

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Kehamilan menjadi momen berharga dan kebahagiaan bagi seorang wanita, terutama untuk kehamilan pertama kalinya. Usia terbaik untuk hamil yaitu 20 – 35 tahun (Prananingrum & Hidayah, 2018). Usia tentu saja menentukan kematangan ibu dalam berpikir dan proses pengambilan keputusan, serta usia ini menjadi rentang usia reproduksi yang sehat dan ideal pada proses kehamilan, karena organ reproduksi telah matang sehingga siap untuk menjalankan fungsinya dengan optimal dan secara psikis juga sudah dewasa untuk menjalankan peran sebagai ibu (Dumilah, 2019). Kehamilan *primigravida* dapat menimbulkan perasaan khawatir terutama dengan munculnya perubahan selama kehamilan (Fatmawati, Alifah, Gartika., 2020). Kondisi ini menimbulkan perubahan sangat drastis, bukan dari perubahan fisik saja namun perubahan psikologis.

Sejalan dengan penelitian Ayodya dan Jayanti (2023) bahwa dalam trimester tiga 91% ibu hamil pertama kali mengalami perubahan pada fisik yang signifikan, perubahan tersebut ditandai dengan meningkatnya berat badan, timbul *stretch mark* pada area tubuh, bengkak di area kaki, *cloasma gravidarum* pada area wajah, dan munculnya varises. Sebanyak 76% mengalami kesulitan untuk menyesuaikan

diri dengan perubahan fisik tersebut, serta sebanyak 83% mengalami kekhawatiran tentang penampilan fisik mereka selama kehamilan

Hal tersebut serupa dengan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti tanggal 06 maret 2024, partisipan mengeluhkan perubahan yang terjadi membuat kondisi yang tidak nyaman pada masa kehamilan 4 partisipan mengeluhkan perubahan seperti, kaki membengkak, timbulnya stretchmark diarea perut karena perut yang semakin membesar, wajah dan 2 partisipan merasa kulit badan terlihat kusam, rambut menjadi tipis karena rontok. Terjadinya hal ini membuat partisipan merasa kurang percaya diri, tidak nyaman, stres, kecemasan, sehingga ibu hamil berpersepsi negatif terhadap tubuhnya.

Data pada tahun 2022 di Dinas Kesehatan DIY (Rizqi, Djannah, Suryani., 2024) di Provinsi Yogyakarta jumlah ibu hamil yaitu 44.425 ibu hamil, dengan pembagian sebagai berikut, Kulon Progo 5.102 ibu hamil, Bantul 13.661 ibu hamil, Gunung Kidul 7.790 ibu hamil, Sleman 14.719 ibu hamil dan Kota Yogyakarta 3.153 ibu hamil. Adanya perubahan fisik pada ibu hamil menimbulkan *mood swing*, yang dimana kondisi emosi cenderung berubah – ubah dan masalah psikologis lain seperti stres, kekhawatiran yang berlebih, dan kecemasan. Ibu hamil yang pertama kali juga rentan mengalami kecemasan, ibu hamil akan terus menerus merasa khawatir mengenai kegiatan yang akan dilakukannya dan akan merasa kesusahan menjalankan kehidupannya sehari – hari (Yuliasari & Wahyuningsih, 2017). Perubahan psikologi ini berhubungan dengan terjadinya perubahan biologis yang terjadi

pada tiap kehamilan. Penyesuaian psikologis dalam kehamilan pertama kali dapat dilihat dari perkembangan tiap trimester (Febriati dan Zakiyah, 2022).

:

1. Trimester 1 ini calon ibu akan berupaya untuk bisa menerima kehamilannya dan menjadi kebanggaan bagi kaum wanita, namun karena meningkatnya hormon estrogen dan progesterone pada tubuh sehingga terjadinya perubahan fisik yang mengakibatkan ibu merasa kecewa, adanya penolakan, kecemasan, dan kesedihan.
2. Pada trimester ke 2 wanita hamil sering merasa terbebas dari ketidaknyamanan pada kehamilan.
3. Pada trimester ke 3 waktu ketika ibu akan mempersiapkan kelahiran. Pada trimester 3 ini biasanya menjadi fase perubahan bentuk tubuh yang semakin membesar, dan ibu hamil semakin tidak nyaman dengan badannya.

