

**HUBUNGAN *BIG FIVE PERSONALITY* DAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DENGAN *BODY IMAGE* PADA PEREMPUAN DALAM PERIODE *POSTPARTUM***

**Christina Fieliani Octavia, Hartanti Hartanti, Vivi Setiono**

Fakultas Psikologi  
cfoctavia@gmail.com

**Abstrak** - Bagi banyak perempuan, *body image* telah menjadi perhatian khusus sepanjang kehidupan, tidak terkecuali setelah melahirkan (*postpartum*). Tidak dapat dipungkiri bahwa tubuh mengalami perubahan drastis saat kehamilan dan selama *postpartum*. Perubahan ini dianggap negatif oleh banyak perempuan sehingga mengakibatkan ketidakpuasan tubuh. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *big five personality* dan dukungan sosial suami dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum*. Subjek penelitian (N=60) adalah perempuan yang melahirkan anak pertama, berada dalam periode *postpartum* (1 minggu - 6 bulan) dan berdomisili di Surabaya. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *incidental sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan instrumen angket. Teknik analisis data untuk menguji hipotesis mayor adalah analisis regresi berganda sedangkan untuk menguji hipotesis minor menggunakan korelasi parsial. Hasil uji analisis regresi berganda menunjukkan terdapat hubungan antara *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism* dan dukungan sosial suami dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* (R= 0,765). Pada penelitian ini dukungan sosial suami merupakan prediktor bagi *body image* (R<sup>2</sup>= 0,503). Hasil uji korelasi parsial menunjukkan dimensi *big five personality* yaitu *conscientiousness* ( $r_{\text{parsial}} = -0,278$ ) dan *neuroticism* ( $r_{\text{parsial}} = -0,326$ ) memiliki hubungan negatif dengan *body image*. Hasil uji korelasi parsial juga menemukan bahwa dukungan sosial suami berhubungan positif dengan *body image* ( $r_{\text{parsial}} = 0,557$ ).

**Kata kunci:** *big five personality*, *dukungan sosial suami*, *body image*, *postpartum*

**Abstract** - For many women, *body image* has been a particular concern throughout life, no exception after childbirth (*postpartum*). It was inevitable that the body undergoes drastic changed during *postpartum* period. The purpose of this study was to know the relationship between *big five personality* and husband's social support with *body image* of women in the *postpartum* period. The participant of study were 60 women gave birth first child, in the *postpartum* period (1 week - 6 months) and live in Surabaya. The sample was conducted using *incidental sampling* technique. The data collection use instrument questionnaire. Data analysis techniques to test major hypotheses is multiple regression analysis while to test minor hypotheses using partial correlation. Multiple regression analysis showed that there was the relationship between *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism* and husband's support social with *body image* of women in the period *postpartum* (R= 0,765). In this

study, husband's social support was predictor for body image of women in the period postpartum ( $R^2 = 0,503$ ). Partial correlation indicated conscientiousness ( $r_{\text{parsial}} = -0,278$ ) and neuroticism ( $r_{\text{parsial}} = -0,326$ ) had a negative correlation with body image. Partial correlation also found that husband's social support had a positive correlation with body image ( $r_{\text{parsial}} = 0,557$ ).

**Keywords:** *big five personality, husband's social support, body image, postpartum*

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan adalah masa yang rumit bagi perempuan, penambahan berat badan saat masa pertama kehamilan memang merupakan hal yang diharapkan dan dapat diterima. Sebuah penelitian telah menemukan bahwa perempuan hamil terus mengakui standar penampilan pra-kehamilan dan merasa kekhawatiran tentang memenuhi standar tersebut setelah melahirkan (Nash, 2015). Tidak dapat dipungkiri, kehamilan dan persalinan (melahirkan) menyebabkan perubahan dramatis dalam bentuk dan ukuran tubuh perempuan, bagi banyak perempuan perubahan ini dianggap negatif sehingga mengakibatkan ketidakpuasan tubuh (*body image dissatisfaction*). Ketidakpuasan pada tubuh mungkin terjadi karena perempuan merasa tidak lagi memiliki alasan untuk menjadi gemuk setelah melahirkan (Rallis *et al.*, 2007).

Schilder (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) mendefinisikan *body image* sebagai gambaran dari tubuh yang dibentuk dalam pikiran dan merupakan cara seseorang melihat tubuhnya. *Body image dissatisfaction* (ketidakpuasan tubuh) sebagai salah satu aspek dari *body image* berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap bagian-bagian tertentu dari tubuh (Gjerdingen *et al.*, 2009). Bagi banyak perempuan, *body image* telah menjadi perhatian khusus sepanjang kehidupan, tidak terkecuali setelah melahirkan (*postpartum*) (Cash & Pruzinsky, 2002). *Body image* individu dapat secara signifikan dipengaruhi oleh perubahan fisik yang cepat selama kehamilan dan selama periode *postpartum* (Skouteris dalam Gjerdingen *et al.*, 2009).

