

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY  
DYSMORPHIC DISORDER* PADA WANITA OVERWEIGHT  
DI DESA BETITING**

**SKRIPSI**



Oleh

Esa Hanifia

NIM.17410026

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2021**

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY  
DYSMORPHIC DISORDER* PADA WANITA OVERWEIGHT  
DI DESA BETITING**

**S K R I P S I**

**Diajukan kepada  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi )**

Oleh  
Esa Hanifia  
NIM.17410026

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2021**

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY  
DYSMORPHIC DISORDER* PADA WANITA OVERWEIGHT  
DI DESA BETITING**

**SKRIPSI**

Oleh  
Esa Hanifia  
NIM.17410026


Telah disetujui oleh :  
Dosen Pembimbing



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag  
NIP. 197307102000031002

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



  
Dr. H. Rifa Hidayah, M.Si  
NIP. 197611282002122001

## SKRIPSI

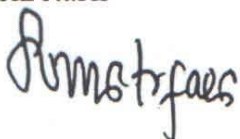
### PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA WANITA OVERWEIGHT DI DESA BETITING

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal 24 November 2021

#### Susunan Dewan Penguji

Sekretaris



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag  
NIP. 197307102000031002

Anggota Penguji Lain  
Penguji Utama



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si  
NIP. 197605122003121002

Anggota



Fuji Astutik, M.Psi  
NIP. 199004072019032013

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

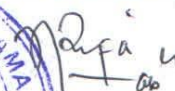
Tangga 24 November 2021

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



  
Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si  
NIP. 197611282002122001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Esa Hanifia

NIM : 17410026

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “ **Pengaruh *Body Image* terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Wanita Overweight di Desa Betiting**”, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 24 November 2021

Penulis



*Esa Hanifia*  
Esa Hanifia  
17410026

## **MOTTO**

“Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik untuk dirimu sendiri”

Qs. Al-Isra ayat 7

“Bad things at time do happen to good people”

Hospital Playlist 2

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

Orang tua yang paling saya sayangi Bapak dan Ibu  
adik saya dan saya sendiri yang selalu memberikan  
kesabaran, motivasi, dan pantang menyerah dalam  
menyelesaikan tugas akhir ini.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur *Alhamdulillah* senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak dihari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati,peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. M.Zainuddin, selaku rektor Universitar Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Rifa Hidayah, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Drs. H. Yahya, MA selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan dan motivasi selama perkuliahan.
4. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag, selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, nasihat, motivasi, dan berbagai pengalaman yang berharga kepada penulis.
5. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terutama seluruh dosen, terima kasih atas segala ilmu dan bimbingannya.
6. Bapak dan ibu yang selalu memberikan doa, semangat, kerja keras dan motivasi kepada penulis sampai saat ini.
7. Seluruh teman-teman di angkatan 2017, yang berjuang bersama-sama untuk meraih mimpi, terima kasih atas kenangan-kenangan indah yang dirajut bersama dalam menggapai impian.
8. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik moril maupun materil



9. Terakhir, tetapi tidak kalah penting, saya ingin berterima kasih kepada saya karena percaya pada diri sendiri, untuk melakukan semua kerja keras ini, dengan tidak memiliki hari libur, dengan tidak pernah berhenti, dan selalu mencoba dan berusaha.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Malang, 24 November 2021

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Esa Hanifia' with a decorative flourish at the end.

Esa Hanifia  
17410026

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian	14
D. Manfaat Penelitian	14
<b>BAB II : KAJIAN TEORI</b>	<b>15</b>
A. <i>Body Image</i>	15
1. Pengertian <i>Body Image</i>	15
2. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	16
3. Faktor-faktor <i>Body Image</i>	17
B. <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	19
1. Pengertian <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	19
2. Aspek-aspek <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	21
3. Faktor-faktor <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	22
C. Perpektif teori kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i> dan <i>Body Image</i>	25
D. Hipotesis Penelitian	28

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	<b>29</b>
A. Jenis Penelitian	29
B. Identifikasi Variabel Penelitian	29
C. Definisi Operasional	30
D. Populasi dan Sampel	30
E. Teknik Pengumpulan Data	32
F. Prosedur Penelitian	34
G. Metode Analisis Data	35
1. Uji Asumsi	35
2. Uji Deskriptif	36
3. Uji Hipotesis	37
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	<b>38</b>
A. Pelaksanaan Penelitian	38
B. Hasil Penelitian	41
1. Uji Asumsi	41
2. Uji Deskriptif	43
3. Uji Hipotesis	47
C. Pembahasan	48
<b>BAB V PENUTUP</b>	<b>56</b>
A. Kesimpulan	56
B. Saran	57
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN</b>	<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Waktu yang diperlukan	11
Tabel 1.2 Jumlah responden	12
Tabel 3.1 <i>Blueprint Body Image</i>	32
Tabel 3.2 <i>Blueprint Body Dysmorphic Disorder</i>	33
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas	41
Tabel 4.2 Hasil Uji Linearitas	42
Tabel 4.3 Nilai Mean dan SD <i>Body Image</i>	43
Tabel 4.4 Katagorisasi <i>Body Image</i>	44
Tabel 4.5 Nilai Mean dan SD <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	45
Tabel 4.6 Katagorisasi <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	46
Tabel 4.7 Hasil <i>Regression</i> Variabel <i>Body Image</i> dan Variabel <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	47