Ibu hamil harus memberikan asupan yang baik bagi janinnya yang menjadikan perubahan berat badan bagi tubuh akan tetapi harus memikirkan cara untuk dapat menjaga berat dan bentuk badan. Beberapa ibu hamil *primigravida* menganggap masalah ketika meningkatnya berat badan melebihi berat badan yang ideal pada umumnya, dan juga adanya perubahan fisik lainnya. Sebagian ibu hamil bisa menerima perubahan bentuk tubuhnya, namun sering juga terdapat beberapa yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Awalnya ibu hamil *primigravida* tidak terlalu fokus pada perubahan bentuk tubuh pada masa kehamilan, namun dengan adanya faktor

dari luar seperti adanya komentar negatif dari orang – orang sekitar sehingga membuat ibu *primigravida* merasa terganggu, risih, malu dan akhirnya merasa lebih yakin bahwa tubuhnya memiliki kekurangan dan merasa tidak menarik lagi (Seftiani, Lestari & Kari, 2017).

Menurut Nurlita dan Lisiswanti (2016) manusia mempunyai obsesi masing - masing, dan obsesi yang paling umum dari semua yang ada yaitu obsesi terhadap penampilan. Obsesi yang berlebihan terhadap bentuk tubuh tentu saja akan membuat perasaan tidak nyaman bagi diri seseorang, yang akan berujung pada ketidakpuasan terhadap dirinya. Didukung penelitian yang telah dilakukan oleh *Psychology Today* (Sumanty, Sudirman, Puspasari., 2018) dari 4000 orang yang disurvei 56% wanita mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan mereka, penyebab utama ketidakpuasan ini terfokus pada bagian perut (71%), berat badan (66%), dan bagian pinggang (60%), hal ini berdampak kepuasan seksual dan kepercayaan diri mereka.

Ketidakpuasan pada bentuk tubuh merupakan fenomena yang sering terjadi. Ketidakpuasan terhadap bagian – bagian tubuh disebut dengan *Body Dysmorphic Disorder* (Gangguan Dismorfik Tubuh). Seorang psikiatris Italia bernama Enrico Morselly mengemukakan kondisi *Body dysmorphic disorder*, dimana “*Dysmorphia*” berarti mengarah pada keburukan pada abad ke-19 (Sing & Veale, 2019). *Body Dysmorphic Disorder (BDD)* yakni pikiran seseorang berpusat pada kerusakan atau kecacatan dalam penampilan fisik, yang menjadi penyebab kondisi gangguan emosional dan penurunan fungsi sosial (Nurlita & Lisiswanti, 2016). Menurut Philips (2009) menyatakan *Body*

*Dysmorphic Disorder* merupakan preokupasi pada penampilan dengan mempersepsikan bahwa dirinya jelek, tidak memiliki daya tarik, dan orang yang terhalang dalam bersosialisasi karena memiliki rasa cemas terhadap penampilannya.

Brito, Nahas, Cordas, Gama, Sucupira, Ramos, Felix, dan Ferreira (2016) mengatakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* bisa muncul karena perubahan fisiologis yang terjadi, seperti penuaan dan kehamilan atau terjadinya perubahan bentuk tubuh yang disebabkan oleh peningkatan indeks massa tubuh yang menyebabkan perubahan fungsional dan psikologi yang terlihat dalam bentuk rasa malu yang tinggi dalam hubungan sosial. Menurut DSM-5 (Mulyarny & Prastuti, 2020) *Body Dysmorphic Disorder* ditandai dengan keasyikan melihat kecacatan pada penampilan fisik yang tidak terlihat secara langsung atau terlihat sepele bagi orang lain yang menunjukkan perilaku yang dilakukan secara berulang – ulang (contohnya, melihat cermin, berdandan berlebihan, dan terus mencari kepastian) serta terus membandingkan penampilannya dengan orang lain sebagai respon kekhawatiran mengenai penampilan fisiknya.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 06 Maret 2024 dengan 6 partisipan. Beberapa partisipan menunjukkan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Partisipan yang berjumlah 3 orang mengeluhkan pada masa kehamilan ini menimbulkan kondisi yang tidak nyaman, stres, dan tidak percaya diri, serta berulang kali memastikan penampilannya dengan berkaca, menutupi beberapa area tubuh seperti wajah dengan *make up*, membeli

produk kecantikan, melakukan *treatment* kecantikan, karena adanya tuntutan bahkan kritikan dari orang – orang yang ada disekitarnya, untuk tetap merawat diri sehingga menimbulkan kekhawatiran akan penampilannya.