Tubuh perempuan yang tergolong ideal sangat dihargai dalam masyarakat, namun perubahan yang terjadi pada tubuh akibat kehamilan mencerminkan bahwa perempuan semakin jauh dari tubuh yang disebut ideal. Sebuah studi menemukan

bahwa para perempuan rata-rata 4,88 kg lebih berat setelah melahirkan dibandingkan sebelum hamil, para perempuan tersebut kurang puas dengan berat badan dan bentuk tubuh setelah melahirkan (Jenkin & Tiggemann dalam Gjerdingen *et al.*, 2009). Rallis *et al* (2007) menemukan bahwa perempuan mengalami tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih besar pada periode *postpartum* dibandingkan selama pra-kehamilan atau kehamilan, 6 bulan *postpartum* ditemukan sebagai masa perempuan sangat menaruh perhatian terhadap tubuhnya.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti terhadap dua perempuan yang berada pada periode *postpartum*, para perempuan tersebut mengaku tidak puas dengan tubuh yang dimiliki pasca melahirkan. Bagian-bagian tertentu tubuh dinilai sangat tidak proporsional dan tidak bisa kembali seperti sebelum hamil.

*“Ngga pede lah, duh apa bisa balik lagi ya, apa bisa kurus ya atau kaya gini terus, mesti mikir gitu. Ditambah aku makin ga pede sama perutku, bokong, dada juga sih”* (Subjek Y, 4 minggu setelah melahirkan, 19 Maret 2016).

*“Aku ga suka sama perutku, perutku kaya glember gitu loh, meskipun aku balik kurus lagi, pastie ga isa kaya dulu, lengenku jadi glember juga ga kenceng kaya dulu”* (Subjek X, 6 minggu setelah melahirkan, 18 Maret 2016).

Penurunan kepuasan terhadap tubuh pada perempuan dalam periode *postpartum* dapat menyebabkan masalah yang serius. Perempuan yang kurang puas dengan bentuk tubuhnya cenderung untuk kurang menyusui anaknya (Barnes dalam Gjerdingen *et al.*, 2009). Ketidakpuasan terhadap tubuh dapat menurunkan harga diri seorang perempuan sehingga dapat menyebabkan timbulnya depresi (DiPietro dalam Gjerdingen *et al.*, 2009). Sweeney & Fingerhut (dalam Silvieira *et al.*, 2015) menyatakan bahwa *body image* memainkan peran penting dalam depresi *postpartum* dengan adanya peningkatan ketidakpuasan pada tubuh. Depresi *postpartum* dapat memengaruhi kesehatan fisik dan emosional serta berdampak negatif pada pengasuhan, perkembangan fisik, dan kognitif anak (O'Hara & McCabe, 2013).

Faktor biologis, lingkungan, dan psikologis telah ditunjukkan berpengaruh terhadap pembentukan *body image* seseorang (Rasooli & Lavasani, 2011). Salah satu faktor psikologis yang turut berperan dalam pembentukan *body image* adalah kepribadian (*personality*) (Widerman & Pryor dalam Rasooli & Lavasani, 2011).

Menurut Feist (2008), kepribadian merupakan pola dari sifat yang relatif menetap dan karakteristik unik yang membentuk konsistensi dan individualitas perilaku individu. Clark & Watson (dalam Kvaalem *et al.*, 2006) menyatakan kepribadian adalah sifat khas yang dimiliki individu sehingga reaksi atau perilaku individu terhadap suatu situasi akan berbeda-beda, besar kemungkinan bahwa perbedaan ciri atau karakteristik kepribadian memengaruhi *body image* individu. Sebuah penelitian menunjukkan hubungan antara beberapa dimensi kepribadian terhadap ketidakpuasan citra tubuh (*body image dissatisfaction*) dan penghargaan terhadap tubuh (*body appreciation*) (Benford & Swami, 2014).

Berbagai penelitian yang ingin melihat hubungan antara kepribadian dengan *body image*, hampir secara keseluruhan menggunakan lima dimensi kepribadian yang biasanya dikenal dengan *Five-Factor Model* atau *Big Five Personality*. Lima dimensi yang digunakan untuk menggambarkan struktur kepribadian adalah *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness* dan *neuroticism* (Costa & McCrae dalam Hartmann & Siegrist, 2015). Dimensi kepribadian *neuroticism* telah banyak dikaitkan dengan munculnya evaluasi yang lebih negatif, ketidakpuasan dengan penampilan wajah (Thomas & Goldberg dalam Swami *et al.*, 2013), dan penghargaan yang rendah terhadap tubuh (Swami *et al.*, 2008). Dimensi *extraversion* ditemukan berkorelasi dengan apresiasi tubuh yang lebih positif (Swami *et al.*, 2008). *Openness to experience* ditemukan memiliki korelasi negatif dengan *self-objectification* (Miner-Rubino *et al.*, 2002). *Agreeableness* juga ditemukan berkorelasi negatif dengan *self-objectification* (Miner-Rubino *et al.*, 2002) dan penerimaan yang lebih rendah terhadap bedah kosmetik (Swami *et al.*, 2008). *Conscientiousness* ditemukan berkorelasi negatif dengan dorongan untuk bertubuh kurus pada perempuan dan tidak berkorelasi dengan dorongan untuk memiliki otot pada pria (Benford & Swami, 2014).