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>A. Lampiran Pra Penelitian</b>	<b>64</b>
1. Kuesioner Survei	64
2. Hasil Survei	65
3. Verbatim Wawancara	67
4. Kuesioner Penelitian	70
<b>B. Lampiran Penelitian</b>	<b>74</b>
1. Hasil Responden	75
a. Hasil Data Variabel <i>Body Image</i>	75
b. Hasil Data Variabel <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	78
2. Hasil Uji Asumsi	83
a. Hasil Uji Normalitas	83
b. Hasil Uji Linearitas	84
3. Hasil Uji Deskriptif	86
4. Hasil Uji Hipotesis	88
Lampiran Lembar Konsultasi	89
Lampiran Naskah Publikasi	91

## ABSTRAK

Esa Hanifia, 17410026, Pengaruh *Body Image* terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Wanita Overweight di Desa Betiting, Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021

*Body Image* merupakan penilaian individu tentang tubuhnya, penilaian ini berupa positif maupun negatif sedangkan *Body Dysmorphic Disorder* munculnya perilaku berlebihan dalam memperbaiki, memperhatikan, memikirkan kekurangan tubuhnya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita yang memiliki berat badan overweight. Berat badan dengan overweight ditandai dengan penimbunan jaringan lemak berlebihan pada tubuh sekitar 10% hingga 20 % dari berat normal yang sesuai dengan hitungan IMT (Indeks Massa Tubuh).

Penelitian ini mengambil responden wanita yang memiliki berat badan overweight dengan jumlah responden 81 wanita. Jenis Penelitian menggunakan kuantitatif korelasi dalam pengambilan data menggunakan metode kuesioner dan wawancara dengan *purposif sampling*. Ada 3 uji analisis data yang digunakan pertama analisis asumsi, uji analisis deskriptif dan uji hipotesis menggunakan regresi sederhana.

Individu yang memiliki penilaian positif terhadap tubuhnya tidak memunculkan gejala *Body Dysmorphic Disorder*. Individu dengan penilaian positif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi dalam mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya tidak akan muncul dan sebaliknya. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan adanya pengaruh *Body Image* dengan *Body Dysmorphic Disorder* dengan pengaruh sebesar 12,7 %. Pada wanita overweight yang menjadi responden memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang dan *Body Image* tinggi.

Artinya wanita overweight dengan *Body Image* yang tinggi memiliki penilaian negatif dan adanya penilaian negatif membuat wanita overweight memunculkan gejala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* sedang.

**Kata Kunci :** *Body Image*, *Body Dysmorphic Disorder*, wanita overweight

## **ABSTRAK**

Esa Hanifia, 17410026, The Effect of Body Image on the Tendency of Body Dysmorphic Disorder in Overweight Women in Betiting Village, Thesis, Faculty of Psychology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021

Body Image is an individual's assessment of his body, this assessment is either positive or negative, while Body Dysmorphic Disorder is the emergence of excessive behavior in improving, paying attention, thinking about the shortcomings of his own body. This study aims to describe the effect of Body Image on the tendency of Body Dysmorphic Disorder in overweight women. Overweight is characterized by the accumulation of excessive fat tissue in the body about 10% to 20% of normal weight according to the BMI (Body Mass Index) calculation.

This study took female respondents who were overweight with a total of 81 female respondents. This type of research uses quantitative correlation in data collection using questionnaires and interviews with purposive sampling. There are 3 data analysis tests used, first assumption analysis, descriptive analysis test and hypothesis test using simple regression

Individuals who have a positive assessment of their body do not show symptoms of Body Dysmorphic Disorder. Individuals with positive judgments about their bodies have a tendency to obsess about changing their body's shortcomings or defects, and vice versa. From the results of the study, it can be concluded that there is an effect of Body Image with Body Dysmorphic Disorder with an effect of 12.7%. The overweight women who became respondents had a moderate tendency of Body Dysmorphic Disorder and high Body Image.

This means that overweight women with high body image have negative assessments and the presence of negative judgments makes overweight women display symptoms of moderate Body Dysmorphic Disorder tendencies.

**Keywords:** Body Image, Body Dysmorphic Disorder, overweight women

## ABSTRAK

تأثير صورة الجسد على ميل اضطراب تشوه الجسم لدى النساء ذوات الوزن ، ١٧٤٠٠٢٦ ، عيسى حنيفية ٢٠٢١ ، مولانا مالك إبراهيم مالانج الزائد في قرية بيتينغ ، أطروحة ، كلية علم النفس ن

صورة الجسد هي تقييم الفرد لجسده ، وهذا التقييم إما إيجابي أو سلبي ، بينما اضطراب تشوه الجسم هو ظهور سلوك مفرط في التحسين والانتباه والتفكير في عيوب جسده. تهدف هذه الدراسة إلى وصف تأثير صورة الجسم على ميل اضطراب تشوه الجسم لدى النساء ذوات الوزن الزائد. تتميز زيادة الوزن وتراكم من الوزن الطبيعي وفقًا لحساب مؤشر كتلة الجسم ٢٠٪ إلى ١٠٪ الأنسجة الدهنية الزائدة في الجسم بحوالي

مستجيبة. يستخدم هذا النوع من البحث ٧١ أخذت هذه الدراسة مستجيبات يعانين من زيادة الوزن بإجمالي الارتباط الكمي في جمع البيانات باستخدام الاستبيانات والمقابلات مع أخذ العينات الهادف. تم استخدام 3 اختبارات لتحليل البيانات ، تحليل الافتراض الأول ، اختبار التحليل الوصفي واختبار الفرضيات باستخدام الانحدار البسيط.

