05$). Selain itu ada hubungan antara *body dissatisfaction* ibu dengan perasaan kegemukan pada anak yang berlebihan setelah makan pada anak dengan mengendalikan *distress* yang disebabkan preokupasi terhadap berat badan dan bentuk tubuh dan perasaan malu untuk tampil di depan umum dan menghindari aktivitas yang mengekspos penampilan tubuh ($p = .049 < .05$).

Bahasan

Dari data uji statistik yang dilakukan dalam penelitian ini, ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dan *body dissatisfaction* anak ($r = .309$, sig = $.016 < .05$). Menurut Ogden (2007), *body dissatisfaction* yang dimiliki ibu diprediksi dapat berdampak pada anaknya karena ibu yang tidak puas dengan tubuhnya akan mengomunikasikan ketidakpuasan tersebut kepada anaknya, sehingga dapat membuat anak menjadi tidak puas terhadap tubuhnya. Hal ini diperkuat dengan hasil data penelitian (tabel 12) bahwa sebagian besar (86.7%) ibu mengutarakan perasaan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya.

Selain itu, data menunjukkan bahwa individu yang paling sering (69%) menjadi sasaran ibu dalam mengutarakan perasaan ketidakpuasan terhadap tubuhnya adalah anak perempuannya. Hal ini juga sesuai dengan data dari subyek penelitian anak bahwa individu yang paling sering (77%)

memberikan masukan mengenai bentuk tubuh anak adalah ibu. selanjutnya didapatkan hasil bahwa saran dan kritik yang diterima anak mengenai bentuk tubuh dari ibu adalah anak jangan terlalu gemuk (19.7%), perutnya dikecilkan (14.7%), jangan makan pada malam hari (14.7%) dan olahraga (11.5%). Sikap anak ketika mendapatkan kritikan adalah menjadi termotivasi (38.3%) dan menuruti (21.7%).

Pada hasil penelitian antara *body dissatisfaction* ibu dan *body dissatisfaction* anak dengan memperhatikan relasi ibu dan anak menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* ibu berkorelasi secara signifikan dengan *body dissatisfaction* anak tanpa adanya pengaruh yang bermakna dari baik buruknya relasi ibu dan anak ($R = .3864$, $sig = .003 < .05$). Dalam penelitian ini relasi ibu dan anak dapat diukur berdasarkan kedekatan antara ibu dan anak, komunikasi timbal balik, penghargaan dari ibu, kebersamaan dengan ibu, pengertian dan dukungan dari ibu, dan kepercayaan ibu kepada anak. Melalui pengujian statistik diketahui bahwa relasi ibu dan anak tidak memiliki korelasi yang signifikan dengan *body dissatisfaction* anak ($r = -.073$, $sig = .579 > .05$).

Adanya korelasi yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dengan *body dissatisfaction* anak ini dapat terjadi karena ibu sebagai orang yang memberikan persepsi tentang *body dissatisfaction* yang dimilikinya melalui perilaku ibu sehari-hari yang diperhatikan anaknya. Selain itu sosok ibu adalah sebagai seorang perempuan yang menjadi inspirasi bagi anak perempuan karena adanya persamaan jenis kelamin (Santrock, 2003). Sehingga apapun yang dilakukan ibu maka akan dicontoh oleh anaknya termasuk ketidakpuasan ibu terhadap tubuhnya. Hal ini sesuai dengan pendapat

Kartono (2005) bahwa sosok ibu juga sebagai model yang diamati oleh anak-anaknya setiap hari sangat diperlukan bagi pembentukan feminitas anak remaja putrinya. Hal ini juga terkait dengan tugas perkembangan remaja yaitu anak perempuan mampu menerima dirinya dan menyiapkan peran sebagai seorang perempuan. Sehingga, ibu menjadi model bagi anak karena adanya persamaan jenis kelamin, apalagi dalam penelitian ini seluruh subyek penelitian anak tinggal bersama dengan ibunya, sehingga ibu dapat mengomunikasikan ketidakpuasan tubuhnya terhadap anak, baik dengan mengutarakan secara langsung kepada anak maupun dengan melakukan usaha-usaha untuk mengurangi ketidakpuasan tubuhnya, yang dapat teramati oleh anak.