Berikut ini beberapa penelitian terdahulu terkait *Big Five Personality* dengan *body image*, yaitu:

Tabel 1. Penelitian terdahulu terkait *big five personality* dengan *body image*

Peneliti/Tahun	Tema	Hasil Penelitian
Samira Sadat Rasooli & Masoud Gholamali Lavasani (2011)	<i>Relationship between personality and perfectionism with body image.</i>	Ada hubungan yang signifikan antara kepribadian dan <i>body image</i> . Ada hubungan positif yang signifikan antara <i>neuroticism</i> dan <i>agreeableness</i> dengan <i>negative body image</i> . Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa perfeksionisme (positif dan negatif) adalah prediktor signifikan dari <i>body image</i> .
Viren Swami, Maria Hadji-Michaelb & Adrian Furnham (2008)	<i>Personality and individual difference correlates of positive body image.</i>	<i>Neuroticism</i> berhubungan dengan rendahnya apresiasi terhadap tubuh ( <i>body appreciation</i> ). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa <i>Neuroticism</i> memiliki hubungan positif dengan <i>negative body image</i> . <i>Extraversion</i> berhubungan dengan apresiasi tubuh yang lebih positif.

Timbulnya pandangan yang positif atau negatif mengenai tubuh saat periode *postpartum*, tentunya tidak terlepas dari peranan lingkungan atau sosial. Dukungan sosial (*social support*) ditemukan berkorelasi positif dengan *body image*. Dukungan sosial bagi para perempuan dalam periode *postpartum* biasanya disediakan oleh suami, anggota keluarga, petugas kesehatan dan pekerja layanan sosial (Yagmur & Ulukoca, 2010). Lawrence, Fauerbach, & Heinberg (dalam Hodder, Chun-Hansen, & Parker, 2014) menemukan bahwa dukungan sosial dan kekhawatiran tentang penampilan merupakan faktor signifikan dalam menentukan kepuasan terhadap tubuh. Sebuah studi yang dilakukan oleh Orr, Reznikoff & Smithshowed (dalam Hodder, Chun-Hansen, & Parker, 2014) menyatakan bahwa seseorang yang menerima dukungan sosial yang tinggi memiliki tingkat lebih tinggi dari *body image* positif, harga diri, dan tingkat depresi yang lebih rendah.

Berikut adalah beberapa penelitian terdahulu terkait dukungan sosial dengan *body image*, yaitu:

Tabel 2. Penelitian terdahulu terkait dukungan sosial dengan *body image*

Peneliti/Tahun	Tema	Hasil Penelitian
Kellie Hodder, Anna Cur-Hansen, Andrea Parker (2014)	<i>A thematic study of the role of social support in the body image of burn survivors.</i>	Dukungan sosial yang diberikan kepada korban luka bakar seperti “mereka masih menarik”, memainkan peran penting dalam <i>body image</i> . Umpan balik negatif dari dukungan sosial memengaruhi <i>body image</i> dengan cara yang negatif.
Pamela L. Thornton, Edith C. Kieffer, Yamir Salabarria-Pena, Angela Odoms-Young, Sharla K. Willis, Helen Kim dan Maria A. Salinas (2006)	<i>Weight, Diet, and Physical Activity-Related Beliefs and Practices Among Pregnant and Postpartum Latino Women: The Role of Social Support.</i>	Dukungan informasional dan dukungan emosional dari suami adalah paling penting dan konsisten dalam memengaruhi berat badan, pola makan dan aktivitas fisik. Pola makan dan aktivitas fisik dipengaruhi oleh keyakinan keluarga tentang makanan yang aman dan tepat serta kegiatan fisik yang aman selama dan setelah kehamilan.

Penelitian ini penting dilakukan karena masih sedikit penelitian yang meneliti terkait *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum*. Penelitian ini akan melihat hubungan dua variabel yang memengaruhi *body image* yaitu kepribadian dan dukungan sosial suami pada perempuan dalam periode *postpartum*. Kepribadian dipilih untuk melihat faktor dari dalam diri individu dengan hubungannya terhadap persepsi terkait tubuh. Kepribadian dipilih juga dikarenakan dapat menggambarkan *individual difference* dengan lebih jelas. Dukungan sosial suami dipilih karena penelitian terkait dukungan sosial suami dengan *body image* para istri masih sangat jarang dilakukan, sekaligus mewakili dari faktor eksternal atau faktor di luar diri individu. Faktor eksternal yang selama ini sering diteliti dalam hubungannya dengan *body image* adalah media massa dan pengaruh sosial budaya.

Hipotesis dalam penelitian ini terbagi ke dalam dua bagian, yakni:

1. Hipotesis Mayor:

Ada hubungan antara *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism* dan dukungan sosial suami dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum*.