الأفراد يميل الجسم تشوه اضطراب أعراض عليهم تظهر لا أجسامهم إيجابي تقييم لديهم الذين الأفراد من صحيح والعكس ، أجسامهم عيوب أو عيوب بتغيير الهوس إلى أجسادهم حول إيجابية أحكام لديهم الذين ١٢،٦٪. بنسبة الجسم تشوه اضطراب مع الجسد صورة في تأثيرا هناك أن الاستنتاج يمكن الدراسة نتائج وارتفاع الجسم تشوه لاضطراب معتدل ميل لديهم مستجيبات أصبحن اللائي الزائد الوزن ذوات النساء الجسم صورة.

هذا يعني أن النساء ذوات الوزن الزائد اللواتي لديهن صورة عالية للجسم لديهن تقييمات سلبية ووجود أحكام سلبية يجعل النساء البدنيات يظهرن أعراضًا لميول معتدلة من اضطراب تشوه الجسم

الكلمات المفتاحية: صورة الجسم ، اضطراب تشوه الجسم ، النساء ذوات الوزن الزائد



# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dewasa awal merupakan periode masa transisi yang panjang. Masa transisi ini akan dirasakan individu dari remaja menuju ke dewasa (Santrock, 2011). Menurut Hurlock (2019) dewasa awal merupakan tahap individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama individu dewasa lainnya. Penerimaan kedudukan di masyarakat akan dilakukan individu dewasa awal dengan memenuhi harapan masyarakat. Harapan masyarakat pada dewasa awal membentuk penguasaan tugas perkembangan (Hurlock,2019).

Menurut Hurlock (2019) individu dewasa awal mempunyai tugas perkembangan seperti mulai bekerja, memilih pasangan, belajar hidup dengan pasangan dan lainnya. Individu yang berhasil melaksanakan tugas perkembangan akan menimbulkan rasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan di tugas perkembangan selanjutnya. Namun individu yang mengalami kegagalan dalam melakukan tugas perkembangan akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas perkembangan selanjutnya (Havighurst,1972).

Melewati proses tugas perkembangan ini individu banyak mengalami perubahan.Perubahan yang dialami individu pada masa dewasa awal sebagian besar terjadi pada perubahan kognitif, psikososial dan fisik. Perubahan mengakibatkan individu yang memasuki masa dewasa awal diharapkan mampu

menyesuaikan diri secara mandiri (Hurlock,2019). Menurut Papalia dan Feldman (2014) pada masa dewasa awal individu akan mengupayakan diri dalam penyesuaian terhadap segala bentuk perubahan, tuntutan dan harapan baru dalam kehidupan.

Perubahan yang dialami pada masa dewasa awal menyebabkan individu membentuk dirinya dengan memberi tuntutan terhadap dirinya sendiri dan dari orang lain. Tuntutan yang tidak terpenuhi mengakibatkan terganggunya kesehatan mental dan munculnya gejala gangguan psikologi. Menurut penelitian Wijayanti Nurlita dkk (2018) tentang “ *Eksplorasi Jenis Permasalahan Klien Konsultasi Online : Potensi Pengembangan Media Digital Dalam Pelayanan Kesehatan Mental*” menunjukkan hasil bahwa gejala gangguan psikologis menempati urutan ketiga yang masih banyak dirasakan oleh individu dari rentan usia < 21 tahun dan 21 hingga 40 tahun.

Menurut Hurlock (2019) rentan usia tersebut sudah memasuki masa dewasa yakni 18 hingga 40 tahun sedangkan menurut Santrock (2011) individu sudah memasuki masa dewasa awal memiliki rentan usia 18 hingga 25 tahun. Saat memasuki masa dewasa awal individu banyak mengalami gejala gangguan psikologis seperti stress, cemas, panik, kesepian, tidak percaya diri hingga takut bersosialisasi Wijayanti Nurlita dkk (2018). Gangguan psikologi lainnya yang rentan dialami individu pada masa dewasa awal menurut Dr. Katherine A Phillips (2009) yakni gangguan dismorfik tubuh atau *Body Dysmorphic Disorder* (Dismorfobia).

Menurut *American Psychiatric Association* (2000) mengungkapkan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) “merupakan preokupasi mengenai kerusakan dalam penampilan fisik dan menyebabkan distress serta penurunan fungsi social”. Sedangkan menurut DSM IV *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) masuk dalam pengklasifikasian sebagai somatoform *disorder* (gangguan tubuh). Ciri utama gangguan somatoform adanya keluhan gejala fisik yang berulang disertai pemeriksaan medis yang menunjukkan hasil negatif (Maslim R,2013).

Penderita juga menyangkal dan menolak untuk membahas kemungkinan kaitannya antara keluhan fisiknya atau konflik yang dialaminya (Maslim R, 2013).Somatoform merupakan kelainan yang menarik dan relatif umum yang banyak dibahas di dunia (Philips,2001). Menurut Wahyudi (2018) mengungkapkan gejala fisik yang nampak akibat kelainan somatoform seperti mual, pusing, dan sakit perut tanpa diketahui penyebabnya secara medis. Secara psikologis gangguan ini termasuk gangguan berat dan bisa menyebabkan individu berkeinginan untuk melakukan bunuh diri.

