**HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA REMAJA AKHIR**

THE RELATIONSHIP BETWEEN *SELF-ESTEEM* AND BODY DYSMORPHIC DISORDER ON LATE ADOLESCENTS

**Aurola Violita1 Angelina Dyah Arum S2** Universitas Mercu Buana Yogyakarta Aurolaviolita10@gmail.com

082285010218

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sebuah hubungan antara *self-esteem* dengan Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir. Responden penelitian ini sebanyak 103 individu remaja akhir yang memiliki usia 18-22 tahun. Pengumpulan data ini diambil dengan menggunakan Skala *self-estem* dan skala Kecenderungan *body dysmorphic disorder.* Teknik analis yang pakai dalam penelitian ini adalah korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Hasil penelitian menunjukan bahwa nilai koefisien korelasi rxy = - 0,357 dengan taraf signifikansi sebesar p = 0,000 yang berarti memiliki hubungan negatif yang yang sangat signifikan antara *self-esteem* dengan Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir. Semakin tinggi tingkat *self-esteem* remaja akhir semakin rendah tingkat Kecenderungan *body dysmorphic disorder-*nya. Peran atau sumbangan efektif *self-esteem* terhadap Kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 12,7 % yang ditunjukan dari nilai koefisien determinan (R2) sebear 0,127 dan 87,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu faktor biologis atau gen, faktor peristiwa memicu dan faktor sosial budaya. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian diterima.

***Kata kunci :*** *Kecenderungan body dysmorphic disorder, self-esteem, remaja akhir*

***Abstract***

*This study aims to determine a relationship between self-esteem and the tendency of body dysmorphic disorder in late adolescence. Respondents in this study were 103 late teens who were 18-22 years old. This data collection was taken using the self-estem scale and the tendency scale body dysmorphic disorder. The analytical technique used in this research is the Product Moment of Karl Pearson. The results showed that the value of the correlation coefficient rxy = - 0.357 with a significance level of p = 0.000 which means it has a very significant negative relationship between self-esteem and the tendency of body dysmorphic disorder in late adolescence. The higher the level of self-esteem in late adolescence, the lower the tendency for body dysmorphic disorder. The role or effective contribution of self-esteem to the tendency of body dysmorphic disorder is 12.7% as indicated by the determinant coefficient (R2)0.127 and the remaining 87.3% is influenced by other factors, namely biological factors or genes, triggering events. and socio-cultural factors. The conclusion of this study shows that the hypothesis in the study is accepted.*

***Keywords:*** *Tendency body dysmorphic disorder, self-esteem, late adolescence*

## PENDAHULUAN

Bentuk tubuh ideal adalah idaman bagi banyak individu, tidak terkecuali

remaja, Fase remaja adalah sebuah proses transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menghubungi antara masa kanak- kanak dengan masa dewasa. Pada umumnya

di masa ini remaja akan memiliki perhatian lebih terhadap tubuhnya dan remaja akan membangun sikap tentang tubuhnya melalui penilaian positif atau negatif(Santrock, 2012).

Remaja akhir adalah fase dimana individu yang sudah menginjak usia antara 18-22 tahun, dalam usia ini remaja sudah mateng untuk masuk kedunia karir (Santrock,2007). Masa remaja akhir ini juga sudah memiliki peluang, potensi dan juga rasa tanggung jawab didalam masyarakat. Fase masa remaja akhir ini disebut juga sebagai fase peralihan dari perkembangan dalam berbagai tahapan untuk menuju dewasa awal (Curtis,2015). fase remaja akhir menjadi salah satu fase untuk menuju dewasa awal dengan adanya perubahan fisik, emosional, karir yang cukup tinggi. (World Health Organization,2014).

Hurlock (2010) mengungkapkan bahwa seringkali remaja akhir yang sulit menerima kondisi tubuhnya di masa ini yang dikarenakan oleh terbentuknya persepsi dari masa kanak-kanak terkait penampilan fisik di masa dewasa, maka dari itu tidak sedikit pada fase remaja akhir ini mampu meningkatkat individu dalam mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* seperti contoh bahwa anak remaja yang selalu memikirkan bahwa penampilan fisiknya merupakan hal yang sangat istimewa.

