**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA DEWASA AWAL**

*RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND BODY DYSMORPHIC DISORDER TENDENCY IN EARLY ADULTHOOD*

**Gita Aprilia Handayani**

UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA

aprilgita58@gmail.com

085889697383

**Abstrak**

*Body dysmorphic disorder* adalah gangguan yang terjadi pada seorang individu yang terlalu fokus memikirkan kekurangan yang ada pada penampilannya secara berlebihan, meskipun sebenarnya kekurangan itu tidak terlihat atau bahkan tidak ada. Dukungan sosial merupakan sebuah dukungan atau bantuan yang memberikan rasa kenyamanan, sebagai bentuk bahwa orang tersebut dicintai, diperhatikan, dan dihargai yang bersumber dari orang terdekat seperti pasangan, keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Penelitian melibatkan 100 subjek dewasa awal dengan rentang usia 18-26 tahun. Pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Metode analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Dari hasil analisis, diperoleh (rxy) = -,444 dengan p = 0,000 (p < 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan b*ody dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Koefisien determinasi (R²) yang diperoleh sebesar 0,197 yang berarti variabel dukungan sosial memberikan sumbangan terhadap variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 19,7% dan sisanya 80,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata kunci**: dewasa awal, dukungan sosial, kecenderungan *body dysmorphic disorder*

***Abstract***

*Body dysmorphic disorder is a disorder that occurs in an individual who is too focused on thinking about the deficiencies that exist in his appearance excessively, even though these deficiencies are not visible or even do not exist. Social support is a support or assistance that provides a sense of comfort, as a form that the person is loved, cared for, and valued from the closest person, such as a partner, family, friends, or the surrounding environment. This study aims to determine the relationship between social support and body dysmorphic disorder tendency in early adulthood. The hypothesis put forward is that there is a negative relationship between social support and body dysmorphic disorder tendency in early adulthood. The research subjects involved 100 early adults with an age range of 18-26 years. Data collection uses a scale of social support and body dysmorphic disorder tendencies. Methods of data analysis using Product Moment correlation analysis from Pearson. From the results of the analysis, obtained (rxy) = -,444 with p = 0,000 (p < 0,050). This shows that there is a negative relationship between social support and body dysmorphic disorder tendency in early adulthood. The coefficient of determination (R²) obtained is 0,197 which means that the social support variable contributes to the body dysmorphic disorder tendency variable by 19,7% and the remaining 80,3% is influenced by other factors.*

***Keywords****: early adulthood, social support, body dysmorphic disorder tendency*

**PENDAHULUAN**

Masa dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa. Pada masa ini, individu yang sebelumnya bergantung pada orang lain mulai mencapai kemandirian ekonomi, kebebasan dalam menentukan diri sendiri dan pandangan yang lebih realistis terkait masa depan. Adapun dari aspek pendidikan, masa dewasa awal merupakan masa tercapainya kematangan kognitif, afektif dan psikomotorik (Mappiare dalam Thahir, 2018).

Masa dewasa awal ini berlangsung dari usia 18 tahun hingga 40 tahun. Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1996) tugas perkembangan dewasa awal melibatkan beberapa hal, yaitu memilih pasangan hidup, melangsungkan pernikahan, memulai kehidupan bersama sebagai suami dan istri, menjalani kehidupan berkeluarga, menentukan pola asuh bagi anak-anaknya, mengatur rumah tangga, bekerja, berkomitmen sebagai warga negara, serta mendapatkan kelompok sosial yang sejalan dengan pahamnya.

Terjadi perubahan baik secara fisik maupun psikologis, termasuk penurunan kemampuan reproduktif pada masa ini (Hurlock, 1996). Masa dewasa awal juga merupakan masa kematangan fisik dan mental (Sumanto, 2014). Perubahan fisik adalah perubahan yang paling menonjol pada masa ini. Thalib (dalam Sinaga & Satwika, 2022) menyatakan bahwa perubahan fisik merupakan fondasi dari aspek lain seperti psikis dan sosial. Artinya, jika perkembangan fisik lancar maka aspek lainnya juga akan lancar. Sebaliknya, jika perkembangan fisik terhambat maka akan sulit untuk menemukan tempat yang wajar sebagai individu dewasa.