Pendapat berbeda diungkapkan Katona dkk (2008) *Body Dysmorphic Disorder* memiliki hubungan dengan *Obsesif Compulsif disorder* yang ditandai dengan adanya preokupasi dengan bayangan cacat pada penampilan, adanya kelainan kasus ringan, kekhawatiran yang berlebihan. Perilaku juga menyita banyak waktu individu dengan menatap cermin berlebihan, membandingkan diri dengan orang lain, adanya tindakan berlebihan dalam menutupi kekurangan, memilih kulit dan usaha mencari ketentraman seperti penderita meminta tindakan operasi.

Banyak usaha yang dilakukan individu dalam memperbaiki, menyembunyikan, memeriksa kekurangan tubuhnya, adanya penghindaran, penurunan fungsi, kemampuan *insight* yang lemah, hingga membuat individu menjadi keasyikan dengan penampilannya hal ini menjadi gejala *Body Dysmorphic Disorder* menurut Philips, Wilhelm & Steketee (2013). Banyak faktor yang dapat menyebabkan individu mengalami gangguan ini seperti faktor biologis, psikologis, adanya peristiwa pencetus dan budaya sosial (Philips, 2009)

Dari beberapa faktor menurut Philips (2009) hal yang menjadi dasar individu dapat mengalami *Body Dysmorphic Disorder* dengan munculnya perasaan kurang puas terhadap tubuhnya sendiri. Ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya diakibatkan adanya penilaian negatif terhadap tubuhnya sendiri. Penilaian negatif maupun positif akan sangat erat dengan *Body Image* atau citra tubuh individu. Seperti pendapat Cash dan Pruzinsky (2002) *body image* merupakan penilaian atau mempersepsikan sebuah penampilan yang dilakukan individu terhadap tubuhnya yang berupa penilaian negatif maupun positif

Penilaian positif membuat seorang individu merasa tubuh yang dimiliki sangat menarik walaupun pada kenyataan tubuh ataupun penampilannya kurang menarik berbanding terbalik dengan penilaian negatif, seorang individu akan merasakan penampilannya atau tubuhnya memiliki hal yang kurang menarik membuat seorang individu kurang percaya diri (Bell & Rushforth, 2008). Individu memiliki *Body Image* yang baik atau positif akan memiliki kesehatan fisik dan psikologis lebih tinggi serta memiliki perkembangan yang baik.

Perkembangan yang baik membuat individu mampu menjalankan tugas perkembangannya seperti mempunyai pekerjaan, menerima tanggung jawab dalam kelompok sosial, belajar tumbuh dan berkembang dengan keluarga, memilih teman hidup (Hurlock, 2009). Dalam menjalankan tugas perkembangan individu mulai memiliki kesadaran dalam membentuk identitas penampilan fisik (Santrock, 2011). Menurut Faturochman (1988) penampilan fisik menjadi daya tarik yang bisa dirasakan dari hasil pengamatannya.

Menurut laporan hasil pengamatan Faturochman (1988) Individu yang memiliki kecantikan atau ketampanan lebih banyak memiliki teman, bahkan guru memiliki kecenderungan memberi penilaian tinggi dan jarang dicurigai dalam melakukan kesalahan dari hal ini individu tersebut mempunyai kesempatan dalam merasakan sosialisasi yang baik. Dari hal ini menjadikan individu lebih memperhatikan penampilan fisik yang menyebabkan individu memiliki rasa kurang puas yang dilandasi penilaian negatif maupun positif tubuhnya.

Penilaian terhadap penampilan fisik dan kepuasan tubuh merupakan aspek dari *Body Image* (Cash, 2012). Dalam penelitian yang dilakukan Ervina Kumalasari (2017) yang berjudul "*Hubungan Body Image dengan penerimaan diri pada masa dewasa awal*" menunjukkan hasil positif yang berarti individu memiliki *Body Image* positif maka semakin tinggi penerimaan dirinya dan sebaliknya individu yang memiliki *Body Image* negatif memiliki penerimaan diri yang rendah. *Body Image* memiliki sumbangan sebesar 40 hingga 58 % dalam penerimaan diri.

Penelitian lain yang dilakukan Desty Agitha (2016) dengan judul penelitian “*Studi Deskriptif mengenai Body Image pada wanita usia dewasa awal yang aktif menggunakan media sosial di Kota Bandung*” memberikan hasil adanya 4 aspek yakni *Appearance Evaluation*, *Body Area Satisfaction*, *Appearance Orientation* dan *overweight pre occupation* yang menunjukkan hasil adanya *Body Image* negatif pada 50 wanita yang menjadi subjek penelitiannya di Bandung dan hanya 1 aspek yang memberikan hasil *Body Image* yang positif yakni aspek *self classified weight*.

*Body Image* sangat lekat dialami pada masa dewasa awal yang dapat menimbulkan masalah kesehatan mental seperti *Body Dysmorphic Disorder*. Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *Body Image* dengan *Body Dysmorphic disorder* seperti penelitian yang dilakukan Mochamad Indra Wahyudi (2018) yang berjudul “*Body Image dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Mahasisiwi*” menunjukkan hasil negatif yang memiliki pengertian bahwa adanya hasil signifikan gejala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* dan *Body Image* yang dialami 357 mahasisiwi yang menjadi subjek penelitian.