Sejalan Pratiwi dan Sawitri (2020) menjelaskan adanya perubahan bentuk tubuh yang dialami selama kehamilan dapat mempengaruhi tingkat kepuasan dalam pernikahan. Wanita yang telah menikah dan merasa puas dengan perubahan fisiknya, cenderung memiliki suasana hati lebih positif dan hubungan romantis yang lebih erat dengan pasangannya. Perubahan fisik yang terjadi secara signifikan akan membuat ibu hamil cenderung merasa cemas bahwa pasangan mereka tidak lagi memiliki perasaan cinta terhadap mereka dan mungkin tertarik pada wanita lain (Ayodya & Jayanti, 2023).

Berhubungan dengan penelitian Mulyarny dan Prastuti (2020) bahwa perilaku yang menunjukkan adanya ciri – ciri kecenderungan *body dysmorphic disorder* yaitu perilaku membandingkan penampilannya dengan orang lain, melakukan perawatan medis berlebihan, serta menyembunyikan area tubuh yang tidak disukai atau terasa mengganggu penampilannya (misalnya: memakai pakaian, topi, dan berdandan), dan memikirkan penampilannya secara terus menerus. *Body dysmorphic disorder* dapat menimbulkan dampak seperti adanya *distress* dan penurunan fungsi sosial seperti kurangnya kepercayaan diri, menghindari berbagai situasi karena memiliki ketakutan jika orang lain melihat kekurangan mereka (Wilistiyani & Winta, 2022).

Menurut Philips (2009) ada beberapa faktor penentu yang dapat menyebabkan kecenderungan *body dysmorphic disorder*, seperti: (1) genetik dan biologis yang muncul secara bertahap serta dalam waktu yang sangat lama, dan menjadi perhatian, terlalu berfokus pada hal kecil dan berasal dari serotonin dan neurotransmitter, (2) psikologis yang berasal dari penilaian harga diri, adanya pengalaman hidup, serta lelucon/ ejekan kasar yang berarah pada fisik individu, adanya hal yang tidak diinginkan seperti penganiayaan yang terjadi masa kecil, nilai serta sifat kepribadian, fokus terhadap estetika, peristiwa yang memicu. Adapun faktor lainnya yakni (3) sosial dan budaya, lingkungan yang memberikan tekanan mengenai penampilan dapat memicu kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Beberapa faktor dari penjelasan diatas dapat diketahui bahwa faktor sosial menjadi peran yang mempengaruhi seseorang dalam mempersepsikan tubuhnya. Setiap orang berasal dari lingkungan sosialnya sendiri yang memberlakukan nilai – nilai yang menjadi acuan bagi orang lain, termasuk suami, keluarga, masyarakat, teman sebaya dan orang – orang disekitarnya.

Keluarga dan lingkungan sekitar yang selalu menekan dan mengkritik tentang penampilan, bentuk, tinggi dan berat badan. Persepsi mengenai penampilan dan status sosial seringkali dipengaruhi oleh teman sebaya. Kelompok teman sebaya yang terkesan mengejek tentang penampilan bisa berdampak besar terhadap bagaimana seseorang memandang penampilan dan status sosialnya. Standar kecantikan yang ditetapkan oleh mereka sendiri

dapat mempengaruhi persepsi seseorang tentang diri mereka sendiri (Zinovyeva, Kazantseva, Nikonova., 2016).

Lingkungan yang mendukung seseorang dapat berpengaruh pada kesehatan fisik dan mental individu. Dukungan yang diberikan pada individu dalam kehidupannya sehari – hari yang berasal dari orang terdekat dapat membuat individu merasa diberikan perhatian dan dihargai, yang dimaknai dengan dukungan sosial (Maharani dan Fakhurroozi 2014). Menurut gagasan Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial yaitu segala bentuk tindakan serta upaya yang diberikan agar seseorang yang menerima dukungan merasa nyaman dan yakin bahwa mereka dicintai, dihargai, dan dianggap sebagai bagian dari jaringan sosial mereka. Bersumber dari pasangan, keluarga dan orang – orang yang ada disekitar, yang akan membantu mereka pada saat membutuhkan bantuan. Sejalan dengan gagasan yang dikemukakan Cohen dan Syme (1985) bahwa dukungan sosial adalah informasi dan sumber daya yang didapatkan dari orang lain bagi individu yang membutuhkan bantuan, dan dapat berpengaruh pada kesejahteraan psikologis orang tersebut.