Masa dewasa awal adalah masa dimana individu secara konstan memerhatikan penampilannya dikarenakan faktor pekerjaan, kehidupan sosial, dan ketertarikan fisik yang tinggi untuk menikah (Santrock dalam Sinaga & Satwika, 2022). Mathes dan Khan (dalam Hurlock, 1996) menyatakan bahwa individu pada masa ini memiliki kesadaran bahwa penampilan fisik yang menarik itu menguntungkan dalam interaksi sosial, salah satunya memudahkan dalam mencari teman. Individu yang berpenampilan menarik akan lebih mudah diterima di masyarakat dan dianggap lebih positif daripada orang yang berpenampilan kurang menarik.

Ketika individu memasuki tahap dewasa, individu telah mengetahui cara menghadapi dan menerima perubahan fisiknya. Meskipun mungkin penampilannya tidak seperti yang diinginkan, namun diharapkan individu tersebut memahami bahwa kekurangan tersebut tidak bisa dihilangkan, hanya bisa diperbaiki. Hal ini menarik minat individu pada hal-hal yang berkaitan dengan kecantikan dan atletik (Hurlock, 1996).

Thompson (dalam Khoiriyah & Rosdiana, 2008) mengungkapkan bahwa setiap individu berkeinginan untuk memiliki penampilan yang sempurna di hadapan orang lain. Keinginan ini dapat memunculkan kekhawatiran dan mendorong individu untuk melakukan berbagai upaya agar penampilannya terlihat seperti apa yang diidamkan. Ketidakpuasan pada tubuh dapat berwujud perasaan bahwa dirinya tidak menarik, mulai dari tingkat yang ringan hingga obsesi yang ekstrem terhadap penampilan fisik yang dapat mengganggu fungsi normal individu. Hal ini dapat mengarah pada *body dysmorphic disorder* (Rosen dalam Tandy & Sukamto, 2013).

Berdasarkan DSM V, *body dysmorphic disorder* yang sebelumnya dikenal sebagai *dysmorphophobia* merupakan gangguan dimana penderitanya terlalu fokus pada kekurangan yang dirasakan pada penampilan fisiknya (APA, 2013). Sejalan dengan itu, Phillips (2009) menyatakan bahwa *body dysmorphic disorder* adalah gangguan yang membuat individu merasa disibukkan dengan kekurangan yang ada dalam penampilan fisiknya. Individu yang tampak normal atau bahkan menarik, disibukkan dengan kekurangan dalam penampilannya yang sebenarnya tidak terlihat atau hampir tidak terlihat. *Body dysmorphic disorder* terdiri dari enam aspek yaitu penilaian negatif terhadap penampilan, perasaan malu terhadap penampilan, penghindaran aktivitas sosial, terlalu mementingkan penampilan dalam evaluasi diri, kamuflase tubuh, dan pengecekan tubuh (Rosen & Reiter, 1996).