Penelitian yang dilakukan Wahyudi (2018) memperjelaskan bahwa individu yang memiliki penampilan dan bentuk tubuh yang terbaik menurutnya memiliki kecenderungan obsesi dalam merubah kekurangan yang ada pada dirinya rendah atau tidak ada gejala *Body dysmorphic disorder* yang muncul sedangkan individu yang memiliki penampilan dan bentuk tubuh yang kurang baik menurut dirinya

maka memiliki kecenderungan untuk melakukan obsesi akan menunjukkan gejala *Body Dysmorphic Disorder*.

Menurut wahyudi (2018) pada dasarnya mahasiswi yang sudah memasuki masa dewasa awal memiliki keinginan dalam melakukan atau menunjukkan penampilan terbaiknya di lingkungan sosial, namun dalam menunjukkan penampilan terbaik tidak harus merubah bentuk tubuh ataupun penampilannya. Belajar menyadari persepsi individu secara positif dapat membuat individu menyadari ataupun menganalisa tentang diri sendiri akankah adanya gejala *Body Dysmorphic Disorder* pada diri individu itu sendiri.

Penelitian yang sama juga dilakukan Merlina Nourmalita (2016) dengan judul penelitian “*Pengaruh Citra tubuh terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder yang Dimediasi Harga Diri*” mengungkapkan hasil adanya pengaruh citra tubuh terhadap *Body Dysmorphic Disorder* pada 115 remaja putri dengan umur 17-21 tahun. Citra tubuh sendiri menyumbang pengaruh sebesar 12,56 % sedangkan 23,64 % harga diri menyumbang pengaruh terhadap *Body Dysmorphic Disorder*. Menurut Nourmalita (2016) hasil penelitiannya memberikan arti remaja putri yang memiliki perasaan tidak puas dengan tubuhnya maka citra tubuh negatif.

Citra tubuh yang negatif akan mempengaruhi harga diri remaja tersebut menjadi rendah sehingga munculnya kecenderungan gejala *Body Dysmorphic Disorder* pada remaja putri. Hal sebaliknya remaja putri yang memiliki kepuasan terhadap bentuk tubuhnya memiliki citra tubuh yang positif dan memberikan pengaruh terhadap harga diri remaja putri menjadi tinggi , kecenderungan remaja

putri dengan citra tubuh positif ini memberikan kemungkinan kecil munculnya gejala *Body Dysmorphic Disorder* pada mereka (Nourmalita, 2016).

Penelitian lainnya dilakukan Maharani Viniesta Santoso, Rahmi Fauzia dan Rusdi Ruslt (2019) dengan judul penelitiannya “ *Hubungan antara Kepuasan Citra tubuh dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada wanita dewasa awal di Kota Banjarbaru*” menunjukkan hasil 58,2 % faktor kepuasan citra tubuh memiliki dampak yang cukup besar dengan gejala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada 30 wanita dewasa awal yang menjadi pengunjung salah satu klinik kecantikan di Banjarbaru.

Menurut Santoso dkk (2019) penelitiannya memberikan hasil tingkat kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* masuk dalam kategori tinggi yang menjelaskan kepuasan citra tubuh yang tinggi maka kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* juga tinggi dan sebaliknya kepuasan citra tubuh yang rendah maka kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* rendah. Hal ini juga didukung dengan temuan hasil lapangan yang menunjukkan bahwa wanita dewasa hampir seluruhnya melakukan perubahan pada tubuhnya.

Karakteristik pekerjaan subjek juga menjadikan alasan untuk melakukan perubahan bentuk tubuhnya seperti pegawai kantor 40%, mahasiswi sebanyak 33,3 %, dan sisanya sebagai ibu rumah tangga. Selain itu menurut Santoso dkk (2019) faktor lain seperti usia juga memberikan sumbangan yang cukup efektif pada wanita yang mengalami gejala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*.



Wanita dengan rentan usia 18 hingga 25 tahun memiliki 60 % persentase sedangkan rentan usia 31 hingga 35 tahun memiliki 40 % persentase.

Bedasarkan hasil penelitian Wahyudi (2018), Noumalita (2016) dan Santoso dkk (2019) hubungan citra tubuh atau *Body Image* dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* banyak terjadi pada wanita namun pada penelitian Anak Agung Istri Galuh Ganecwari dan Ni Made Ari Wilani (2019) yang berjudul “*Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (BDD)*” Menunjukkan hasil adanya hubungan citra tubuh dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswa remaja laki-laki dengan jumlah subjek 208 orang.

Pada penelitian Ganecwari dkk (2019) yang dilakukan di Denpasar dengan mayoritas remaja usia 17 hingga 22 tahun menyebutkan adanya gejala *Body Dysmorphic Disorder* masuk dalam tahap sedang. Hal ini dapat terjadi akibat faktor lain yang lebih mempengaruhi kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*. Selain itu menurut Phillips dan Menard (2006) mengungkapkan adanya perbedaan fokus kepuasan gender antara laki-laki dan wanita terhadap penderita *Body Dysmorphic Disorder*.