Dukungan sosial dapat membuat ibu hamil merasa nyaman baik secara fisik maupun psikologis (Utomo & Sudjiwanati, 2018), dengan adanya dukungan sosial ibu hamil bisa menerima dirinya sendiri, menjadi lebih percaya diri, serta kecemasan yang lebih rendah. Pasangan hidup menjadi salah satu sumber dukungan sosial yang sangat dekat bagi wanita hamil, serta dukungan sosial juga diperoleh dari keluarga dan teman – teman di sekitarnya. Dukungan tersebut mencakup aspek secara emosional,

instrumental, informasi yang dibutuhkan dan persahabatan, yang membantu ibu hamil merasa kuat secara mental untuk menghadapi tantangan yang dihadapi.

Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* adalah gangguan yang menyakitkan secara emosional dimana individu memberikan perhatian yang berlebihan pada bagian atau bentuk tubuh yang normal dianggap cacat dan memiliki kekurangan penampilan. Dukungan sosial dapat membantu ibu hamil *primigravida* menerima dirinya, karena ketidakpuasan atau gangguan ini menjadi keterpakuan dengan keadaan fisiknya ketika berada dalam lingkungan sosialnya.

Berdasarkan uraian diatas, penulis bertujuan untuk mengetahui apakah ada korelasi antara dukungan sosial dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada ibu hamil *primigravida*. Peneliti mengangkat judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Body Dysmorphic Disorder* pada Ibu Hamil *Primigravida*”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini untuk melihat dan mengidentifikasi secara empiris mengenai Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan *Body dysmorphic Disorder* pada Ibu Hamil *Primigravida*.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini memberikan sumbangan ilmu dalam bidang ilmu psikologi, khususnya untuk menambah serta mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang psikologi klinis dan psikologi keluarga, terkait hubungan Dukungan Sosial dengan *Body Dysmorphic Disorder* pada Ibu Hamil *Primigravida*.

### **2. Manfaat Praktis**

#### a) Bagi Penulis

Penelitian ini berkontribusi untuk meningkatkan pengetahuan, pengembangan serta pengalaman bagi penulis untuk memahami suatu hubungan permasalahan khususnya dalam melaksanakan penelitian. Selain itu, guna mendapatkan gelar S-1 Psikologi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

#### b) Bagi masyarakat

Bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat khususnya bagi Ibu hamil untuk meningkatkan kesejahteraan serta kesehatan bagi Ibu butuh adanya dukungan sosial.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menjadi referensi atau acuan untuk penelitian berikutnya dan dapat memberikan tambahan pengetahuan tentang hubungan antara dukungan sosial dengan *body dysmorphic disorder* pada ibu hamil *primigravida* .

**D. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan pencarian yang dilakukan oleh peneliti, sebelumnya telah ada berbagai penelitian terdahulu yang mengkaji mengenai dukungan sosial dan kecenderungan *body dysphormic disorder* secara umum. Berbeda dengan penelitian yang telah ada yaitu peneliti berfokus pada hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysphormic disorder* dengan subjek ibu hamil.

Penelitian mengenai kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* telah dilakukan pada penelitian sebelumnya. Ada banyak penelitian yang telah dilakukan diantaranya yang telah dilakukan oleh Sinaga dan Satwika (2022) dengan judul “Hubungan Antara Self-Esteem dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswa” penelitian ini menggunakan uji korelasi karena melibatkan hubungan satu variabel bebas dan satu variabel tergantung. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa variabel self-esteem memiliki hubungan yang signifikan dengan *Body Dysmorphic Disorder*. Subjek dalam penelitian ini mahasiswa dengan rentang usia 18 tahun – 22 tahun. Partisipan 214 orang mahasiswa.