Individu dengan *body dysmorphic disorder* akan merasa tertekan dan juga mengalami kesulitan untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Individu ini cenderung menghadapi situasi yang sulit dalam kehidupan sosial karena merasa takut bahwa orang lain akan melihat kekurangan dalam dirinya. Selain itu, individu ini juga akan sulit untuk menjalin hubungan dengan teman, pasangan, bahkan keluarga, sehingga individu ini memilih untuk bolos sekolah atau bekerja berulang kali (Nurlita & Lisiswanti, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Angelakis, Gooding, dan Panagioti (2016) menunjukkan bahwa individu dengan *body dysmorphic disorder* empat kali lebih mungkin untuk memiliki ide mengakhiri hidup dibandingkan dengan individu tanpa *body dysmorphic disorder*. Tiap individu memiliki obsesinya sendiri. Salah satu obsesi yang paling umum adalah obsesi terkait penampilan. Berdasarkan data terbaru, sebanyak 93% wanita dan 78% pria di Amerika Serikat peduli dan berusaha untuk memperbaiki penampilannya (Nurlita & Lisiswanti, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Santoso, Fauzia, dan Rusli (2019) menunjukkan bahwa 80% subjek yang merupakan wanita dewasa awal di kota Banjarbaru memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang tinggi, dan sisanya 20% berada di tingkat yang sedang. Hal ini ditunjukkan dari temuan bahwa hampir seluruh wanita dewasa awal melakukan perubahan bentuk tubuh seperti suntik silikon, sedot lemak, sulam bibir, operasi hidung dan rahang, perubahan warna kulit, dan lainnya.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan menunjukkan bahwa tiga dari lima subjek wawancara menunjukkan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Sebagian besar subjek merasa fisiknya tidak menarik dikarenakan ada bagian tubuh yang dirasa kurang, terutama terkait berat badan, tinggi badan, dan beberapa bagian tubuh terutama perut dan paha. Subjek juga mengaku bahwa terkadang merasa malu dengan fisiknya saat di tempat umum. Hal itu menyebabkan subjek cenderung menghindari aktivitas sosial sebagai bentuk dari ketidakpercayaan dirinya saat bertemu orang lain dikarenakan fisiknya yang dirasa kurang menarik. Adapun jawaban dari subjek lain yang mengaku bahwa dirinya akan merasa lebih bahagia jika memiliki tubuh ideal dan proporsional sesuai yang diidamkan. Subjek tersebut merasa bahwa terkadang kesuksesan ditentukan oleh fisik. Hal itu menunjukkan adanya kepentingan berlebih yang diberikan pada penampilan dalam evaluasi diri. Selain itu, sebagian besar subjek mengaku bahwa sering mengecek penampilannya di depan cermin, bahkan hampir selalu membawa cermin kecil kemanapun dirinya pergi. Subjek juga sering menyamarkan kekurangan di wajahnya dengan menggunakan riasan wajah. Berdasarkan hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar subjek yang merupakan dewasa awal menunjukkan adanya kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Phillips (2009) mengungkapkan bahwa *body dysmorphic disorder* memiliki banyak faktor yang memengaruhi perkembangannya. Faktor-faktor ini terdiri dari faktor genetik dan biologis, psikologis, serta sosial budaya. Maka, diketahui bahwa faktor sosial menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi *body dysmorphic disorder*. Lingkungan sosial yang menekankan pentingnya penampilan memiliki peranan yang signifikan terhadap pengembangan *body dysmorphic disorder*. Individu dengan *body dysmorphic disorder* cenderung memiliki ketakutan akan ditolak di lingkungan sosial yang diakibatkan oleh penampilan (Phillips, 2009). *Body dysmorphic disorder* dikaitkan dengan tingkat gangguan sosial yang tinggi, sehingga membuat penderitanya sering menghindari pergaulan (Marques, Weingarden, LeBlanc, Siev, & Wilhelm, 2011).

Tiap individu hidup dalam lingkungan sosial yang menerapkan nilai-nilai sosial yang diacu oleh masyarakatnya. Lingkungan sosial ini mencakup keluarga, teman, masyarakat, media massa, dan sebagainya (Suranto, 2015). Cobb (1976) menyatakan bahwa informasi dari lingkungan sosial yang membuat individu merasa dihargai akan mengarahkan individu untuk bisa menghargai dirinya sendiri, dimana hal ini menunjukkan adanya dukungan sosial. Penerima dukungan sosial akan merasa dihargai, dicintai, dan diperhatikan (Elisa, Nindy, Elfiana, & Muhid, 2021).

Sarafino dan Smith (2011) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diterima dari pihak lain. Dukungan sosial merupakan cara untuk menunjukkan kepada seseorang bahwa dirinya tersebut dihormati, dicintai, dan diperhatikan (Taylor, 2011). Dukungan sosial terdiri dari empat aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan persahabatan (Sarafino & Smith, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Marques, Weingarden, LeBlanc, Siev, dan Wilhelm (2011) menunjukkan bahwa dukungan sosial secara signifikan berkorelasi negatif dengan *body dysmorphic disorder*. Hal ini didukung oleh penelitian sejenis yang dilakukan oleh Pardede (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal.

**METODE**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai metode pengumpulan data. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah dukungan sosial dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Dukungan sosial akan diukur menggunakan skala yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan skala dukungan sosial yang disusun oleh Ariani (2019) dan mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2011), terdiri dari dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan. Skor yang diperoleh dari skala dukungan sosial menunjukkan tinggi rendahnya dukungan sosial. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dewasa awal. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah dukungan sosial yang diterima dewasa awal.