*Body Dysmorphic Disorder (BDD)*

atau yang di sebut dengan kelainan

dismorfik tubuh masuk kedalam gangguan *Obsessive-Compulsive and Related Disorders (*DSM V Rusdi Maslim 2013)*.* Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia atau KBBI (Alwi, 2012), Kecenderungan merupakan kecondongan, kesudian, keinginan akan suatu hal. *Body Dysmorphic Disorder* Menurut *Cognitive-Behavioral Therapy for Body Dysmorphic Disorder*( Sabine Wilhelm, [Katharine A.](https://www.google.co.id/search?hl=id&sxsrf=AOaemvInbtwmIpnIagvZL8P2EthmOjnTvw%3A1631959116007&q=inauthor%3A%22Katharine%2BA.%2BPhillips%22&tbm=bks) [Phillips](https://www.google.co.id/search?hl=id&sxsrf=AOaemvInbtwmIpnIagvZL8P2EthmOjnTvw%3A1631959116007&q=inauthor%3A%22Katharine%2BA.%2BPhillips%22&tbm=bks) & [Gail Steketee](https://www.google.co.id/search?hl=id&sxsrf=AOaemvInbtwmIpnIagvZL8P2EthmOjnTvw%3A1631959116007&q=inauthor%3A%22Gail%2BSteketee%22&tbm=bks) 2012) adalah sebuah proekupasi berlebihan dengan tidak ada kecacatan dalam penampilan. kebanyakan individu yang memiliki *Body Dysmorphic Disorder* sering menghabiskan lebih dari satujam/hari dalam memikirkan cacat yang mereka rasakan. (contohnya ; khawatir tentang sesuatu yang tidak bisa dilihat orang lain, atau terlalu khawatir tentang cacat kecil pada penampilan mereka, seperti jerawat ringan atau bekas luka). Kebiasaan tersebut menyebabkan penderitaan yang jelas secara klinis dan dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. tingkat keparahan *Body Dysmorphic Disorder* dapat diukur dari yang lebih ringan hingga yang sangat parah

*Body dysmorphic disorder* merupakan obsesi seseorang terhadap kekurangan pada penampilannya Veale (dalam Davison, Neale, & Kring, 2010). Sebanyak 1 sampai 1,5 % dari populasi dunia memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder,* dan kecenderungan untuk mengalami *body dysmorphic disorder* akan lebih tinggi saat

suatu daerah memiliki budaya yang sangat mementingkan penampilan. Veale & Neziroglu (dalam Rahmania & Yuniar, 2012). *Body dysmorphic disorder* adalah suatu preokupasi dengan suatu cacat tubuh yang dikhayalkan (sebagai contohnya, jari tangan yang tidak lengkap) atau respon berlebihan dari cacat yang minimal atau kecil (APA, 2000).

*Body Dysmorphic Disorder* (BDD) merupakan gangguan citra tubuh yang mengaitkan keasyikan berlebihan dalam penampilan fisik seseorang yang memiliki bentuk normal (Rosen, Reiter dan Orosan, 1995).Terdapat beberapa aspek yang dapat diklasifikasikan sebagai Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yaitu aspek pikiran ( aspek pikiran sendiri dapat diartikan sebagai proses pengenalan dari apa yang diketahui maupun yang dipikirkan oleh seseorang) , aspek perasaan ( aspek perasaan disini diartikan sebagai seseorang yang berkecenderungan *body dysmorphic disorder* maka akan merasa adanya ketidakpuasan pada bagian tubuhnya.), aspek perilaku(seseorang yang memiliki Kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan memiliki kejala perilaku obsesif- kompulsif). dan hubgan sosial ( seseorang yang memiliki kecenderunga *body dysmorphic disorder* biasanya memiliki hubungan sosial yang baik namun ia tidak merasa percaya diri ketika berinteraksi dilingkungan sosial). Rosen(dalam Nevid, 2005).

Phillips, 2009) mengungkapkan bahwa ada beberapa factor yang mempengaruhi Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yaitu, pertama adalah faktor biologis, terjadinya perubahan kelainan terhadap neuroanatomi yang dapat menimbulkan obsesi terhadap tubuh seseorang, selain ada gen, pengaruh evolusi dan ketidak sesuaian proses visual dan predisposisi yang menyebabkan terlalu fokus pada setiap suatu hal. Kedua faktor psikologis, terjadi seperti adanya pengalaman hidup, terjadinya kesulitan dimasa anak-anak,terjadinya ejekan, dan fokus pada kecantikan. Yang ketiga faktor sosial , seperti peran *gender*, kultur, dan media massa. Dan yang terakhir adalah peristiwa memicu. Salah satu faktor, yaitu faktor psikologis yang mengatakan bahwa adanya fokus terhadap kecantikan yang cenderung kea rah perfeksionis dimana dalam segi penampilan ataupun secara umum. Maka dari itu faktor kuncinya adalah faktor psikologis dimana dianggap mempunyai peran penting terhadap perkembangan Kecenderungan *Body Dysmporphic Disorder* adalah *Self.esteem.*

Adapun aspek-aspek *self-esteem* yaitu

: a) *performance self-esteem,* mengarahkan pada perasaan seseorang terhadap kompetensi secara umum yang dimilikinya.

