

HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN ASERTIVITAS TERHADAP PASANGAN PADA WANITA *MENOPAUSE*

Ratri Dewi Anggraini, Sri Hartati*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

rattree91@yahoo.com

tthartati@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*. Subjek penelitian ini adalah wanita yang berusia 40-55 tahun, berstatus menikah, berpendidikan terakhir minimal SMA, dan tinggal di kota Semarang. Sampel penelitian berjumlah 83 wanita dengan teknik sampling insidental. Pengambilan data menggunakan skala asertivitas terhadap pasangan (23 aitem valid dengan $\alpha = 0,852$) dan skala *body image* (26 aitem valid dengan $\alpha = 0,860$) yang telah diujicobakan pada 46 subjek.

Data dianalisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana, dan menghasilkan $r_{xy} = 0,314$ dengan $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *body image* dengan asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima.

Nilai positif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin positif *body image*, maka semakin tinggi asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*, begitu pula sebaliknya. *Body image* memberikan sumbangan efektif sebesar 9,9% pada asertivitas terhadap pasangan, sisanya 90,1% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata kunci: *body image*, asertivitas terhadap pasangan, wanita *menopause*

*Penulis penanggungjawab

THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE WITH ASSERTIVENESS AGAINST COUPLE IN MENOPAUSAL WOMEN

Ratri Dewi Anggraini, Sri Hartati*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

rattree91@yahoo.com

tthartati@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the correlation between body image with assertiveness against couple in menopausal women. The subjects were women at age 40-55 years old, being married, has minimum level of education senior high school, and live at Semarang. The subjects numbered 83 women using incidental sampling technique. Retrieval of data using assertiveness against couple scale (23 aitem valid dengan $\alpha = 0,852$) and body image scale (26 aitem valid dengan $\alpha = 0,860$), which had previously been tested on 46 subjects.

The data obtained by simple regression analysis showed a correlation between variables $r_{xy} = 0,314$ with $p = 0,002$ ($p < 0,05$). These results indicate that there is a positive and significant correlation between body image with assertiveness against couple in menopausal women, so the proposed research hypothesis can be accepted.

Positive correlation coefficient indicates the direction of the relationship between the two variables is positive, which means the more positive body image, the higher assertiveness against couple in menopausal women, and vice versa. Body image provide an effective contribution by 9,9% to assertiveness against couple in menopausal women, and 90,1% are influenced by other factors which aren't revealed in this study.

Keywords: body image, assertiveness against couple, menopausal women

**Corresponding author*

PENDAHULUAN

Periode dewasa madya (*middle adult-hood*) adalah periode perkembangan yang dimulai kira-kira pada usia 35-45 tahun hingga memasuki usia 60-an (Santrock, 2002). Individu pada tahap perkembangan dewasa madya akan mengalami beberapa peristiwa penting, salah satunya adalah pengalaman perubahan biologis atau fisik. Wanita pada masa dewasa madya mengalami perubahan biologis yang spesifik, yaitu *menopause*. Wanita mengalami masa *menopause* secara umum pada usia kira-kira 40 hingga 50 tahun, dengan karakteristik berhentinya periode haid dan kemampuan melahirkan anak (Santrock, 2002).

Wanita *menopause* dapat mengalami depresi yang mungkin disebabkan oleh kenyataan bahwa wanita pada masa ini mengalami berbagai perubahan dalam peran, hubungan, dan tanggung jawab. Perubahan-perubahan ini mengakibatkan stres dan cara wanita mempersepsi dan menyikapi *menopause* dapat mempengaruhi gejala-gejala selama *menopause* (Avis; Lachman; Rossi; dalam Papalia, Olds, dan Feldman, 2009). Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh wanita *menopause* adalah dengan melakukan asertivitas, menyampaikan sumber-sumber stres atau ketidaknyamanannya kepada pasangan, sehingga tidak terjadi kesalahpahaman. Asertivitas yang dilakukan oleh wanita *menopause* dapat menjadikan pasangan memahami dan bertindak sesuai dengan kondisinya, sehingga mencapai solusi atas ketidaknyamanan yang dialaminya.

Namun, apabila wanita *menopause* tidak bisa menerima perubahan fisiknya, yang berarti memiliki *body image* negatif, maka dapat menumbuhkan rasa cemas dalam dirinya (Marga, 2007), sedangkan kecemasan yang dialami seseorang dapat mengganggu suatu hubungan interpersonal. Seseorang yang cemas dapat bersikap submisif atau pasif, bahkan melakukan pertahanan diri melalui agresi, sehingga tujuan dari suatu komunikasi tidak tercapai (Guirdham, 2002).