Perbedaan terletak pada fokus kepuasan yang dimiliki setiap gender seperti laki-laki akan fokus merasakan ketidakpuasan pada pembentukan otot tubuh, rambut kusut atau kebotakan, area kelamin dan gangguan penggunaan zat. Hal berbeda pada wanita yang lebih banyak memiliki area lebih luas yang menurutnya kurang puas pada tubuhnya seperti kulit, payudara, kaki, pantat, jari

kaki, rambut, wajah, berat badan dan lainnya. Menurut Genecwari dkk (2019) wanita memiliki perilaku yang lebih aman dan berulang, menyamar dan memiliki teknik dalam melakukan penyamaran, adanya gangguan makan dan melihat cermin.

Peneliti menemukan gejala perilaku bercermin secara berlebihan juga dilakukan oleh subjek PD. Subjek mengaku sangat sering melihat cermin hanya untuk memastikan bahwa penampilan baik-baik saja. Subjek mengungkapkan

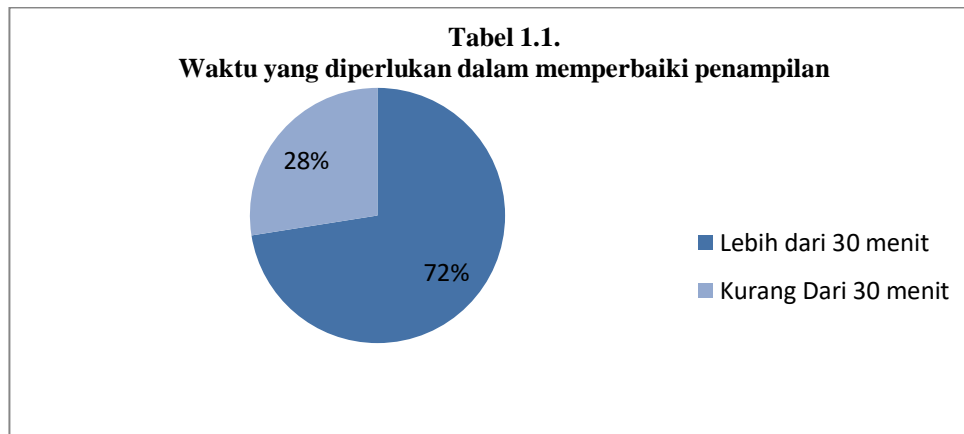
*“Kalau lagi ngaca berlebihan lihat kerudung, baju oke gak keliatan gendut malah biasanya kalau ada jerawat dimuka yang lagi meradang gitu, rasanya kalau ada jendela, kaca ngeliat mulu udah gendut jerawat pula, biasanya kan kalau ada jendela cuman liat badan gendutan apa enggak? Sekarang liat muka liat badan haha jadi sumpek kan? Kayak gendut itu jelek” (PD, 21 tahun, Perempuan, 23 Desember 2020).*

Selain bercermin berlebihan subjek juga mengungkapkan bahwa, subjek melakukan berbagai cara dalam menutupi kekurangan tubuhnya yang dianggap kurang baik bagi dirinya seperti berat badan, dan subjek mengungkapkan membutuhkan waktu yang cukup lama dalam mempersiapkan agar kekurangan tersebut tidak terlihat seperti yang diungkapkan

*“Biasanya biar gak makan waktu lama dan gak mager pas mau berangkat takut terburu-buru biasane pas malam sebelum tidur udah kepikiran mau pakek baju apa meskipun sudah disiapkan bahkan sudah disetrika bisa aja besok ganti lagi karena ngerasa gak cocok atau keliatan gendut kek repot gitu kan tapi pokok nyaman keliatan kurus” (PD, 21 tahun, Perempuan, 23 Desember 2020).*

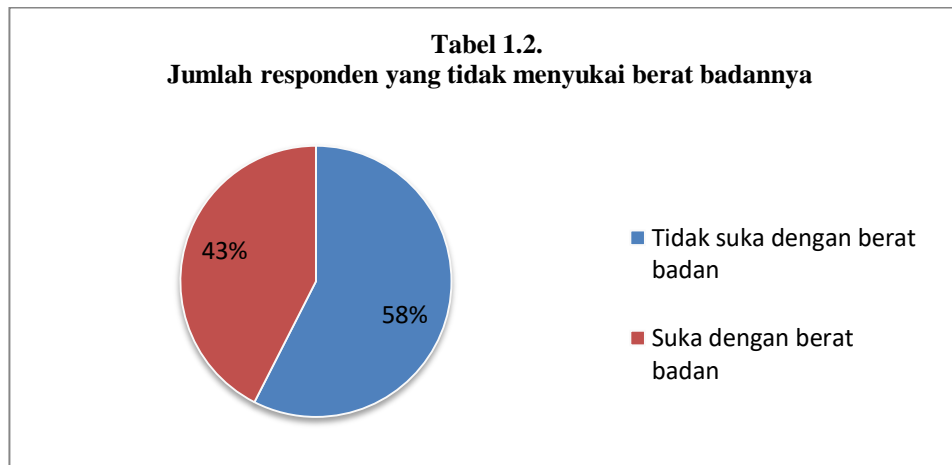
Hal ini juga diperkuat dari hasil pra-survey yang dilakukan peneliti kepada 40 wanita yang mengungkapkan hasil bahwa 72% wanita menghabiskan waktu sebanyak 30 menit bahkan lebih dalam menutupi kekurangan tubuhnya dan 28%

wanita hanya membutuhkan waktu kurang dari 30 menit. Hasil tersebut bisa dilihat dari grafik *pie chart* di bawah ini.