Sementara itu, kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan diukur menggunakan skala yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang disusun oleh Tandy dan Sukamto (2013) dan mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Rosen dan Reiter (1996), terdiri dari penilaian negatif terhadap penampilan, perasaan malu terhadap penampilan, penghindaran aktivitas sosial, terlalu mementingkan penampilan dalam evaluasi diri, kamuflase tubuh, dan pengecekan tubuh. Skor yang diperoleh dari skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* menunjukkan tinggi rendahnya kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi dewasa awal memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah dewasa awal memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan rentang usia 18 sampai 40 tahun. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 100 orang yang terdiri dari 13 subjek laki-laki dan 87 subjek perempuan. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Pearson untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Perhitungan statistik di dalam penelitian ini menggunakan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 26.0 *for Windows*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari analisis data penelitian yang dilakukan peneliti, diperolah deskripsi statistik pada masing-masing variabel. Pada skala dukungan sosial dengan jumlah aitem sebanyak 27, skor minimum hipotetiknya adalah 1 × 27 = 27, skor maksimum 4 × 27 = 108, rerata (*mean*) hipotetiknya adalah (27 + 108) : 2 = 67,5 dan standar deviasi (108 - 27 ) : 6 = 13,5. Berdasarkan hasil perhitungan data skor empirik, diperoleh skor minimum sebesar 44, skor maksimum sebesar 103, rerata (*mean*) sebesar 76,34 dan standar deviasi sebesar 10,806. Selanjutnya, pada skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan jumlah aitemnya sebanyak 36, skor minimum hipotetiknya adalah 1 × 36 = 36, skor maksimal hipotetiknya adalah 4 × 36 = 144, rerata (*mean*) hipotetiknya adalah (36 + 144) : 2 = 90, dan standar deviasi (144 - 36) : 6 = 18. Untuk data skor empirik, diperoleh skor minimum sebesar 53 dan skor maksimum sebesar 128. Rerata (*mean*) empiriknya sebesar 89,58 dengan standar deviasi sebesar 15,596.

1. Uji Normalitas

Uji prasyarat yang pertama dilakukan adalah uji normalitas untuk mengetahui apakah distribusi data yang diukur normal atau tidak. Kaidah untuk uji normalitas ini adalah apabila nilai signifikansi dari uji Kolmogorov-Smirnov > 0,050, maka sebaran data mengikuti distribusi normal, namun apabila nilai signifikansi dari uji Kolmogorov-Smirnov < 0,050, maka sebaran data tidak mengikuti distribusi normal (Safitri, 2019).

Dari hasil uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel dukungan sosial diperoleh KS-Z = 0,071 dengan p = 0,200 (p > 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data variabel dukungan sosial mengikuti sebaran data yang normal. Selain itu, dari hasil uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* diperoleh KS-Z = 0,070 dengan p = 0,200 (p > 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* mengikuti sebaran data yang normal.

1. Uji Linearitas

Selanjutnya, uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas (dukungan sosial) dengan variabel tergantung (kecenderungan *body dysmorphic disorder*) merupakan hubungan yang linier atau tidak. Kaidah untuk uji linieritas adalah apabila nilai signifikansi < 0,050, maka hubungan antara variabel bebas dan tergantung merupakan hubungan yang linier, namun apabila nilai signifikansi > 0,050, maka hubungan antara variabel bebas dan tergantung bukan merupakan hubungan yang linier (Safitri, 2019).

Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai F = 25,180 dengan p = 0,000 (p < 0,050), berarti hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan hubungan yang linier.

1. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ini dilakukan dengan analisis korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Pearson untuk mengetahui korelasi antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Kaidah untuk korelasi ini adalah apabila nilai signifikansi < 0,050 maka ada korelasi yang signifikan antara variabel bebas dan variabel tergantung, namun apabila nilai signifikansi ≥ 0,050 maka tidak ada korelasi yang signifikan antara variabel bebas dan variabel tergantung (Safitri, 2019).

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment*, diperoleh koefisien korelasi (rxy) = -,444 dengan p = 0,000 (p < 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal, sehingga hipotesis yang peneliti ajukan diterima. Semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, maka semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Selanjutnya, koefisien determinasi (R2) yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,197 yang artinya variabel dukungan sosial dapat memengaruhi variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 19,7% dan sisanya 80,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

1. Analisis Tambahan

Peneliti melakukan analisis tambahan berupa uji *independent sample t-test* pada variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal laki-laki dan dewasa awal perempuan. Sebelum melakukan uji *independent sample t-test*, peneliti melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas untuk mengetahui apakah data memiliki sebaran data yang normal dan uji homogenitas untuk mengetahui apakah data tersebut homogen atau tidak.