Hal ini dapat dilihat bahwa sebagian besar (86.7%) ibu mengutarakan perasaan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya. Selain itu, didapatkan bahwa sebagian besar (78.3%) sikap ibu untuk mengurangi ketidakpuasan tubuh adalah dengan melakukan usaha-usaha tertentu yaitu dengan cara diet (51.6%) dan olahraga (24.2%).

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebagian besar (55%) ibu memiliki *body dissatisfaction* pada kategori sedang. Ketidakpuasan ini antara lain dapat disebabkan oleh indeks massa tubuh (IMT) ibu yang sebagian besar (33%) berada pada kategori obesitas satu. Dengan kondisi tubuh yang seperti ini, sebagian besar ibu memiliki penilaian bahwa berat badan (76.7%) dan tinggi badan (53.3%) mereka tidak ideal dan sebagian besar (88.3%) dari mereka pun tidak menyukai bentuk tubuhnya. Bagian tubuh yang paling tidak disukai ibu adalah perut (37.5%). Hal ini sesuai dengan penelitian

Mappiare (1993) bahwa sebagian besar perempuan dewasa madya cenderung memiliki berat badan yang lebih. Berat itu terutama berpusat pada daerah perut, hal ini dikarenakan pada usia ini pertumbuhan tinggi badan mereka mulai berhenti dan mulai mengembang bagian tengah badannya.

Bentuk *body dissatisfaction* yang dimiliki ibu ini dapat terlihat melalui hasil analisis butir bahwa sebagian besar (60%) mereka merasa khawatir terhadap bentuk tubuhnya yang menyebabkan mereka merasa perlu untuk berolahraga dan berdiet. Hal ini didukung oleh pendapat Mappiare (1993) yang mengatakan dalam usia ini kebanyakan mereka menyadari akan kegemukannya, sehingga banyak yang ingin terbebas dari keadaan ini dengan cara salah satunya adalah melakukan olahraga dan diet yang berlebihan untuk mengurangi kegemukan.

Sama halnya dengan ibu yang mengalami ketidakpuasan tubuh, dalam penelitian ini anak juga mengalami ketidakpuasan tubuh yang sebagian besar (68.3%) berada pada kategori sedang. Sebagian besar (75%) anak memberikan penilaian bahwa berat badan yang dimiliki tidak ideal dan sebagian besar (75%) dari mereka pun tidak menyukai bentuk tubuhnya (tabel 20). Bagian tubuh yang paling tidak disukai anak adalah perut (36.7%) Padahal secara keseluruhan subjek penelitian memiliki indeks massa tubuh (IMT) anak seluruhnya berada dalam kategori normal. Ketidakpuasan anak terhadap bentuk tubuhnya menyebabkan sebagian besar (91.7%) anak melakukan usaha untuk mengurangi ketidakpuasan tubuhnya dan bentuk usaha yang dilakukan anak untuk mengurangi ketidakpuasan

tubuhnya adalah dengan berolahraga (52.4%) dan diet (47.6%).

Ketidakpuasan anak terhadap tubuhnya dapat terlihat dari hasil analisis butir pada tabel 60 bahwa sebagian besar subjek penelitian anak menyatakan sering/sangat sering/selalu merasa khawatir terhadap bentuk tubuhnya yang menyebabkan mereka merasa perlu untuk berolahraga (70%), merasa sangat khawatir terhadap bentuk tubuh mereka sehingga mereka merasa perlu untuk berdiet (63.3%), merasa gemuk pada saat keadaan telanjang (mis. pada saat mandi) (63.3%), memilih pemikiran bahwa bentuk tubuh mereka seperti ini karena mereka kurang kontrol diri (61.7%), dan merasa takut akan menjadi gemuk (60%).