2. Hipotesis Minor:

- 1) Ada hubungan antara *openness to experience* dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* dengan mengontrol *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism*, dan dukungan sosial suami.
- 2) Ada hubungan antara *conscientiousness* dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* dengan mengontrol *openness to experience*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism*, dan dukungan sosial suami.
- 3) Ada hubungan antara *extraversion* dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* dengan mengontrol *openness to experience*, *conscientiousness*, *agreeableness*, *neuroticism*, dan dukungan sosial suami.
- 4) Ada hubungan antara *agreeableness* dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* dengan mengontrol *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *neuroticism*, dan dukungan sosial suami.
- 5) Ada hubungan antara *neuroticism* dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* dengan mengontrol *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan dukungan sosial suami.
- 6) Ada hubungan antara dukungan sosial suami dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* dengan mengontrol *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism*.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional yang menguji dua variabel bebas, yaitu *big five personality* dan dukungan sosial suami dengan satu variabel tergantung, yaitu *body image*. Metode pengumpulan data menggunakan *self-report method*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan instrumen angket. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *incidental sampling*, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Data akan dianalisis dengan menggunakan program statistik *SPSS Statistics Version 13*. Uji hipotesis mayor menggunakan analisis regresi ganda dan uji hipotesis minor menggunakan korelasi parsial.

Angket dalam penelitian ini terdiri dari beberapa bagian, yaitu :

1. Bagian pertama berisi surat pernyataan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian.
2. Bagian kedua terdiri dari angket data pribadi subjek. Pada bagian ini, subjek diminta untuk mengisi sejumlah informasi pribadi, seperti nama (inisial), usia, tempat dan tanggal lahir, alamat, dan lain-lain.
3. Bagian ketiga terdiri dari angket terbuka untuk mengukur *body image* subjek yang mengacu pada empat dimensi *body image* oleh Cash, yaitu *Appearance Evaluation*, *Appearance Orientation*, *Body Area Satisfaction*, dan *Overweight Preoccupation*.
4. Bagian keempat terdiri dari angket terbuka untuk mengukur *big five personality* yang mengacu pada lima dimensi kepribadian oleh Costa & McCrae.
5. Bagian kelima terdiri dari angket terbuka untuk mengukur dukungan sosial suami yang mengacu pada keempat bentuk dukungan sosial oleh House, yaitu dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penilaian.
6. Bagian keenam terdiri dari angket tertutup untuk mengukur *body image* subjek. Angket tertutup menggunakan *Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) yang terdiri dari 34 butir dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Angket tersebut mengukur

lima dimensi dari *body image*, yaitu *Appearance Evaluation*, *Appearance Orientation*, *Body Area Satisfaction*, *Overweight Preoccupation*, dan *Self-Classified Weight*. *Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire-Appearance Scales* dalam versi bahasa Inggris telah dibuktikan reliabilitasnya oleh Cash & Pruzinsky (2002) dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,81.

7. Bagian ketujuh terdiri dari angket tertutup untuk mengukur *big five personality*. Angket tertutup menggunakan *Big Five Inventory (BFI)* yang terdiri dari 44 butir dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Angket tersebut mengukur lima dimensi dari *big five personality*, yaitu *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism*. *Big Five Inventory* telah dibuktikan reliabilitasnya di Universitas Surabaya oleh Sutedja (2014) dengan hasil sebagai berikut: *openness to experience* = 0,776, *conscientiousness* = 0,778, *extraversion* = 0,832, *agreeableness* = 0,602 dan *neuroticism* = 0,777.
8. Bagian kedelapan terdiri dari angket tertutup untuk mengukur dukungan sosial suami. Angket tertutup untuk mengukur dukungan sosial pada penelitian ini memodifikasi angket dukungan sosial yang disusun oleh Hartanti (2011). Angket tersebut mengacu pada keempat aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh House. Angket terdiri dari 35 butir dan angket ini mengukur keempat jenis dukungan sosial yaitu, dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penilaian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Mayoritas subjek dalam penelitian ini yaitu sebanyak 29 subjek (48,3%) berusia antara 26 sampai 28 tahun. Mayoritas subjek adalah seorang ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 34 subjek (56,7%). Sebanyak 38 subjek (63,3%) memiliki latar belakang pendidikan S1 dan sebanyak 14 subjek (23,3%) memiliki latar belakang pendidikan SMA. Dua puluh satu subjek (35%) merupakan anak sulung (anak pertama) dan 18 subjek (30%) lainnya merupakan anak bungsu (anak terakhir).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas subjek, yakni sebanyak 30 subjek (50%) memiliki *body image* yang tergolong sedang. Terdapat 19 subjek

(31,7%) yang memiliki *body image* tergolong negatif, 9 subjek (15%) memiliki *body image* tergolong positif dan 2 subjek (3,3%) lainnya memiliki *body image* yang tergolong sangat negatif. Dapat dikatakan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *body image* yang tergolong sedang ke negatif.