Subjek “PD” sendiri memiliki berat badan 54,3 kg dengan tinggi 158 cm dalam hitungan IMT (Indeks Massa Tubuh) subjek termasuk dalam berat badan overweight tidak mengalami obesitas atau kegemukan. Overweight sendiri merupakan kelebihan berat badan yang dibandingkan dengan berat badan ideal hal ini terjadi karena penimbunan jaringan lemak atau non lemak (CDC,2010). Overweight memiliki pengertian yang berbeda dengan obesitas meskipun kedua kata ini sangat erat dengan berat badan.

Berat badan dengan kelainan yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak berlebihan pada tubuh melebihi 20 % berat badan normal merupakan obesitas sedangkan overweight hanya 10 hingga 20% dari berat normal sesuai dengan hitungan IMT. Sebanyak 23 wanita dari 40 wanita overweight yang mengikuti survey dari peneliti mengungkapkan tidak menyukai berat badan saat ini. Hasil tersebut bisa dilihat dari grafik *pie chart* di bawah ini.



Bedasarkan hasil pie chart di atas dapat kita ketahui sebanyak 58 % wanita overweight tidak menyukai berat badan mereka sendiri. Tidak menyukai berat badan menurut Thompson dkk (1999) timbul dari perasaan tidak puas pada *Body Image* yang ada pada penilaian terhadap penampilan fisik. Munculnya perasaan kurang puas ditimbulkan akibat seringnya membandingkan diri individu tersebut dengan orang lain hal ini biasanya dialami oleh penderita *Body Dysmorphic Disorder* (Philips,1993). Dalam hasil wawancara subjek “PD” juga mengungkapkan bahwa subjek juga sering membandingkan diri dengan orang lain.

*“Biasnya insecure karena diri sering bandingin sama orang lain” (PD, 21 tahun, Perempuan, 23 Desember 2020).*

Pra-survei juga mengungkapkan 40 wanita overweight 52 % mengaku sering membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Hal ini menyebabkan timbulnya rasa kurang percaya diri yang ada pada wanita yang mengalami overweight yang dilihat dari hasil pra-survei yang mengungkapkan 60 % wanita

overweight tidak percaya diri. Berdasarkan uraian diatas, peneliti mencoba meneliti lebih lanjut dengan menggunakan penelitian yang sudah ada.

Peneliti mempersempit penelitian dengan memilih overweight dikarenakan luasnya kajian gangguan *Body Dysmorphic Disorder*. Dengan judul “Pengaruh *Body Image* dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight di desa Betiting”. Peneliti melakukan penelitian di desa ini dikarenakan banyaknya masyarakat ruralisasi atau masyarakat yang pindah dari kota ke desa. Perpindahan ini terjadi karena banyaknya pembangunan properti perumahan yang cukup besar di sekitar desa.

Hal ini membuat banyaknya budaya baru yang bercampur dengan budaya lokal. Dari budaya ini membuat desa semakin modern hingga munculnya berbagai klinik kecantikan, pusat kebugaran hingga kelas senam di desa Betiting. Urgensi penelitian ini ditemukannya fenomena kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight sehingga penelitian ini bisa dijadikan referensi untuk memulai program desa yang diharapkan dapat menjadikan alternatif penanganan kesehatan mental khususnya *Body Dysmorphic Disorder*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *Body Image* pada wanita Overweight?
2. Bagaimana tingkat kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* wanita overweight ?

3. Apakah ada Pengaruh *Body Image* dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* wanita overweight?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan pada penelitian ini adalah :

1. Untuk mendeskripsikan tingkat *Body Image* pada wanita overweight
2. Untuk mendeskripsikan tingkat kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* wanita overweight
3. Untuk menjabarkan adanya pengaruh *Body Image* dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight

### **D. Manfaat Penelitian**

Beberapa manfaat yang akan didapatkan dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat bagi subjek

Harapan peneliti untuk subjek dapat mengetahui referensi tentang perilaku yang menjadikan kebiasaan berlebihan dalam memperbaiki penampilan tubuhnya dapat mempengaruhi kesehatan mentalnya

2. Manfaat bagi desa

Harapan peneliti terhadap desa agar lebih memperhatikan kesehatan mental masyarakatnya dengan memberi beberapa program atau usaha yang bisa bekerja sama dengan dinas terkait.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. *Body Image***

##### 1. Pengertian *Body Image*

Menurut Honigam dan Castle (2007) *Body Image* merupakan bayangan mental seorang individu tentang ukuran atau bentuk tubuhnya, dengan cara seorang individu mengapresiasi dan merelakan penilaian individu terhadap apa yang dipikirkan dan membiarkan penilaian individu lain terhadap dirinya. Kenyataannya apa yang dipikirkan atau dirasakan seorang individu, belum tentu menggambarkan keadaan aktual dan bersifat subjektif.

Pendapat lain di ungkapkan oleh Arthur (2010) *Body Image* adalah Imajinasi subjektif yang ada pada individu tentang tubuhnya yang berkaitan dengan penilaian individu lain dan memperbaiki tubuh sesuai dengan pendapat ini. Ketidakserasian bentuk tubuh dengan pendapat individu tentang bentuk tubuhnya yang ideal akan menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Amalia,2007).Kepuasan terhadap bagian tubuh dan penampilan fisik menjadikan gambaran tingkat penerimaan *Body Image* yang terjadi pada individu cukup besar (Thompson,2000).