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui lebih jauh mengenai korelasi antara *body dissatisfaction* ibu dengan aspek-aspek dari *body dissatisfaction* pada anak. Aspek-aspek tersebut adalah *distress* yang disebabkan preokupasi terhadap berat badan dan bentuk tubuh, malu untuk tampil di depan umum dan menghindari aktivitas yang mengekspos penampilan tubuh, dan perasaan kegemukan yang berlebihan setelah makan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dengan aspek perasaan malu untuk tampil di depan umum dan menghindari aktivitas yang mengekspos penampilan tubuh pada anak ($r = .393$, $sig = .002 < .05$). Selain itu terdapat pula hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dengan aspek perasaan kegemukan pada anak yang berlebihan setelah makan pada anak ($r = .255$, $sig = .049 < .05$).

Melalui analisis butir aspek malu untuk tampil di depan umum dan menghindari

aktivitas yang mengekspos penampilan tubuh bahwa sebagian besar (63.3%) subjek menyatakan sering/sangat sering/selalu menjadi lebih sadar dengan bentuk tubuhnya jika berada bersama dengan perempuan yang kurus. Selain itu, lebih dari separuh subjek penelitian menyatakan sering/sangat sering/selalu menjadi lebih sadar diri dengan bentuk tubuhnya ketika berada bersama-sama dengan orang lain (58.3%) dan khawatir orang lain dapat melihat lemak yang berlebih di sekitar pinggang atau perutnya (56.7%). Selain itu, analisis butir aspek perasaan kegemukan yang berlebihan setelah makan bahwa lebih dari separuh subjek penelitian (53.3%) menyatakan sering/sangat sering/selalu merasa bahagia dengan bentuk tubuh mereka ketika perut mereka kosong.

Kesimpulan

Berdasarkan uji statistik serta bahasan di atas maka dapat disimpulkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dengan *body dissatisfaction* anak dengan atau tanpa melibatkan relasi ibu dan anak. Hal ini dapat dilihat melalui dua hal yaitu taraf *body dissatisfaction* yang sama pada sebagian besar ibu dan anak yaitu pada kategori sedang dan adanya kemiripan dalam hal penilaian mengenai berat badan dan bentuk tubuh, bagian tubuh yang tidak disukai serta usaha yang dilakukan untuk mengurangi ketidakpuasan tubuh antara ibu dan anak, walaupun kondisi fisik (tingkat kegemukan) ibu dan anak berbeda.

2. Adanya hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dengan dua aspek *body dissatisfaction* pada anak, yaitu aspek malu untuk tampil di depan umum dan menghindari aktivitas yang mengekspos penampilan tubuh dan aspek perasaan kegemukan yang berlebihan setelah makan.

Daftar Pustaka

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, I. (1997). *Sangkan peran Gender*. Cetakan pertama. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Benedikt, R., Wertheim, E. H., & Love, A. (1998). *Eating attitudes and weight loss attempts in female adolescents and their mothers*. *Journal of Youth and Adolescence*, 27, 43± 57.
- Brehm, B. A. (1999). *Body dissatisfaction : causes and consequences*. Retrieved from <http://www.fitnessworld.com/library/bodyimage/labnotes0399.html>
- Dittrich, I. (2003). *About-face facts on body image*. Retrieved 28 November 2010. From <http://www.About-face.org/r/facts/bi.html>
- Dusek, B. J. (1996). *Adolescent Development & Behaviour*. (3 Ed). Prentice Hall. Inc. New Jersey