Keterbukaan antar pasangan rumah tangga diperlukan agar dapat memperoleh solusi bahkan meminimalisir permasalahan dalam hubungan pernikahan. Kenyataannya, pada beberapa kasus istri kesulitan untuk melakukan keterbukaan atau asertivitas yang rendah dan setiap pasangan rumah tangga memiliki pola komunikasi yang berbeda-beda. Misalnya, mencari kambing hitam dalam masalah antar pasangan, memaksa, menghina, dan memilih untuk diam saat menghadapi permasalahan, sehingga berdampak pada tidak tercapainya tujuan komunikasi antar pasangan (Benokraitis, 2011).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti ingin mengkaji secara empirik mengenai hubungan antara *body image* dengan asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*.

METODE

Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel tergantung : asertivitas terhadap pasangan

Variabel bebas : *body image*

Definisi Operasional

Definisi Operasional Body Image

Body image adalah penilaian individu yang meliputi kepuasan, afektif, kognitif dan perilaku terhadap penampilan dan fungsi tubuhnya. *Body image* akan diungkap melalui skala yang disusun berdasarkan komponen-komponen *body image* menurut Menzel dkk (dalam Cash dan Smolak, 2011), yaitu kepuasan subjektif secara global, afektif, kognitif, dan kecenderungan perilaku.

Tingkat *body image* yang dimiliki subjek dapat diketahui dari tinggi rendahnya skor total pada skala *body image*. Semakin tinggi skor pada skala,

maka semakin positif *body image* yang dimiliki oleh subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor pada skala, semakin negatif *body image* yang dimiliki oleh subjek.

Definisi Operasional Asertivitas terhadap Pasangan

Asertivitas terhadap pasangan adalah kemampuan individu untuk mengungkapkan perasaan, pikiran secara terbuka kepada pasangannya, dan mempertahankan hak pribadi dengan tetap menghargai hak pasangan. Asertivitas terhadap pasangan akan diungkap melalui skala yang disusun berdasarkan komponen-komponen asertivitas menurut Stein dan Book (2011), yaitu kemampuan untuk mengekspresikan perasaan, kemampuan untuk menyatakan keyakinan dan pikiran secara terbuka, serta kemampuan untuk mempertahankan hak pribadi dengan tetap menghargai hak orang lain

Tingkat asertivitas terhadap pasangan yang dimiliki subjek dapat diketahui dari tinggi rendahnya skor total pada skala asertivitas terhadap pasangan. Semakin tinggi skor pada skala, semakin tinggi pula asertivitas terhadap pasangan yang dimiliki oleh subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor pada skala, semakin rendah asertivitas terhadap pasangan yang dimiliki oleh subjek.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah yang berusia 40-55 tahun, berstatus menikah, berpendidikan terakhir minimal SMA, dan tinggal di kota Semarang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik insidental. Jumlah subjek yang terkumpul sebesar 83 orang.

Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala asertivitas terhadap pasangan yang berisi 23 aitem dan skala *body image* yang berisi 26 aitem. Setiap skala terdiri atas pernyataan yang diikuti dengan empat pilihan jawaban, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai).

Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, koefisien korelasi menunjukkan $r_{xy} = 0,314$, dengan tingkat signifikansi $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut memiliki arti adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dengan asertivitas terhadap pasangan. Nilai positif pada koefisien korelasi menunjukkan, bahwa terdapat hubungan yang positif antara kedua variabel penelitian. Semakin positif *body image*, maka semakin tinggi pula asertivitas terhadap pasangan, sebaliknya, semakin negatif *body image*, maka semakin rendah asertivitas terhadap pasangan. Kesimpulannya adalah hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat hubungan antara *body image* dengan asertivitas terhadap pasangan pada wanita usia *menopause* **dapat diterima**.

Hasil deskripsi subjek dalam variabel *body image* menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki *body image* positif (67,47%). Kemungkinan faktor yang mempengaruhi subjek memiliki *body image* positif adalah pengaruh dari lingkungan sekitar atau teman yang dapat terlihat dari tidak adanya komentar atau perbincangan negatif mengenai tubuh dalam perkumpulan (Cash dan Smolak, 2011). Faktor lain yang memungkinkan subjek memiliki *body image* positif, antara lain subjek yang sebagian besar berlatar belakang agama Islam (Kawamura dan Rice dalam Cash dan Smolak, 2011), penerimaan subjek atas kondisi fisiknya, dan kecenderungan subjek untuk memperhatikan dan merawat tubuhnya (Tylka dalam Cash dan Smolak, 2011).