1. *social self-esteem,* mengarahkan terhadap bagaimana seseorang mempercayai perspektif orang lain terhadap diri mereka.
2. *physical self-esteem,* mengarahkam

terhadap bagaimana seseorang menilai fisiknya. yang diungkapkan oleh Heatherton dan Wyland (dalam Lopez & Snyder, 2004),

Setiap hal yang dilakukan dengan baik kadang menjadi sulit untuk mendapat sebuah kepuasan terhadap ekspetasi tubuh yang diinginkan sehingga dapat menyebabkan pikiran-pikiran negatif

.Nourmalita(2016).

Santrock( 2012) mengungkapkan bahwa fase remaja adalah suatu proses transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menghubungi antara masa kanak- kanak dengan masa dewasa. Pada umumnya di masa ini remaja akan memiliki perhatian lebih terhadap tubuhnya dan remaja akan membangun sikap tentang tubuhnya melalui penilaian positif atau negatif. Dapat diketahui bahwa berkembangnya *body dysmorphic disorder* dipengaruhi oleh *Self- esteem* yang rendah pada diri remaja. *Self- esteem* yang rendah, remaja akan selalu merasa bermasalah dan merasa tidak puas . Permasalahan ini berhubungan dengan bagaimana individu mempersepsikan dirinya sendiri kearah yang positif atau negatif. Michener dan DeLamater( dalam Sari,2006) mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi maka akan mempunyai sikap yang asertif, terbuka dan juga percaya diri. Sehingga *self-esteem* penting bagi seseorang sehingga dapat dikatakan bahwa seseorang yang mempunyai *self-esteem* yang tinggi maka

dapat melihat dirinya dengan positif yang menyebabkan seseorang itu menyadari kelebihan yang dimiliki oleh dirinya.

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, peneliti mengajukan rumasan sebagai berikut ; apakah ada hubungan antara self-esteem dengan kecenderengunan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir?

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan skala sebagai metode pengumpulan data. Skala yang digunakan dalam pengumpulan data ada dua yaitu skla Kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan skala *self-esteem.* Jenis skala yang dipakai adalah skala *likert.* Skala Kecenderungan *body dysmorphic disorder* di susun oleh peneliti dengan acuan skala yang di buat oleh Dicky Wira Rahaja (2018) melalui aspek dikemukakan oleh Michinton. Minchinton (dalam Adilia, 2010) mengemukakan terdapat tiga aspek dari *self- esteem* yaitu perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap hidup, serta hubungan dengan orang lain. Skala *Body Dysmorphic Disorder* yang disusun di susun oleh peneliti dengan acuan skala yang di buat oleh Dicky Wira Rahaja (2018) melalui aspek-aspek *Body Dysmorphic Disorder* yang di kemukakan oleh Rosen (dalam Nevid,2005). Terdapat 4 kecenderungan *body dymorphic disorder* menurut Rosen(dalam Nevid,2005) yaitu : (a). Aspek

Pikiran(Kognitif) yang terdiri dari kecemasan terhadap tubuh dan pikiran negatif tentang tubuh, (b). Aspek perasaan (afeksi) yang terdiri dari ketidakpuasan terhadap bagian tubuh dan perasaan negatif tentang tubuh, (c). Aspek perilaku (behavioral) yang terdiri dari perilaku obsesif-kompulsif, (d). Hubungan sosial yang terdiri dari menghindari situasi dan perilaku sosial. Metode analisis data yang dipakai yaitu menggunakan korelasi product moment. Karena analisis korelasi product moment ini dapat digunakan untuk menguji antara variabel terikat dengan variabel bebas. Metode analisis product moment ini merupakan metode yang sangat efektif untuk mengungkapkan hubungan antara variabel *kecenderungan body dysmorphic disorder* dengan variabel *self-esteem.* Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan bantuan program dati analisis statistik. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah 103 remaja akhir yang berusia 18-22 tahun. Dengan klasifikasi jenis kelamin subjek penelitian laki-laki sebanyak 30,8% orang dan perempuan sebanyak 69,2% orang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari analisis yang dilakukan terdapat data penelitian dengan deskripsi masing-masing variabel yaitu ; pada skala Kecenderungan *body dysmorphic disorder* , data hipotetik yang diperoleh adalah skor minimun 21, skor maksimum 84, skor mean

52,5dan skor standar deviasi 10,5. Kemudian untuk data empirik memperoleh skor minimal 37, skor maksimal 75, skor mean 54,45 dan standar deviasi 7,404. pada skala *self-esteem*, data hipotetik yang diperoleh adalah skor minimun 12, skor maksimum 48, skor mean 30dan skor standar deviasi 6. Kemudian untuk data empirik memperoleh skor minimal 14, skor maksimal 48, skor mean 37,71 dan standar deviasi 6,491.

