

**Hubungan Konsep Diri Dengan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) Pada
Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim
Malang Angkatan 2012**

**Oleh :
Arif Tito A.S
071410076
Psikologi**

Abstrak

Masalah yang timbul manakala penilaian kecantikan atau ketampanan mengalami pergeseran paradigma adalah gejala mencemaskan penampilan yang disebut sebagai *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). Pada seorang remaja, terjadi permasalahan seputar perubahan fisik. Hanya sedikit remaja yang mengalami kateksis tubuh, atau merasa puas dengan tubuhnya. Ketidakpuasan lebih banyak dialami di beberapa bagian tubuh tertentu. Kegagalan mengalami kateksis tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik dan kurangnya harga diri selama remaja. Konsep diri yang merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan

Kata kunci : : Konsep Diri, *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Abstract

Problems appear when beauty and handsomeness has experienced paradigm discharging which is worrying about appearance is called *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). A teenager happens to have a problem towards his/her physical shift. Only few of them who experience body catecsis, or feel excited with their body. Inexcitement happens to be experienced in some particular part of the body. The failure of experiencing body catecsis has become one of the causes of having a bad self-concept and the lack of self-image during becoming teen. Self-concept constitutes the description of a person about him/herself, which is formed from the gotten experiences around the surrounding

Keywords Self-concept, *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

PENDAHULUAN

Remaja yang cemas terhadap penampilan fisiknya secara tidak langsung akan mengganggu kegiatan atau rutinitas keseharian mereka. Kegelisaa remaja banyak disebabkan oleh percepatan perkembangan fisik beserta kendala-kendalanya dan hambatan psikologis yang dialami sehubungan dengan perilaku sosial. Keinginan untuk memiliki tubuh yang menarik mendorong perempuan untuk melakukan berbagai usaha untuk melakukan perubahan pada tubuh secara keseluruhan maupun pada bagian-bagian tubuh tertentu dengan bermacam cara. Penampilan fisik merupakan aspek penting dalam menjalani aktivitasnya,

karena pada masa remaja yang menjadi ukuran kesempurnaan seseorang terlihat dari penampilannya. Sebagian besar remaja merasa percaya diri apabila mereka mampu menunjukkan jati diri yang sebenarnya. Jika remaja tidak dapat memahami dirinya secara keseluruhan, mereka cenderung gelisah.

Gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya; bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas bagaimana 'kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dia pikirkan dan rasakan, belum tentu benar-benar merepresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang subyektif. Perhatian yang berlebihan terhadap citra tubuh sendiri amat kuat dan mencolok pada masa remaja selama masa pubertas, saat remaja lebih tidak puas akan keadaan tubuhnya. Masalah yang timbul manakala penilaian kecantikan atau ketampanan mengalami pergeseran paradigma adalah gejala mencemaskan penampilan yang disebut sebagai *Body Dysmorphic Disorder* (BDD.)

Hanya sedikit remaja yang mengalami kateksis tubuh, atau merasa puas dengan tubuhnya. Ketidakpuasan lebih banyak dialami di beberapa bagian tubuh tertentu. Kegagalan mengalami kateksis tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik dan kurangnya harga diri selama remaja.

METODE PENELITIAN

Variabel penelitian yang digunakan dalam judul skripsi “Hubungan Konsep Diri Dengan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) Pada mahasiswa 2012 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang” ini melibatkan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel bebas, merupakan variabel yang mempunyai peran (*independent variable*). Dalam penelitian ini adalah konsep diri (X)
2. Variabel terikat merupakan variabel yang bersifat mengikuti (*dependent variable*). Dalam penelitian ini variabel terikat adalah *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) (Y)

Definisi operasional dari variabel penelitian guna menyamakan persepsi dan menghindari kesalahpahaman dalam menafsirkan variabel yang digunakan dalam penelitian:

1. Konsep diri adalah merupakan gambaran mental setiap individu yang terdiri atas pengetahuan tentang dirinya, pengharapan dan penilaian tentang diri sendiri yang mencakup citra fisik dan psikologis.