Hasil deskripsi subjek dalam variabel asertivitas terhadap pasangan menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki asertivitas terhadap pasangan yang tinggi (65,06%). Kemungkinan faktor yang mempengaruhi subjek

memiliki asertivitas terhadap pasangan yang tinggi adalah tingkat pendidikan terakhir subjek yang rata-rata SMA hingga sarjana (Laura dan Syifa'ar, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian, *body image* subjek yang positif memiliki kontribusi terhadap tingkat asertivitas subjek yang tinggi. Subjek merasa dirinya tidak terganggu dengan penampilan atau fisiknya, sehingga subjek tidak merasa cemas ketika berinteraksi dengan pasangan dan tidak pula mengkhawatirkan pemikiran pasangan terkait dengan perubahan fisik subjek (Dunn dan Lindner dalam Cash dan Smolak, 2011). Subjek yang tidak mengalami kecemasan mampu melakukan asertivitas dan tidak pasif, melakukan penghindaran, bahkan agresif dalam berkomunikasi dengan pasangan, sehingga tujuan komunikasi dapat tercapai (Guirdham, 2002). Subjek dengan *body image* yang positif memiliki harga diri yang tinggi, sehingga merasa percaya diri dan nyaman untuk terbuka dengan pasangannya (Rackley et al dalam Muhlbauer dan Chrisler, 2007).

Kemungkinan faktor lain yang dapat mempengaruhi asertivitas subjek terhadap pasangan antara lain kepribadian subjek (Dejanasz, Dowd, dan Schneider, 2012), kebudayaan (Guirdham, 2002), dan kondisi perekonomian dalam rumah tangga subjek (Gilliam, Dass, Durband, dan Hampton, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian, *body image* merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*. Koefisien determinasi yang ditunjukkan dengan *R Square* pada variabel asertivitas terhadap pasangan sebesar 0,099, yang berarti variabel *body image* memberikan sumbangan efektif sebesar 9,9% untuk asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*. Sedangkan, sisanya 90,1% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *body image* dengan asertivitas terhadap pasangan pada wanita *menopause*. Semakin positif *body*

image, maka semakin tinggi asertivitas terhadap pasangan, sebaliknya, semakin negatif *body image*, maka semakin rendah asertivitas terhadap pasangan pada wanita usia *menopause*.

Saran Bagi Subjek

Subjek diharapkan untuk mempertahankan keterbukaan dirinya terhadap pasangan di suatu hubungan pernikahan. Dapat dilakukan dengan cara mengenali dirinya yang meliputi kondisi fisik, pikiran, dan perasaan, serta tetap melatih dan membiasakan diri untuk terbuka dengan pasangan. Melalui keterbukaan, subjek dan pasangan dapat saling memahami dengan cara yang tidak merugikan satu sama lain.

Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema yang serupa, disarankan agar menggunakan variabel lain yang mempengaruhi asertivitas terhadap pasangan, seperti tingkat pendidikan, kepribadian, kebudayaan, dan kondisi perekonomian. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan kualitatif, sehingga memperoleh data yang lebih mendalam mengenai *body image* dan asertivitas terhadap pasangan dalam suatu hubungan pernikahan. Apabila peneliti ingin meneliti pada subjek yang sama, disarankan agar melakukan pendampingan lebih intens saat subjek mengisi skala, seperti menambahkan jumlah asisten peneliti. Peneliti menggunakan teknik sampling *probability* dan melakukan kontrol terhadap karakteristik subjek, seperti mengontrol usia subjek terkait dengan kondisi tahapan *menopause* yang dialami subjek.

DAFTAR PUSTAKA

- Benokraitis, N. V. (2011). *Marriages & families: Changes, choices, and constraints, 7th edition*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Cash, T. F. & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention, 2nd edition*. New York: The Guilford Press.
- De Janasz, S. C., Dowd, K. O., & Schneider, B. Z. (2012). *Interpersonal skills in organizations*. New York: McGraw-Hill.

- Gilliam, J., Dass, M., Durband, D. B., & Hampton, V. (2010). The role of assertiveness in portfolio risk and financial risk tolerance among married couples. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 21 (1), 53-67.
- Guirdham, M. (2002). *Interpersonal skills at work*. New Jersey: Prentice Hall.
- Laura, G. A., & Syifa'ar, R. (2006). Asertivitas wanita jawa ditinjau dari pendidikan, usia, dan status pekerjaan. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya. Universitas Islam Indonesia.
- Marga, P. S. (2007). Hubungan gambaran diri dengan tingkat kecemasan ibu masa menopause. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Medan: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran. Universitas Sumatera Utara.
- Muhlbauer, V., & Chrisler, J. C. (2007). *Women over 50: Psychological perspective*. New York: Springer.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development: Perkembangan manusia, edisi 10, buku 2*. Alih Bahasa: Marwensdy, B. Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development: Perkembangan masa hidup, edisi 5, jilid II*. Alih Bahasa: Damanik, J & Chusairi, A. Jakarta: Erlangga.
- Stein, S. J., & Book, H. E. (2011). *The EQ edge: Emotional intelligence and your success, 3rd edition*. Ontario: John Wiley & Sons Canada Ltd.