Deskripsi data yang telah dilampirkan sebelumnya dapat dijadikan sebagai dasar dalam membuat kategorisasi terhadap variabel kecenderungan *body dymorphic disorder* dan *self-esteem*. Pertama, pada kategorisasi kecenderunga *body dymorphic disorder* didapatkan bahwa ada 12 remaja akhir (12%) yang memiliki tingkat kecenderunga *body dymorphic disorder* yang sangat tinggi. pada kategorisasi kecenderunga *body dymorphic disorder* didapatkan bahwa ada 88 remaja akhir (88%) yang memiliki tingkat kecenderunga *body dymorphic disorder* yang sangat sedang. Ketiga, pada kategorisasi kecenderunga *body dymorphic disorder* didapatkan bahwa ada 3 remaja akhir (3%) yang memiliki tingkat kecenderunga *body dymorphic disorder* yang sangat rendah. Pada kategorisasi *self- esteem* didapatkan bahwa ada 70 remaja akhir (70%) yang memiliki *self-esteem* tingkat tinggi, selanjutnya 27 remaja akhir (27%) yang memiliki tingkat *self-esteem*

sedang dan 6 remaja akhir (6%) memiliki tingkat *self-esteem* rendah.

Berdasarkan dari hasil uji normalitas maka variabel Kecenderungan *body dysmorphic disorder* memperoleh K-S Z = 0,083 dengan p = 0,080 yang menandakan bahwa sebaran data tersebut mengikuti searan data normal. Unuk variabel *self- esteem* diperoleh K-S Z =0,163 DENGAN P

= 0,000 yang menandakan bawha sebaran data tersebut tidak mengikuti sebaran data normal.

Setelah melakukan uji normalitas maka peneliti akan melakukan uji asumsi yang kedua yaitu uji linearitas, Uji linearitas ini dilakukan untuk menguji variabel bebas yaitu *self-esteem* dan variabel tergantung (Kecenderungan *body dysmorphic disorder)* Apakah mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Petunjuk dalam analisis ini yaitu bila nilai signifikansi p < 0,050 maka hubungan antara variabel bebas dan terikat merupakan hubungan yang linier. Apabila nilai signifikansi ≥ 0,050 maka hubungan antara variabel bebas dan terikat bukan merupakan hubungan yang linier. Berdasarkan uji linieritas diperoleh F = 13,512 dengan p = 0,000 berarti hubungan antara *seld-esteem* dengan kercenderungan *body dysmorphic disorde*r pada remaja merupakan hubungan yang linier.

Setelah uji prasyarat sudah terpenuhi, maka penelitian akan melanjutkan untuk melakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi *Product*

*moment pearson* yang digunakan untuk menguji korelasi tunggal antara variabel bebas dan variabel terikat . kaidah untuk korelasi ini yaitu bila nilai signifikansi p < 0,01 sangat signifikan berarti ada korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat, apabila p < 0,050 signifikan dan p > 0,050 berarti tidak signifikan atau tidak ada korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Berdasarkan hasil analisis *product moment* maka diperoleh koefisien korelasi (rxy) = - 0,357 dengan taraf signifikansi p = 0,000 (p < 0,01) berarti terdapat hubungan yang negatif antara *Self-esteem* dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada remaja akhir.

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk melihat hubungan antara *self-esteem* dengan Kecenderungan *body dysmorphid disorder* pada remaja akhir, dengan memiliki subjek penelitian yang berjumlah

103 subjek remaja akhir. Dari hasil uji analisis yang sudah dilakukan maka diperoleh hasil koefisien korelasi (rxy) sebesar – 0, 257 (p<0,050) dengan demikian hipotesis dapat diterima. Hal ini dapat meninjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *slef-esteem* dengan Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir. Dimana semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja akhir maka Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir cenderung rendah, dan sebaliknya jika semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja akhir,

maka Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir cenderung tinggi.

Hipotesis yang diterima dalam penelitian ini dapat menunjukkan bahwa *self-esteem* dinilai sebagai salah satu faktor yang bisa mengurangi Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir. Penelitian ini sebanding dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dicky Wira Rahaja (2018) bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *self-esteem* dengan Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir.

Penjelasan diatas diperkuat dengan teori yang menjelaskan bahwa *Self Esteem* adalah penilaian pribadi tentang apa yang dirasakan dan dilakukan oleh siwsa maka tercemin dalam sikap siswa tersebut. Oleh sebab itu, sikap yang positif dikaitkan dengan *self esteem* yang baik. Sebaliknya sikap negatif dikaitkan dengan kurangnya *self esteem* dari siswa. Rafli, (2016).