Dari hasil uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* diperoleh KS-Z = 0,070 dengan p = 0,200 (p > 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* mengikuti sebaran data yang normal. Sementara itu, pada uji homogenitas berdasarkan *Levene’s Test for Equality of Variances* diperoleh F = 0,768 dengan p = 0,383 (p > 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa data variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan data yang homogen. Setelah uji prasyarat terpenuhi, selanjutnya peneliti melakukan analisis *independent sample t-test*. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh t = -3,491 dengan p = 0,001 (p < 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal laki-laki dengan tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal perempuan. Dilihat dari rata-rata (*mean*), dewasa awal perempuan memiliki skor lebih tinggi (*mean* = 91,57) dibandingkan dengan dewasa awal laki-laki (*mean* = 76,23). Artinya, dewasa awal perempuan memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang lebih tinggi dibandingkan dengan dewasa awal laki-laki.

Berdasarkan hasil kategorisasi, dewasa awal dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang rendah sebanyak 8 orang (8%), kategori sedang sebanyak 83 orang (83%), dan kategori tinggi sebanyak 9 orang (9%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* dalam kategori sedang. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adriani, Sagir, dan Fadhila (2021) yang menunjukkan bahwa 67,4% subjek memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada tingkat yang sedang.

Individu yang tampak normal atau bahkan menarik, disibukkan dengan kekurangan dalam penampilannya yang sebenarnya tidak terlihat atau hampir tidak terlihat oleh orang lain. Individu ini memikirkan kekurangannya tersebut dengan khawatir dan berlebihan. Kekhawatiran ini menyebabkan individu tersebut menderita secara emosional hingga mengganggu kehidupannya (Phillips, 2009). *Body dysmorphic disorder* menimbulkan rasa menderita, stres, bahkan memunculkan keinginan untuk mengakhiri hidup (Singh & Veale, 2019). Rosen (dalam Nevid, Rathus, & Greene, 2003) menyatakan bahwa individu dengan *body dysmorphic disorder* yakin bahwa orang lain akan memandang dirinya buruk dan tidak menarik, sehingga hal ini memengaruhi cara orang lain memandang karakter atau harga diri mereka.

Selain itu, hasil kategorisasi dukungan sosial pada penelitian ini menunjukkan bahwa dewasa awal dengan dukungan sosial yang rendah sebanyak 3 orang (3%), kategori yang sedang sebanyak 67 orang (67%), dan kategori yang sebanyak 30 orang (30%). Berdasarkan hasil kategorisasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek yang merupakan dewasa awal memiliki dukungan sosial dalam kategori sedang. Individu yang menerima dukungan sosial akan merasa individu merasa dihargai, dicintai, dan diperhatikan (Elisa, Nindy, Elfiana, & Muhid, 2021). Sebagai hasil dari bantuan dan keberadaan orang lain, dukungan sosial juga akan membantu individu untuk memahami dirinya sendiri dan mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi (Cohen & Syme dalam Dianto, 2017).

**KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, maka semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dewasa awal. Hal ini menunjukkan hipotesis yang peneliti ajukan diterima. Variabel dukungan sosial memiliki sumbangan yang memengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder*, namun masih terdapat faktor-faktor lain yang memengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

Saran yang diberikan peneliti untuk subjek penelitian yaitu hasil penelitian ini diharapkan akan dapat menjadi pengetahuan bagi dewasa awal, sehingga hendaknya dewasa awal yang memiliki dukungan sosial rendah mampu mencari dan meningkatkan dukungan sosial dari berbagai pihak, baik dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, maupun dukungan persahabatan. Sementara itu, bagi dewasa awal dengan dukungan sosial yang tinggi, diharapkan dapat mempertahankan tingkat dukungan sosial yang diterima. Kemudian, saran bagi peneliti selanjutnya yaitu dikarenakan dalam penelitian ini masih terdapat kelemahan yaitu penggunaan kuesioner sebagai metode pengumpulan data sehingga data yang diperoleh kurang akurat, kemungkinan terjadinya bias saat pengambilan data, juga tidak adanya pernyataan yang menegaskan bahwa subjek yang mengisi skala penelitian belum pernah mengisi skala uji coba, sehingga untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memerhatikan hal-hal tersebut agar data yang diperoleh lebih akurat, terhindar dari kemungkinan munculnya bias, dan dipastikan bahwa subjek uji coba dengan subjek penelitian merupakan orang yang berbeda.