- Gardner, R.M. (1996). *Methodological issues in assessment of the perceptual component of body image disturbance*. British Journal of Psychology Vol. 87 (3), 327-337
- Grogan, S. (1999). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. New York: Routledge
- Faucher, C. (1999). *Cognitive behaviour therapy as a treatment for body image dissatisfaction*. Retrieved Mei 17, 2010, from http://www.vanderbilt.com/Ans/psychology/health_psychology/BI.Therapy.htm
- Forbes, G., Adams-Curtis, L., Rade, B. and Jaberg, P. (2001). *Body Dissatisfaction in Women and Men: The Role of Gender-Typing and Self-Esteem*. Sex Roles, Vol. 44, Nos. 7/8,
- Hurlock, E. B. (1994) *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Edisi IV). (Penerjemah : Dra Istiwidayanti & Drs. Soedjarwo, Msc). Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1999) *Perkembangan anak jilid 2(6)* (dr. Med. Meitasari Tjandrasa, pengalih bahasa). Jakarta : Erlangga.
- Hartup, W.W. (1989). *Social Relationship and Their Developmental Significance*. American Psychologis. February 1992. Vol. 44, No. 2, 120 – 126.
- Kartono, K. (2005) *Psikologi wanita mengenal wanita sebagai ibu dan nenek*. Bandung : Mandar Maju.
- Mappiare, A (1987) *Psikologi remaja*. Surabaya:Usaha Nasional.
- Mappiare, A (1993) *Psikologi orang dewasa*. Surabaya:Usaha Nasional.
- Marchiella, E .(2005) *Hubungan antara big five personality dengan body dissatisfaction pada remaja akhir*. Skripsi Sarjana Srata I. Tidak diterbitkan, Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Ogden, J. and Steward, J.(2000).*The role of mother daughter relationship in explaining weight concern*. Journal eating disorder.
- Odgen, J. (2007). *Health Psychology* (5th Ed.): *A text book*. Philadelphia: Open university press.
- Odgen, J. (2011). *Eating disorders* (5th Ed.): *A text book*. Philadelphia: Open university press.
- Peterson, C and Robert, C.(2003).*Like mother lika daughter: similarities in narrative style*.developmental psychology Vol.39,No.3 551-562
- Pipp et al.(1985). *Adolescents' theories about the development of their relationships*

with parents. [J Pers Soc Psychol](#). Apr;48(4):991-1001.

Santrock, J.W. (2003) *Life Span development : Perkembangan masa hidup edisi lima jilid satu* (A. Chusairi & J. Damanik, Pengalih bhs.) Jakarta : Erlangga

Sarwono, S.W. (2004). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Siahaan, R. (2003). *Human Health*. Jakarta: Cahaya Kota Media

Sivert, S. and Sinanovic, O.(2008) *Body dissatisfaction-is age factor*. *Philosophy, Sociology, Psychology and history* Vol. 7, No 1, 2008, pp 55-61

Stice, E., & Shaw, H.e. (2002). *Role of body dissatisfaction In The Onset and Maintenance of eating pathology: A Synthesis of Research findings*, *Journal of Psychosomatic Research*, 53, 985-993

Soesilowindradini. (2005) *Psikologi Perkembangan masa remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.

Steedman, C.K. (1987).*Landscape for a good woman: a story of two lives*.NewBrunswick, New Jersey: Rutgers University Press.

Stice, E. & Shaw, H. E. (1994). Adverse Effect of the media Potrayed thin ideal on women and Linkages to Bulimic Symptomatologi. *Journal of Social and Clinical Psychology* 1994 Februari Vol 3.

Stice, E., & Shaw, H.e. (2002). *Role of body dissatisfaction In The Onset and Maintenance of eating pathology: A Synthesis of Research findings*, *Journal of Psychosomatic Research*, 53, 985-993

Shofiana,A .(2005) *Relasi antara anak perempuan ibu kandung dengan relasi antara anak perempuan ibu mertua*. Skripsi Sarjana Srata I. Tidak diterbitkan, Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

Suprpto, M. H. (2006). *Aku dan Dia cantik mana? Studi Eksperimen tentang perbandingan social, body dissatisfaction, dan objectivikasi*. *Anima Indonesia* 2009.vol 24,No.2,162-182

Usmiani,S. and Daniluk.J.(1997).*Mothers and their adolescent daughters: relationship between self-esteem, gender role identity, and body image*.*Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 26, No. 1, 1997.

Wertheim.E. and Paxton.J.(1999).*Relationships among adolescent girls' eating behaviors and their parents' weight-related attitudes and behaviors*. La Trobe University. *Sex Roles*, Vol. 41, No. 3/4,