*Self-esteem* yang di dapatkan, mampu mengurangi tingkat Kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang terjadi, *self- esteem* memiliki 3 aspek, yaitu aspek perasaan terhadap diri sendiri, aspek perasaaan terhadap hidup, dan yang terakhir adalah aspek hubungan dengan orang lain Minchinton (dalam Yulianti,2013).

Pertama aspek perasaan terhadap diri sendiri yang menunjukkan pada rasa nyaman dalam suatu hal yang ada pada dalam diri individu dan mampu menilai diri

individu tanpa memikirkan sesuatu yang dimiliki atau tidak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jones (dalam Nourmalita,2016), remaja akhir sering sekali merasa tidak puas dan juga tidak nyaman akan penampilan fisiknyanya seperti bentuk tubuhnya, rambutnya, warna kulitnya, dan berat badannya sehingga menimbulkan perilaku seperti selalu berganti-ganti baju untuk melihat penamilannya cocok atau tidak dan juga sering menimbang berat badan secara berlebihan. Lalu berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, remaja akhir sering kali merasa bahwa dirinya tidak memiliki kelebihan apapun dan juga kerap kali merasa bahwa dirinya adalah orang yang gagal dam tidak puas dengan apa yang sudah dimiliki sehingga dapat menimbulkan perilaku seperti selalu menggunakan skincare, mengganti-ganti baju, melakukan diet ketat. Hal ini dapat yang akan mempengaruhi sebuah perasaan (afeksi) terhadap individu yang sedang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Seseorang yang memiliki *self- esteem* yang positif maka seseorang tersebut cendrung mampu mengembangkan pendapat atau penilaian posotif terhadap dirinya sehingga mampu menghindari terjadinya kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Sebaliknya jika individup memiliki *self- esteem* yang negatif maka individu tersebut cenderung mengmbangkan pendapat dan penilaian negatif terhadap drinya sehingga individu dapat mengalami kecenderungan

*body dysmorphic disorder*. Rosenbrug(dalam Mruk, 2006).

Aspek yang kedua adalah perasaan terhadap hidup yang menunjukkan hal dimana individu menerima keadaannya secara fakta dan tidak menyalahkan hidupnya ataupun menerka orang lain atas keadaannya dan seseorang itu bisa melakukan hal yang sesuai dengan kapasitas yang ada didalam dirinya, Minchinton (dalam Yulianti,2013). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rosen(Nevid,2005 dalam Fristy, 2012). jika seseorang yang berfirkir tentang penampilan fisiknya akan merasa minder mengenai fisiknya, suka merasa kalah, dan lebih menghindari situasi ataupun hubungan sosial. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, remaja akhir kerap sekali berfikir bahwa hidupnya tidak berpihak pada dirinya maka dapat menimbulkan perilaku seperti menghindari hubungan sosial atau menganggap bahwa orang lain itu merasa penampilannya kurang menarik. Hal ini mengakibatkan bawah perilaku ataupun *behavioral* dari seseorang yang sedang mengalami kencenderungan *body dysmorphic disorder.* Individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi maka individu tersebut dapat bersikap arsetif, terbuka dan memiliki kepercayaan diri yang bagus terhadap dirinya sendiri. Sehingga dengan individu memiliki *self-esteem* yang tinggi maka akan meminimalisirkan terjadinya kecenderungan *body dysmorphic*

*disorder.* Michener & DeLamater (dalam Sari dkk, 2006).

Aspek yang ketiga adalah hubungan dengan orang lain yang mengacu terhadap kapasitas seseorang atau kemampuan seseorang dalam berinteraksi dengan masyarakat diluar sana dan dapat menghargai atau menghormati orang lain serta tidak memaksa kehendaknya dalam berinteraksi dengan orang lain, Minchinton (dalam Yulianti,2013). Dalam penelitian yang dikemukakan oleh Rosen(Nevid,2005 dalam Fristy, 2012) Individu yang kerap menghindari situasi dan hubungan sosial walaupun individu tersebut memiliki hubungan sosial yang baik dengan teman sekolah ataupun kampusnya, akan tetapi individu tidak mampu dekat dengan orang sekitar lingkungannya seperti tetangga karena merasa tidak percaya diri dan merasa minder. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti remaja akhir kerap sekali hanya menerima masukkan dari oang yang lebih pintar dari dirinya sehingga dapat menyebabkan memiliki hubungan yang kurang baik. Maka hal ini mengakibatkan seseorang yang memiliki kencenderungan *bidy dysmorphic disorder* mengalami kurangnya percaya diri atau minder saat berapa di dalam hubungan sosial. Baumeister, Campbell, Krueger, dan Vohs (2003*)* menyatakan bahwa invidu dapat memiliki *self-esteem* yang tinggi maka cenderung mampu memiliki hubungan yang baik dengan individu lain dan mampu

membuat kesan yang baik terhadap individu lain, maka hal ini akan mampu membuat individu tidak mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