Data yang diperoleh dari angket terbuka menunjukkan sebanyak 40 subjek (66,7%) merasa memiliki tubuh yang menarik dan 20 subjek (33,3%) lainnya merasa tidak memiliki tubuh yang menarik. Sebanyak 32 subjek (53,3%) menjawab merasa puas dengan tubuhnya dan 28 subjek (46,7%) lainnya menjawab tidak puas dengan tubuhnya.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis Big Five Personality dan Dukungan Sosial Suami dengan Body Image

Variabel	R	R <sup>2</sup>	F	Sig
<i>Openness to experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism – Dukungan Sosial Suami – Body Image</i>	0,765	0,586	12,480	0,000

Tabel 3 menunjukkan bahwa ada hubungan antara *openness to experience, conscientiousness, extraversion, agreeableness, neuroticism* dan dukungan sosial suami dengan *body image*. Hal ini terlihat dari nilai sig < 0,05, yaitu 0,000.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Big Five Personality dan Dukungan Sosial Suami dengan Body Image Menggunakan Metode Stepwise

Variabel	R	R <sup>2</sup>	F	Sig
<i>Openness to experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism – Dukungan Sosial Suami – Body Image</i>	0,709	0,503	58,596	0,000

*Predictor (Constant): Dukungan Sosial Suami*

*Dependent Variable: Body Image*

*Excluded Variables: Big Five Personality*

Tabel 4 menunjukkan bahwa *big five personality* adalah *excluded variable*, yang berarti variabel *big five personality* bukan prediktor bagi *body image* dalam penelitian ini. Dukungan sosial suami diketahui merupakan variabel prediktor

bagi *body image* dengan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,503. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial suami memberikan sumbangan efektif sebesar 50,3% terhadap *body image* pada penelitian ini.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Antara Variabel Bebas dengan Variabel Body Image Secara Terpisah dengan Variabel Bebas lainnya

Variabel	$r_{\text{parsial}}$	sig
<i>Openness to experience</i>	0,003	0,983
<i>Conscientiousness</i>	-0,278	0,040
<i>Extraversion</i>	-0,094	0,493
<i>Agreeableness</i>	0,073	0,597
<i>Neuroticism</i>	-0,326	0,015
Dukungan Sosial Suami	0,557	0,000

Pada tabel 5 terlihat bahwa dimensi *conscientiousness*, *neuroticism* dan dukungan sosial suami berkorelasi dengan *body image*. Nilai signifikansi (p) *conscientiousness* dengan *body image* adalah sebesar 0,040 dan besar nilai korelasi ( $r$ ) = -0,278, nilai signifikansi *neuroticism* dengan *body image* adalah 0,015 dan besar nilai korelasi adalah -0,316, sedangkan nilai signifikansi dukungan sosial suami dengan *body image* adalah 0,000 dengan nilai korelasi sebesar 0,557.

Dari penjabaran hasil penelitian di atas diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *body image* yang tergolong sedang ke negatif. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Rallis *et al* (2007) bahwa kehamilan dan persalinan (melahirkan) menyebabkan perubahan dalam bentuk dan ukuran tubuh perempuan, bagi banyak perempuan perubahan ini dianggap negatif sehingga mengakibatkan ketidakpuasan tubuh (*body image dissatisfaction*). Jenkin & Tiggemann (dalam Gjerdingen *et al.*, 2009) menyatakan bahwa rata-rata perempuan setelah melahirkan 4,88 kg lebih berat dibandingkan sebelum hamil. Hal ini dapat menyebabkan perempuan dalam periode *postpartum* memiliki *body image* yang negatif.

*Body image* berhubungan dengan persepsi dan perasaan seseorang tentang tubuhnya, biasanya dikonseptualisasikan sebagai penggabungan dari perkiraan ukuran tubuh, evaluasi kemenarikan tubuh dan emosi yang terkait dengan bentuk dan ukuran tubuh (Grogan, 2008). Faktor psikologis telah ditunjukkan berpengaruh terhadap pembentukan *body image* seseorang. Salah satu faktor psikologis yang turut berperan dalam pembentukan *body image* adalah kepribadian (*personality*) (Widerman & Pryor dalam Rasooli & Lavasani, 2011). Kepribadian merupakan sifat khas yang dimiliki individu sehingga reaksi atau perilaku individu terhadap suatu situasi akan berbeda-beda, besar kemungkinan bahwa perbedaan ciri atau karakteristik kepribadian memengaruhi *body image* individu (Clark & Watson; Mischel & Shoda dalam Kvalem *et al.*, 2006).