2. *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah ketidakpuasan seseorang terhadap perkembangan fisik baik dalam penerimaan diri maupun gambaran dirinya. Aspek-aspek dalam variabel ini adalah adanya ketidakpuasan terhadap beberapa bagian tubuh, kecemasan yang ditunjukkan dengan perilaku obsesif-kompulsif, pikiran dan perasaan negatif mengenai tubuh dan menghindari situasi dan hubungan sosial.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maliki Malang, Angkatan 2012. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *Purposive random sampling*, yaitu dimana pengambilan berdasarkan ciri yang terdapat pada populasi penelitian. Dengan demikian, seorang peneliti dapat memperkirakan besar kecilnya kesalahan/error dalam pengambilan sampel (*Sampling error*).

Tabel 1.1

Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian Mahasiswa Fakultas Psikologi

No.	Gender	Populasi	Sampel 20%
		2012	
1.	Laki-Laki	64	13
2.	Perempuan	130	26
Jumlah Keseluruhan		194	39

Kuesioner adalah suatu daftar pertanyaan atau pernyataan tentang suatu hal yang diteliti (Hadi, 2001:157). Metode kuesioner ini bertujuan untuk memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah *skala Likert*, skala yang berisis pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*). Yaitu suatu pernyataan mengenai objek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan *favorable* (pernyataan yang berisi tentang hal-hal positif dan mendukung obyek sikap yang akan diungkap) dan pernyataan *unfavourable* (pernyataan yang berisis hal-hal yang negative mengenai objek sikap, bersifat kontra terhadap objek sikap yang hendak diungkap) (Azwar, 2008: 98).

Tabel 1. 2
Skor untuk Jawaban Pernyataan

No	Respon	Skor	
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>
1.	Sangat Setuju (SS)	4	1
2.	Setuju (S)	3	2
3.	Tidak Setuju (TS)	2	3
4.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Korelasi *product-moment* merupakan teknik pengukuran tingkat hubungan antara dua variabel yang datanya berskala interval. Angka korelasinya disimpulkan dengan *r*. Angka *r product moment* mempunyai kepekaan terhadap konsistensi hubungan timbal balik. Rumus perhitungan *Product Moment* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien Korelasi

X : Variabel *Employee Relations*

Y : Variabel *Kepuasan komunikasi*

N : Jumlah Observasi Sample

Sedangkan untuk menguji signifikansi korelasi *Product Moment* bisa dilakukan dengan melihat dan menyesuaikan langsung pada tabel nilai-nilai *Product Moment*. Dengan ketentuan: Jika $r_{hit} < r_{tab}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak Jika $r_{hit} > r_{tab}$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak Koefisien korelasi dikelompokkan menjadi skala (Nugroho, 2005):

0,00-0,20 = korelasi sangat lemah / tidak berkorelasi

0,21-0,40 = korelasi lemah

0,41-0,70 = korelasi kuat

0,71-0,91 = korelasi sangat kuat

0,91-0,99 = korelasi sangat kuat sekali

1,00 = korelasi sempurna

Untuk mendapatkan nilai koefisien korelasi pada penelitian ini akan menggunakan alat bantu *software SPSS 16.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis dapat diperoleh nilai r_{xy} sebesar -0,304. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan *body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Berdasarkan nilai koefisien korelasi tersebut juga dapat diketahui bahwa korelasinya bersifat positif, artinya semakin tinggi konsep diri maka dengan sendirinya *body Dysmorphic Disorder* akan mengalami penurunan. Kondisi ini menunjukkan bahwa dengan tingginya konsep diri maka dengan sendirinya *body Dysmorphic Disorder* mengalami penurunan. Hasil tersebut dapat memberikan suatu gambaran mengenai kondisi konsep diri memberikan dukungan terkait dengan upaya mencapai penampilan yang ideal.

Apabila seseorang memiliki konsep diri yang tinggi, maka mereka mengembangkan *body image* positif yang berarti mereka memiliki persepsi positif mengenai diri mereka sehingga mereka merasa puas dengan penampilan fisik mereka dan bisa melalui tugas perkembangannya yaitu menerima kondisi fisik dan memanfaatkannya secara efektif. Akan tetapi, jika mahasiswa memiliki konsep diri yang rendah, maka mereka merasa tidak puas terhadap penampilan fisik mereka dan mengembangkan *body image* negatif yang berarti mereka mengalami distorsi *body image* atau biasa disebut sebagai gangguan *body dysmorphic* yang merupakan bentuk gangguan mental yang mempersepsi tubuh dengan ide-ide bahwa dirinya memiliki kekurangan dalam penampilan sehingga kekurangan itu membuatnya tidak menarik.