Seseorang yang memiliki *self- esteem* yang tinggi maka seseorang itu akan memiliki kehidupan yang merasa puas dengan apa yang dimilikinya serta tidak merasa kekurangan dalam hal apapun sehingga seseorang tersebut mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang ada didalam dirinya dan dapat takin bahwa apa yang seseorang itu sudah dapatkkan merupakan suatu hal yang terbaik yang tejadi pada dirinya sehingga seseorang itu mampu terhindar dalam mengalami kecenderungan *body dysmorphic*

Melihat dari kategorisasi kecenderungan *body dysmorphic disorder* maka dalam penelitian ini dari 103 subjek,

12 subjek (12%) mempunyai tingkat kencenderungan *body dysmorphic disorder* yang tinggi maka artinya subjek ini condong menilai fisik yang ada dalam dirinya negatif seperti bentuk tubuh dan wajahnya, lebih condong memberikan perhatian lebih pada penampilan fisiknya dalam mengevaluasi dirinya, condong lebih malu terhadap dirinya jika sedang berada dilingkungan sosial, condong sering menghindari aktivitas sosial dengan orang lain, condong melakukan kamuflase diri dan juga melakukan *body checking.* 88 subjek (88%) mempunyai tingkat kencenderungan *body dysmorphic disorder* yang sedang maka

artinya subjek ini tidak terlalu menilai fisik yang ada dalam dirinya negatif seperti bentuk tubuh dan wajahnya, tidak terlalu memberikan perhatian lebih pada penampilan fisiknya dalam mengevaluasi dirinya, tidak terlalu malu terhadap dirinya jika sedang berada dilingkungan sosial, tidak terlalu sering menghindari aktivitas sosial dengan orang lain, tidak terlalu melakukan kamuflase diri dan juga melakukan *body checking.* 3 subjek (3%) mempunyai tingkat kencenderungan *body dysmorphic disorder* yang rendah maka artinya subjek ini tidak menilai fisik yang ada dalam dirinya negatif seperti bentuk tubuh dan wajahnya, tidak memberikan perhatian lebih pada penampilan fisiknya dalam mengevaluasi dirinya, tidak malu terhadap dirinya jika sedang berada dilingkungan sosial, tidak sering menghindari aktivitas sosial dengan orang lain, serta tidak melakukan kamuflase diri dan juga melakukan *body checking.* Dari hasil yang sudah ada maka dapat disimpulkan bawah mayoritas remaja akhir ini memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada kategoti sedang. Hal ini juga sesuai dengan hasil riset yang telah dilakukan oleh Afriliya (2018) dan Malida (2019) yang mengemukakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja ini masuk dalam golongan sedang. Remaja akhir yang termasuk dalam golongan kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang makan remaja akhir itu condong berusaha dalam merubah

penampilan dan bentuk tubuhnya seperti melakukan perawatan yang berlebihan dan juga akan merasa cemas yang sedikit berlebihan dalam penampilannya dan kadang akan menghindari kondisi tertentu.

Dari hasil kategorisasi *self-esteem* dari 103 subjek, dapat dilihat bahwa 70 subjek (70%) mempunyai tingkat *Self- esteem* yang tinggi maka artinya subjek mampu menolak permintaan orang lain jika subjek merasa tidak ingin melakukannya, tidak selalu memikirkan pengalaman negatif pada masa lalu, mampu mengekspresikan kebutuhan diri, mampu menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri, memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan mempunyai pandangan hidup yang positif.

27 subjek (27%) mempunyai tingkat *Self- esteem* yang sedang maka artinya subjek kurang mampu menolak permintaan orang lain jika subjek merasa tidak ingin melakukannya, agak sering memikirkan pengalaman negatif pada masa lalu, kurang mampu mengekspresikan kebutuhan diri, kurang mampu menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri,kurang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan kurang mempunyai pandangan hidup yang positif. 6 subjek (6%) mempunyai tingkat *Self-esteem* yang rendah maka artinya subjek tidak mampu menolak permintaan orang lain jika subjek merasa tidak ingin melakukannya, selalu memikirkan pengalaman negatif pada masa lalu, tidak mampu mengekspresikan kebutuhan diri, tidak mampu menerima

kekurangan dan kelebihan diri sendiri, tidak memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan tidak mempunyai pandangan hidup yang positif. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat mayoritas remaja akhir memiliki *self-esteem* yang tinggi. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dicky Wira Rahaja (2018) yang mengemukakan bahwa hasilnya sama dengan penelitian yang beliau lakukan, remaja akhir dalam ketegori *self-esteem* tinggi maka dapat disimpulkan remaja akhir sudah mampu menerima dirinya sendiri dan memiliki pandangan hidup yang lebih positif.