Roberts & Good (2014) menyatakan bahwa dimensi kepribadian *conscientiousness* dapat menyebabkan peningkatan risiko *body image* negatif ketika individu cenderung mengikuti standar sosial terkait tubuh atau kecantikan ideal. Dalam konteks budaya yang lebih luas yaitu melihat tubuh sebagai sesuatu yang dapat dibentuk, berusaha untuk mendapatkan tubuh kurus telah menjadi norma sosial bagi perempuan. Bagi perempuan saat ini, menjadi kurus adalah tanda suatu keindahan atau kecantikan (Cash & Pruzinsky, 2002). Kecantikan adalah komponen utama dari stereotip peran gender perempuan. Menunjukkan kecantikan menegaskan identitas sebagai seorang perempuan dan menegaskan bahwa perempuan tersebut sesuai dengan harapan sosial mengenai feminitas (Cash & Pruzinsky, 2002).

*Conscientiousness* menggambarkan pribadi yang teratur, tertib, penuh pengendalian diri, terorganisasi, ambisius, fokus pada pencapaian, dan disiplin diri. Umumnya, pribadi yang tinggi pada dimensi ini merupakan pekerja keras, berorientasi pada tugas, tepat waktu, dan tekun (Feist & Feist, 2008). Sisi negatif dari dimensi kepribadian ini yaitu perfeksionis, kompulsif, *workaholic*, dan membosankan (Costa & McCrae dalam Hartanti, 2011). Sisi negatif lainnya dari dimensi kepribadian *conscientiousness* yaitu dapat menjadi sangat individualis karena hanya berfokus untuk mencapai prestasi atau hasil yang terbaik ketika melakukan suatu hal (Troena & Surachman, 2012). Individu pada dimensi *conscientiousness* dapat menjadi sangat perfeksionis terhadap tubuhnya. Individu

tersebut akan menilai bahwa tubuhnya memiliki banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan yang pada akhirnya membuat individu tersebut memiliki *body image* negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Allen & Walter (2016) memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *neuroticism* dan *negative body image*. Individu yang memiliki skor tinggi pada *neuroticism* memiliki karakteristik *self-conscious* dan kerentanan yang lebih tinggi. Davis, Dionne, & Shuster (dalam Allen & Walter, 2016) menyatakan skor tinggi pada dimensi *neuroticism* menggambarkan individu yang cenderung lebih sadar diri (*self-conscious*), lebih mementingkan penampilan dan lebih mungkin untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang menarik (Roberts & Good, 2010). Individu yang memiliki skor tinggi pada *neuroticism* juga lebih sensitif terhadap penolakan (yang dapat meningkatkan dorongan untuk memiliki tubuh ideal), hal ini menempatkan individu tersebut pada risiko yang lebih besar dari *negative body image* (Benford & Swami, 2014).

Dimensi lainnya dari *big five personality* yaitu *openness to experience*, *extraversion* dan *agreeableness* ditemukan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *body image* pada penelitian ini. *Extraversion* lebih berhubungan dengan orientasi penampilan (*appearance orientation*) dan investasi (Kvalem *et al.*, 2006). Individu *extrovert* akan lebih berfokus pada orientasi penampilan ketika menganggap bahwa penampilan merupakan aspek penting dari interaksi sosial (Kvalem *et al.*, 2006). Disisi lain, penampilan dapat menjadi aspek yang tidak penting dari interaksi sosial bagi individu *extrovert*, hal ini dapat menyebabkan dimensi kepribadian *extraversion* menjadi tidak memiliki hubungan dengan *body image*.

Dimensi kepribadian lainnya dari *big five personality* yang ditemukan tidak berhubungan signifikan dengan *body image* adalah *openness to experience* dan *agreeableness*. Penelitian yang dilakukan Allen & Walter (2016) menunjukkan bahwa dimensi kepribadian *openness to experience* dan *agreeableness* tidak berhubungan dengan *body image*. Roccas *et al* (2002) menyatakan bahwa dimensi kepribadian *openness to experience* cenderung menghargai hal-hal yang bersifat intelektual dan menerima berbagai

keanekaragaman. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa individu dengan kepribadian *openness to experience* akan lebih menaruh perhatian pada hal-hal yang bersifat intelektual seperti menambah wawasan atau pengetahuan, hal ini dapat menyebabkan individu tersebut tidak menaruh perhatian lebih terkait tubuh. Menurut Roberts & Good (2001), individu *agreeableness* cenderung tidak berespon dengan standar kecantikan atau tubuh ideal yang ditetapkan oleh masyarakat. Hal ini dikarenakan individu *agreeableness* merupakan individu yang non kompetitif (tidak suka bersaing) dan tidak rentan terhadap kecemburuan, hal ini dapat menjadikan individu *agreeableness* tidak menaruh perhatian yang besar terkait tubuh dan tidak mudah terpengaruh untuk mengikuti standar kecantikan atau tubuh ideal.

Rosenblum & Lewis (dalam Kvaalem *et al.*, 2006) menyatakan bahwa faktor eksternal berperan dalam perkembangan *body image* individu. Salah satu faktor eksternal tersebut adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yang diberikan suami kepada istri diyakini berperan dalam memengaruhi pandangan istri terkait tubuhnya. Studi yang dilakukan oleh Orr, Reznikoff, & Smithshowed (dalam Hodder, Chun-Hansen, & Parker, 2014) menyatakan bahwa individu yang menerima dukungan sosial tinggi memiliki *body image* yang lebih positif, harga diri tinggi dan tingkat depresi yang lebih rendah. Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka individu semakin memiliki *body image* yang positif.