**DAFTAR PUSTAKA**

Adriani, R., Sagir, A., & Fadhila, M. (2021). Kebersyukuran terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* terhadap wanita dewasa awal. *Taujihat*, 2(2), 133-150. doi:[10.21093/tj.v2i2.3837](https://doi.org/10.21093/tj.v2i2.3837)

*American Psychiatric Association*. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental health disorders (5th edition).* Washington DC: American *Psychiatric Publishing*.

Angelakis, I., Gooding, P. A., & Panagioti, M. (2016). *Suicidality in body dysmorphic disorder (BDD): A systematic review with meta-analysis*. *Clinical Psychology Review*, 49, 55-66. doi: [10.1016/j.cpr.2016.08.002](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.08.002)

Ariani, W. A. P. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan *fear of success* pada karyawan yang sudah berkeluarga. Skripsi Fakultas Psikologi: Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Cobb, S. (1976). *Social support as a moderator of life stress*. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314. doi: 10.1097/00006842-197609000-00003

Dianto, M. (2017). Profil dukungan sosial orangtua siswa di SMP negeri kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. *Jurnal Counseling Care*, 1(1), 42-51. doi: https://doi.org/10.22202/jcc.2017.v1i1.1994

Elisa, N. N., Elfiana L. N., Rahma D. A., & Muhid A. (2021). Citra tubuh, dukungan sosial teman sebaya, dan penerimaan diri pada orang dengan obesitas (ODO). *Jurnal Psikologi* *Proyeksi*, 16(2), 198-207. doi: 10.30659/jp.16.2.198-207

Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.

Khoiriyah, A. L., & Rosdiana A. M. (2019). Hubungan ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan usia dewasa awal (18-25 tahun) di kota Malang. *Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender*,14(2), 42-53. doi: [10.18860/egalita.v14i2.9102](https://doi.org/10.18860/egalita.v14i2.9102)

Marques, L., Weingarden, H. M., LeBlanc, N. J., Siev, J., & Wilhelm, S. (2011). *The relationship between perceived social support and severity of body dysmorphic disorder symptoms: the role of gender*. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 33(3), 238-244. doi: [10.1590/s1516-44462011000300006](https://doi.org/10.1590/S1516-44462011000300006)

Nevid, S.F, Rathus, A.S., & Greene, B. (2003). *Psikologi abnormal* *(5th edition)*. Jakarta: Erlangga.

Nurlita, D., & Lisiswanti, R. (2016). *Body dysmorphic disorder*. *Jurnal Majority*, 5(5), 80-85. Retrieved from:<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/928>

Phillips, K. A. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder: An essential guide*. New York: Oxford *University Press*.

Rosen, J. C., & Reiter, J. (1996). *Development of the body dysmorphic disorder examination.* *Behaviour Research and Therapy*, 34(9), 755-766. doi: [10.1016/0005-7967(96)00024-1](https://doi.org/10.1016/0005-7967%2896%2900024-1)

Safitri, R. M. (2019). *Modul praktikum analisis data*.

Sarafino, E. P. & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (*7th *edition)*. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.

Sinaga, A. Z. B., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada mahasiswa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 174-195. Retrieved from: https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/47317

Singh, A. R., & Veale, D. (2019). *Understanding and treating body dysmorphic disorder. Indian Journal of Psychiatry*, 61(1), 131-135. doi: 10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\_528\_18

Sumanto. (2014). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta: CAPS (*Center of Academic Publishing Service*).

Suranto. (2015). Implementasi teori komunikasi sosial budaya dalam pembangunan integrasi bangsa. *Kajian Ilmu Komunikasi*, 45(1), 65-72. Retrieved from: <https://journal.uny.ac.id/index.php/informasi/article/download/7771/6688>

Tandy, E., & Sukamto, M. E. (2013). Asesmen untuk deteksi dini *body dysmorphic disorder* (BDD) pada remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(2), 78-84. Retrieved from: http://repository.ubaya.ac.id/38594/12/Asesmen%20untuk%20deteksi%20dini%20body%20dysmorphic%20disorder%20(BDD)%20pada%20remaja%20perempuan%20(Jurnal%20Psikologi%20Indonesia%2C%202013).pdf

Taylor, S. E. (2011). *Health psychology*. New York: Mc Graw Hill, Inc.

Thahir, A. (2018). *Psikologi perkembangan*. Lampung: Aura *Publishing*.