Hasil analisis korelasi dalam penelitian ini diketahui bahwa nilai koefisien dterminasi (R2)= 0,127 yang menunjukkan bahwa variabel *self-esteem* dalam penelitian ini memberikan sumbangan yang efetif sebesar 12,7% terhadap Kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan sisanya 87,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang peneliti tidak lakukan. Faktor lainnya adalah faktor biologis atau gen, faktor peristiwa memicu dan faktor sosial budaya. Phillips(2009). Maka dari itu dapat menunjukan bawah masih adanya keterbatasan dalam penelitian yang saya lakukan, salah satunya adalah masih adanya keterbatasaan pernyataan dalam instrument penelitian untuk menggambarkan kondisi subjek penelitian, oleh sebab itu, perlu dutambahkan kembali aitem-aitem yang benar-benar dapat menggambarkan kondisi

subjek penelitian bisa bekontribusi semakin besar, walaupun kontribusi variabel *self- esteem* terhadap Kecenderungan *body dysmorphic disorder* berkontribusi rendah, namun hasil penelitian ini masih dapat membuktikan secara signifikan hubungan antara dua variabel ini sehingga pengajuan hipotesis dapat diterima dan hasil penelitian masih mendukung teori yang telah ada.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil survei penelitian dan pembahasan, maka didapat hasil analisis *product moment(pearson correlation)* dengan koefisian korelasi (ryx)= - 0,357 dengan tingkat signifikansi p =0,000 (p<0,01) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hunugan yang negatif antara *self- esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir. Dan hal ini juga menunjukan bahwa semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja akhir maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder*-nya, dan sebaliknya semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja akhir maka semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder*-nya. *Self-esteem* memiliki kontribusi sebanyak 12,7% terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang sedang dialami remaja akhir dan sisanya 87,3% telah dipengaruhi oleh faktor lain seperti faktor biologis, faktor sosial dan faktor peristiwa pemicu dan faktor sosial budaya.

Adapun saran dari peneliti untuk subjek penelitian yaitu remaja akhir agar dapat lebih meningkatkan *self-esteem* yang ada dalam dirinya, dengan cara mengenali diri sendiri agar dapat menumbuhkan rasa aman dalam segala hal yang ada pada diri kita, bisa menerima kekurangan dan kelebihan kita dengan tidak membanding- bandingkan diri dengan orang lain, serta bisa menjalin hubungan atau relasi yang positif yang mampu saling menghargai. Karena jika seorang remaja akhir memiliki *self-esteem* yang tinggi maka hal tersebut mampu mencegah untuk mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

Dan untuk peneliti selanjutnya yang ingin mengambil kecenderungan *body dysmorphic disorder* untuk di teliti maka sangat disarankan untuk memperhatikan faktor-faktor lain seperti biologis dan sosial budaya yang dapat mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* juga, karena dalam penelitian ini masih menunjukkan keterbatasan, penelitian *self- esteem* hanya mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 12,7%, sedangkan lainnya 87,3% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Abdel-Khalek,A.M. (2016). Introduction to the psychology of self-esteem. *Journal Nova Science Publishers*, 1-23.

# Afriliya, D. F. (2018). Berpikir Positif Dan Kecenderungan Body

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Dysmorphic | Disorder | Pada |
| Remaja | Putri. | *Skripsi.* |

Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.

Ali, M, & Asrori, M. (2017). *Psikologi Remaja Perkembangan* Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara.

# Anshori, Muslich, & Iswanti, S. (2009). Metodologi Penelitian Kuantitatif. Surabaya: Airlangga University Press (AUP).

Azwar, S. (2008). Metode Penelitian Kuantitatif. Yogyakarta: Adni Offset.

*Azwar* S. (*2013)*. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka.

Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi* Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Erol, R.Y & Orth, U. (2011). Self- esteem development from age 14 to 30 years: A longitudinal study*. Journal of Personality and Social Psychology*. *101(*3*),* 607–619.

# Ganeswari, A. A. I. G., & Wilani, N. M.

A. (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD) pada remaja akhir laki-laki di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, *6*(01), 67. https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v 06.i01.p07

# Gunawan, E.F. (2018). Hubungan antara harga diri dan penalaran moral pada remaja akhir. *Skripsi*: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Hadi, S. (2004). *Metodelogi Research 2*.

# Yogyakarta: Andi Offset.

Hadi, S. (2015). *Metodelogi Riset.*

*Yogyakarta*: Pustaka Pelajar.