Penelitian mengenai *Body Dysmorphic Disorder* juga telah dilakukan oleh Brito *et al* (2016) dengan judul penelitian “*Prevalence of Body Dysmorphic Disorder Symptoms and Body Weight Concerns in Patients Seeking Abdominoplasty*”. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara gejala *Body Dysmorphic Disorder* dan tingkat ketidakpuasan terhadap tubuh. subjek dalam penelitian ini menggunakan 90 pasien dari dua jenis kelamin sebelum operasi yang dibagi menjadi dua kelompok : pasien dengan gejala *Body Dysmorphic Disorder* 51 orang dan pasien dengan *Body Dysmorphic Disorder* 39 orang. Penelitian ini dilakukan di fasilitas rawat jalan Unit Bedah Plastik Perut Rumah Sakit São Paulo, UNIFESP.

Penelitian yang berhubungan dengan Dukungan sosial sudah banyak dilakukan. Beberapa penelitian diantaranya, penelitian yang dilakukan oleh Maharani dan Fakhurrozi (2014) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga”. Hasil dari penelitian menunjukkan dukungan sosial dengan partisipan pada penelitian ini berada pada rata – rata tinggi sedangkan untuk kecemasan dalam menghadapi persalinan berada pada rata – rata rendah. Maka dari itu hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi negatif antara dukungan sosial dan kecemasan dalam menghadapi persalinan. Kesimpulannya, semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan semakin rendah kecemasan dalam menghadapi persalinan yang

dirasakan oleh ibu hamil. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 100 orang.

Penelitian lain yang berkaitan juga dengan dukungan sosial yaitu penelitian dengan judul “Gambaran Dukungan Sosial Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD Dr. Abdoer Rahem Situbondo” dilakukan oleh Hardiyanti, Kurniawati, Perdani (2019) Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa nilai dukungan sosial berada dalam kondisi sedang (51,7%). Hal ini masih membutuhkan dukungan sosial yang baik agar ibu termotivasi untuk meningkatkan kesehatan mereka. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 60 orang

Berdasarkan penjelasan dari penelitian terdahulu, keaslian penelitian peneliti dilihat berdasarkan hal – hal berikut ini :

#### **1. Keaslian Topik**

Topik yang diambil pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan Sinaga dan Satwika (2022) dengan judul “Hubungan Antara *Self-Esteem* dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder (BDD)* pada mahasiswa”, Penelitian mengenai *Body Dysmorphic Disorder* juga telah dilakukan oleh Brito *et al* (2016) dengan judul penelitian “*Prevalence of Body Dysmorphic Disorder Symptoms and Body Weight Concerns in Patients Seeking Abdominoplasty*”. Persamaan dalam penelitian ini yaitu topik mengenai *Body Dysmorphic Disorder* yang menjadi variabel tergantung dan perbedaan topik menggunakan variabel bebas dukungan sosial.

## 2. Keaslian Teori

Penelitian tentang Dukungan sosial telah banyak dilakukan salah satunya Menggunakan teori House, Watson, Thoits (Maharani & Fakhurrozi, 2014) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga”. Teori dari *Body Dysmorphic Disorder* diambil dari teori Katharine A Philip dalam jurnal (Sinaga & Satwika, 2022) “Hubungan Antara Self-Esteem dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswa.

Peneliti menggunakan teori dukungan sosial dari Sarafino dan Smith (2011) sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan teori House, Watson, Thoits dan teori *body dysmorphic disorder* sama dengan penelitian sebelumnya dari (Philips, 2009).

## 3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian menggunakan alat ukur dalam penelitian ini berdasarkan konsep Dukungan sosial dari Sarafino dan Smith (2011) yang dibuat sendiri oleh peneliti, serta skala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang didasarkan teori Philips (2009), yang dibuat oleh peneliti.

#### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Peneliti menggunakan subjek Ibu hamil *primigravida*, yang sebelumnya belum pernah ada. Peneliti memilih kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu Ibu hamil *primigravida*.

Berdasarkan penjelasan diatas, kesimpulannya penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dengan topik kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebagai variabel tergantung dan dukungan sosial sebagai variabel bebas, teori kecenderungan *body dysmorphic disorder* dari (Philips, 2009) dan teori dukungan sosial yang digunakan mengacu pada teori dari (Sarafino & Smith, 2011). Penelitian ini diukur menggunakan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* dari (Philips, 2009) dan skala dukungan sosial dari (Sarafino & Smith, 2011), subjek dalam penelitian ini menggunakan subjek ibu hamil *primigravida*. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya murni muncul dari pemikiran peneliti serta akan dilakukan peneliti dengan harapan penelitian ini nantinya bermanfaat untuk semua pihak yang membutuhkan terkait hal diteliti.