Para subjek merasakan adanya dampak dari dukungan sosial yang diterima seperti merasa disayangi, diperhatikan, mengurangi stres, dan menjadi lebih percaya diri. Dampak yang dirasakan oleh para subjek dalam penelitian ini sejalan dengan yang kemukakan oleh Sarason *et al* (dalam Brock *et al.*, 1998), individu yang menerima dukungan sosial merasa dicintai, dihargai dan merasa diterima tanpa syarat. Perasaan diterima oleh *significant others* merupakan faktor penting bagi seorang individu memiliki pandangan yang positif terhadap tubuhnya. *Significant others* yang tidak berfokus pada kekurangan tubuh individu membuat individu tersebut lebih nyaman dengan tubuhnya (Hodder, Chun-Hansen, & Parker, 2014). Individu yang merasa nyaman dengan tubuhnya akan mengembangkan *positive body image* (National Eating Disorders, 2005).

Pada penelitian ini juga diketahui bahwa dukungan sosial suami merupakan prediktor bagi *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum*. Hal ini dapat dibuktikan dari nilai signifikansi  $p= 0,000$  dan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,503. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial suami memberikan sumbangan efektif sebesar 50,3% terhadap *body image* pada penelitian ini, sedangkan 49,7% lainnya menunjukkan adanya variabel-variabel lain yang memberikan sumbangan efektif terhadap *body image*.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat disimpulkan:

1. Dimensi *big five personality* yang ditemukan berhubungan dengan *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* hanya dimensi *conscientiousness* dan *neuroticism*. Individu dengan karakteristik *conscientiousness* dapat menjadi perfeksionis dan sangat berfokus untuk mencapai hasil terbaik yang dapat menyebabkan individu merasa tidak puas dengan tubuhnya. Hal ini dapat membuat individu tersebut berisiko memiliki *body image* yang negatif. Ciri atau karakteristik kepribadian *neuroticism* adalah emosi yang tidak stabil, *self-conscious* dan mudah cemas. Hal ini dapat membuat individu tersebut menjadi mudah sekali merasa cemas dan stres ketika terjadi perubahan tubuh yang tidak diinginkan ataupun ketika mendapat kritik yang buruk terhadap tubuh. Dukungan sosial suami ditemukan berhubungan dengan *body image* dalam penelitian ini. Hal ini dikarenakan individu yang menerima dukungan sosial merasa dihargai, dicintai, dan diterima sehingga membuat individu merasa lebih nyaman serta lebih menerima tubuhnya. Hal ini akan membuat individu tersebut mengembangkan *body image* yang positif.
2. Sumbangan efektif yang diberikan oleh dukungan sosial terhadap *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* sebesar 50,3%. Hubungan dua dimensi *big five personality* yaitu *conscientiousness* dan *neuroticism* dengan *body image* ditemukan tidak cukup kuat menjadikan dua dimensi *big five personality* tersebut sebagai prediktor bagi *body image* dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, terdapat beberapa saran yang diajukan, yaitu:

1. Bagi perempuan dalam periode *postpartum*

Peneliti memberi saran agar subjek lebih banyak mencari informasi terkait perubahan fisik yang dialami perempuan setelah melahirkan dan dampak-dampak yang ditimbulkan bagi anak jika seorang ibu melakukan diet di saat perlu memberikan ASI bagi anak. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan pada *body image* seseorang. Subjek diharapkan memberi dukungan sosial kepada rekan-rekan subjek yang berada dalam kondisi serupa yaitu baru melahirkan. Dukungan yang diberikan dapat seperti memberi pujian saat rekan dapat mengurus anak dengan baik, tidak memberikan komentar yang buruk terkait perubahan tubuh rekan setelah melahirkan, dan lain-lain.

2. Bagi suami

Suami diharapkan memberikan dukungan secara emosional kepada para istri. Dukungan emosional dapat diberikan dengan cara memberikan perhatian, kasih sayang dan kepedulian kepada para istri, misalnya dengan memperhatikan asupan gizi, mengingatkan istri untuk beristirahat, dan lain-lain. Suami juga dapat memberi pujian kepada para istri. Pujian yang diberikan diharapkan dapat membuat para istri merasa dirinya tetap dicintai dan diterima. Para suami juga dapat memberi informasi kepada istri terkait perubahan fisik yang dialami perempuan setelah melahirkan agar para istri mengerti bahwa perubahan fisik yang dialaminya adalah hal yang wajar.

3. Bagi peneliti lain

Pengisian angket yang dilakukan oleh subjek sebaiknya didampingi langsung oleh peneliti sehingga saat ada pertanyaan yang tidak dipahami oleh subjek, subjek dapat langsung bertanya kepada peneliti. Penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan subjek atau sampel yang lebih banyak agar hasil penelitian lebih dapat digeneralisasikan. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *big five personality* gagal menjadi prediktor bagi *body image*. Penelitian selanjutnya dapat meneliti variabel-variabel lain untuk

mengetahui variabel yang menjadi prediktor bagi *body image* pada perempuan dalam periode *postpartum* selain dukungan sosial suami.