Ketidakpuasan akut terhadap beberapa bagian tubuh tertentu yang membuat mereka merasa sangat terganggu dan tidak nyaman dengan penampilan fisik mereka hingga mereka mengalami distress dan penurunan fungsi sosial (*American Psychiatric Association*, 2000). Sehingga, secara tidak langsung mahasiswa yang memiliki konsep diri rendah akan memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Tabel 2.1
Hasil Korelasi *Product Moment*

Correlations

		Konsep diri	Body Dy smorphic Disorder
Konsep diri	Pearson Correlation	1	-,304**
	Sig. (2-tailed)		,002
	Sum of Squares and Cross-products	5054,750	2243,500
	Covariance	51,058	22,662
	N	100	100
Body Dy smorphic Disorder	Pearson Correlation	-,304**	1
	Sig. (2-tailed)	,002	
	Sum of Squares and Cross-products	2243,500	10773,640
	Covariance	22,662	108,825
	N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat konsep diri mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang masuk dala kategori sedang.
2. Tingkat *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang masuk dalam kategori sedang.
3. Terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan *body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Adanya hubungan negatif menunjukkan bahwa dengan semakin tingginya konsep diri seorang mahasiswa maka dengan sendirinya *body Dysmorphic Disorder* akan mengalami penurunan.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dan dari pembahasan tentang hasil penelitian ini, maka dapat dikemukakan beberapa saran atau masukkan yang membangun bagi semua pihak yang berkaitan hubungan antara konsep diri dengan *body Dysmorphic Disorder*. Adapun beberapa saran yang diajukan untuk peneliti selanjutnya yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian ini masih banyak kelemahan, maka disarankan bagi peneliti selanjutnya yang akan menindaklanjuti tentang hubungan antara konsep diri dengan *body Dysmorphic Disorder* hendaknya memperhatikan pula faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *body Dysmorphic Disorder* seperti lingkungan, pendidikan dan pola asuh.
2. Dalam memberikan alat ukur psikologi yang berupa angket, hendaknya dalam pengisiannya responden dipandu untuk menghindari jawaban asal maupun kebingungan dalam memahami pernyataan sehingga data penelitian yang diperoleh lebih akurat.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menyempurnakan penelitian ini sebelumnya atau menjadikan pertimbangan dalam penelitian dengan tema secara variatif dengan variabel yang lebih rinci dan inovatif dengan variabel yang lebih spesifik sehingga dapat mengembangkan ilmu pengetahuan berbasis kajian-kajian psikologi

DAFTAR PUSTAKA

- Ajikusumo, Clara R. P., Dkk. 2004. *Mari Bicara Tentang HIV /AIDS Dengan OrangTua, Teman,dan Guru*. UNICEF.
- Ananta, Aliffia, 2010. *Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder*. Skripsi program sarjana Universitas Airlangga, Surabaya.
- Anastasi, Anne, 1982. *Psychological Testing*. New York. The Mac Millan Company.
- American Psychiatric Association. 2000. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.)*. Washington, DC.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2004. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- 2007.*Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Burns, R.B. 1993. *Konsep Diri : Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. Arcan.Jakarta
- Carol E. Watkins. 2006. *Body Dysmorphic Disorder*. Available at: <http://www.ncpamd.com/bodydysmorphicdisorder>. 15 September 2012
- Felker. 1974. *The Development of Self Esteem*. New York. William Corporation.
- Gunarsa, S, D. 1989. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*.PT. BPK Gunung Mulia, Jakarta
- Hardy Malcolm & Heyes, Steve. 1988. *Pengantar Psikologi (Edisi Kedua)*. Penerbit Erlangga, Jakarta
- Hurlock, E.B. 1980. *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- J. Kevin Thompson. 2002. *Body Image and Body Dysnorphic Disorder*. [online]. Tersedia: <http://www.ahealth.com/consumer/disorder/BDDinterview.html>.
- Jacinta F. Rini. 2004. *Mencemaskan Penampilan*. Available at: <http://www.e-psikologi.com/remaja/11004.htm> 15 September 2012
- Keliat, B.A. 1992. *Gangguan Konsep Diri*. Jakarta :EGC
- Thompson, J.K. & Cafri, G. (eds) (2007) *The muscular ideal*, Washington, DC: American Psychological Association.