Hardisuryabrata, MS. (1997).*Mengembangkan Citra Diri yang Positif*. Jakarta: Obor offset.

Hurlock, E. (1993). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima).* Jakarta: Erlangga.

Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.

Hurlock, E.B. (2010). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Alih Bahasa Istiwidayanti dkk) Edisi Kelima.* Jakarta: Erlangga.

# Malida, D. M. (2019). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (BDD) Pada Remaja Putri Yang Melakukan Perawatan Di Klinik Kecantikan. *Skripsi.* Yogyakarta: Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Maslim, R. (2013). *Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkasan dari PPDGJ-III dan DSM 5*.

# Jakarta: Buku Saku FK Unika Atmajaya.

Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial.*

# Jakarta: Salemba Humanika.

Nourmalita, M. (2016*).* Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala *Body Dismorphic Disorder* yang

# Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri, 19–20.

Normalita, M. (2016). Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala *Body Dysmorphic Disorder* yang dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri*. Psychologi and Humanity* , 546-555.

Oktaviana, R. (2013). *Body Dysmorphic Disorder Pada Siswa Ypac Palembang*. *12*, 53–62.

# Oktaviana, R. (2013). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Siswa YPAC Palembang. Jurnal Ilmiah PSYCHE *7(*2*).*

Phillips, K. A., Grant, J., Siniscalchi, J., & Albertini, R. S. (2001). Surgical and nonpsychiatric medical treatment of patients with body dysmorphic disorder. *Psychosomatics*, *42*(6), 504–510. https://doi.org/10.1176/appi.psy.42. 6.504

Philips, K. A., Pinto, A., & Jain, S. (2004*). Self-Esteem in body dysmorphic disorder. Body Image I.* New York: Oxford University Press.

Phillips, K. A. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder*. New York US: Oxsford University Press.

Prabowo. (2017). Hubungan Antara Self Esteem dengan Kecederungan Body Dysmorphic Disorder pada remaja putri di SMA N 11 Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*(9), 1689–1699.

# Prastuti, E., & Mulyani, H. T. (2020). Harga diri dan citra tubuh sebagai prediktor kecenderungan body

dysmorphic disorder pada remaja perempuan. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, *9*(2), 302–318. [https://doi.org/10.30996/persona.v9](https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3472) [i2.3472](https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3472)

Raharja, D. W. &, & Yuniardi, M. S. (2019). Self-Esteem dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Mahasiswi. *Psycho Holistic*, *1*(1), 23–29. <http://journal.umbjm.ac.id/index.ph> p/psychoholistic

Rahmania, P. N., & Yuniar, I. (2012).Hubungan Antara Self- Esteem Dengan

Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri*. Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 1.

Rosen, J. C., Reiter, J., & Orosan, P. (1995). Assessment Of Body image In Eating disorder With The Body Dysmorphic Disorder Examination. *Behaviour Research and Therapy, 33(*1*),* 77-84.

Rosen, J.C, & Reiter, J. (1996). Development Of The Body Dysmorphic Disorder Examination. *Journal Behav. Res. Ther*,*34(* 9*)*, 755-76.

Santrock, J. W. (2001). *Adolenscence.*

# McGraw-Hill.

Santrock,J.W.(2003).*Edisi Keenam Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

Santrock, J. W. (2005). *Psikologi Remaja.* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

# Santrock, J. W. (2007). *Remaja.* Jakarta: Erlangga.

Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup.Edisi 13. Jilid 1. Alih Bahasa: Widyasinta Benedictine*. Jakarta: Erlangga.

Santrock,J.W.(2012). *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.

# Taqui, A. M. , Shaikh, M. , Gowani,

S. A. , Shahid, F. , Khan, A. , Tayyeb, S. M. , & Ganatra, H.

# A. (2008). Body Dysmorphic Disorder: Gender Differences And Prevalence In A Pakistani Medical Student Population. *BMC Psychiatry, 8(*1*),* 20.

Veale, D, & Neziroglu, F. (2010). *Body Dysmorphic Disorder: A Treatment Manual.* UK: Wiley-Blackwell.

Wilhelm, S., Philips, K. A., Steketee, G.(2012) . *Cognitive-behavioral therapy for body dysmorphic disorder*. Newy York: Guilford publications.

Woolley, A. J., & Perry, J. D. (2015). Body Dysmorphic Disorder: Prevalence and Outcomes in an Oculofacial Plastic Surgery Practice. *American Journal of Ophthalmology, 159*(6), 1058-

# 1064.

Yunistika, T. P. (2018). Hubungan antara self esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswi prodi psikologi islam Fakultas Psikologi Uin Raden Fatah Palembang.*skripsi*: Uin Raden Fatah Palembang