4. Bagi masyarakat umum

Masyarakat sebaiknya mulai tidak menaruh norma-norma atau harapan-harapan pada perempuan untuk memiliki tubuh yang kurus, karena banyak sekali perempuan yang merasa tidak percaya diri dan memiliki harga diri rendah karena tidak memiliki tubuh yang kurus. Bagi perempuan yang baru melahirkan (*postpartum*), ketidakpuasan pada tubuh dapat menyebabkan perempuan memilih untuk tidak menyusui bayinya. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan terkait tubuh yang dialami banyak perempuan juga berdampak negatif bagi orang-orang disekitarnya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Allen, M.S., & Walter, E.E. (2016). Personality and body image: A systematic review. *Body Image, 19*, 79-88.
- Benford, K., & Swami, V. (2014). Body image and personality among British men: Associations between the Big Five personality domains, drive for muscularity, and body appreciation. *Body Image, 11*, 454-457.
- Brock, D.M., Sarason, I.G., Sanghvi, H., & Gurung, R.A.R. (1998). The perceived acceptance scale: development and validation. *Journal of social and personal relationship, 15*(1), 5-21.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: Guildford Press.
- Feist, J., & Feist, J.G. (2008). *Theories Of Personality* (6th ed.) (Y. Santoso, Pengalih bhs.). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Gjerdingen, D., Fontaine, P., Crow, S., McGovern, P., & Minner, M. (2009). Predictors of Mothers' Postpartum Body Dissatisfaction. *Women Health, 49*(6), 491-504.
- Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge.
- Hartanti. (2011). *Faktor-faktor pendukung kesejahteraan subjektif pekerja* (Unpublished doctoral dissertation). Gadjah Mada University, Yogyakarta.
- Hartmann, C., & Siegrist, M. (2015). A longitudinal study of the relationships between the Big Five Personality traits and body size perception. *Body Image, 14*, 67-71.
- Hodder, K., Chun-Hansen, A., & Parker, A. (2014). A thematic study of the role social support in the body image born survivor. *Health Psychology Research, 2*, 21-24.

- Kvalem, I. L., Soest, T., Roald, H. E. & Skolleborg, K. C. (2006). The interplay of personality and negative comments about appearance in predicting body image. *Body Image*, 3, 263–273.
- Miner-Rubino, K., Twenge, J. M., & Frederickson, B. L. (2002). Trait self-objectification in women: Affective and personality correlates. *Journal of Research in Personality*, 36, 147–172.
- Nash, M. (2015). Shapes of motherhood: exploring postnatal body image through photographs. *Journal Of Gender Studies*, 24(1), 18-37.
- National Eating Disorders Association. (2005). What is body image ?. Retrieved from <http://www.nationaleatingdisorders.org/what-body-image>.
- O'Hara, M.W., & McCabe, J.E. (2013). Postpartum depression: current status and future directions [online], Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23394227>.
- Rallis, S., Skouteris, H., Wertheim, E.H., & Paxton, S.J. (2007). Predictors of body image during the first year postpartum: A prospective study. *Women Health*, 45, 87–104.
- Rasooli, S.S., & Lavasani, M.G. (2011). Relationship between personality and perfectionism with body image. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 1015–1019.
- Roberts, A., & Good, E. (2010). Media images and female body dissatisfaction: The moderating effects of the Five-Factor traits. *Eating behaviors*, 11, 211–216.
- Roccas, S., Sagiv, L., Schwartz, S.H., & Knafo, A. (2002). The Big five personality factors and personal values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 789-801.
- Swami, V., Hadji-Michael, M., & Furnham, A. (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body Image*, 5, 322–325.
- Swami, V. T., Tran, U.S., Brooks, L.H., Kanaan, L., Marlene, E., Luesee, Nader, I.W., Pietschnig, J., Stieger, S., & Voracek, M. (2013). Body image and personality: Associations between the Big Five Personality Factors, actual-ideal weight discrepancy, and body appreciation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54, 146–151.
- Silviera, M.L., Ertel, K.A., Dole, N., Chasan-Taber, L. (2015). The role of body image in prenatal and postpartum depression: a critical review of the literature. *Arch Womens Ment Health*, 18, 409–421.
- Troena, E.A., & Surachman. (2012). Pengaruh kepuasan kerja, komitmen organisasional, kepribadian dan profesionalismen dosen terhadap Oraganizational Behavior serta dampaknya terhadap kinerja dosen. *Jurnal aplikasi manajemen*, 10(1),12-20.
- Yagmur, Y., & Ulukoca, N. (2010). Social support and postpartum depression in low-socioeconomic level postpartum women in Eastern Turkey. *Int J Public Health*, 55, 543–549.