Dari ukuran, bentuk hingga estetika hasil evaluasi individu dan pengalaman positif tentang fisiknya yang menjadikan sikap penerimaan individu terhadap tubuhnya (Naimah,2008). Menurut Burn

(1993) *Body Image* adalah suatu representasi yang dimiliki individu tentang dirinya sebagai makhluk yang memiliki fisik. Penampilan fisik merupakan kekuatan yang menguntungkan atau berguna dalam memperoleh hasil yang menimbulkan kesenangan di sebuah interaksi sosial (Hurlock, 2019).

*Body Image* sendiri menurut Banfield dan McCabe (2002) menyatakan kumpulan penilaian tentang tubuh atau penampilan fisik yang bersamaan dengan kecemasan seperti munculnya rasa takut akan bertambah gemuk, terlalu kurus dan ketidakpuasan tubuh lainnya. Pendapat lain disampaikan Cash dan Pruzinsky (2002) *Body Image* merupakan penilaian atau mempersepsikan sebuah penampilan oleh individu terhadap tubuhnya berupa positif ataupun negatif.

## 2. Aspek-aspek *Body Image*

Menurut Cash (2012) *Body Image* memiliki 2 aspek yakni

### a. Penilaian terhadap penampilan fisik

Individu yang memiliki penilaian terhadap penampilan fisik akan menghasilkan pandangan kepuasan dan ketidakpuasan terhadap tubuh. Penilaian ini bermula dari kesenjangan dan kesesuaian karakter fisik individu dan fisik ideal individu yang dihargai oleh individu lain. Konsep dari penilaian ini terdiri dari kepuasan tubuh secara umum, emosi penilaian diri terhadap tubuh, ketidakpuasan terhadap bagian tubuh, ketidakseimbangan persepsi dengan penampilan.



Menurut Thompson (1999) perasaan tidak puas pada *Body Image* yang ada pada penilaian terhadap penampilan fisik menjadi aspek yang penting karena dapat mengambil pengalaman secara internal oleh individu.

b. Kepuasan tubuh

Adanya penilaian kepuasan tubuh individu terhadap tubuhnya melalui perasaan, pemikiran atau usaha individu dalam meningkatkan hingga mengatur penampilannya. Kepuasan tubuh individu diukur secara spesifik seperti bagian wajah, tubuh bagian atas, tengah hingga bawah serta bagian tubuh keseluruhan.

3. Faktor-faktor *Body Image*

Menurut Cash & Pruzinsky (2002) ada 4 faktor yang mempengaruhi *Body Image* individu

a. Jenis kelamin

Perempuan lebih sering merasakan ketidakpuasan terhadap tubuh dari pada laki-laki. Perempuan lebih teliti terhadap tubuhnya dan mempunyai *Body Image* negatif dari pada laki-laki. Perempuan lebih memikirkan berat badan sedangkan laki-laki lebih memilih masa otot. Jourard & Secord (1955) mengatakan perempuan lebih puas dengan bentuk tubuh dalam ukuran normal dan laki-laki memiliki kepuasan tubuh besar.

b. Keluarga

Keluarga menjadi model dalam sebuah proses individu bersosialisasi sehingga individu akan mempunyai gambaran tubuh melalui instruksi, modeling dan *feedback*. Pendapat dari keluarga inti dan anggota lainnya mempunyai pengaruh besar dalam bayangan tubuh seorang individu (Cash & Pruzinsky,200).

c. Media Massa

Menurut Tiggemen (2013) Media massa memberikan bayangan ideal mengenai laki-laki atau perempuan yang bisa memberi pengaruh individu dalam memiliki gambaran tubuh yang ideal. Media social juga memberikan pengaruh terhadap budaya social. Menurut pendapat Longe (2008) *Body Image* rentan terpengaruh oleh pengaruh luar seperti internet, televisi bahkan majalah yang memberikan gambaran individu tentang tipe tubuh ideal yang diterima untuk mempromosikan sebuah produk yang mengakibatkan individu terpengaruh akan penggambaran tubuh ideal tersebut.

d. Hubungan Interpersonal

Individu condong membandingkan diri dengan individu lain dan hasil yang diterima dapat memberikan pengaruh tentang konsep diri dan penampilan fisik.Hal ini yang membuat hubungan interpersonal individu yang bisa membuat individu merasa cemas dan gugup akan penampilannya dan evaluasi dari individu lain

tentang dirinya. Menurut Rossen dkk (1955) menyebutkan hasil dari penampilan dan keterampilan teman sebaya atau keluarga di hubungan interpersonal dapat memberikan pengaruh individu tentang pandangan ataupun perasaannya terhadap tubuhnya.

## **B. *Body Dysmorphic Disorder***

### 1. Pengertian *Body Dysmorphic Disorder*

Menurut *American Psychiatric Association* (2000) mengungkapkan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) “merupakan preokupasi mengenai kerusakan dalam penampilan fisik dan menyebabkan distress serta penurunan fungsi social”. Individu yang mengalami BDD akan sering menghindari lingkungan sosial yang umum atau bertahan dalam kesulitan yang ekstrim. Sedangkan menurut DSM IV individu yang mengalami gangguan ini menunjukkan gejala perilaku obsesi dalam merasakan satu bahkan lebih kecacatan atau kekurangan penampilan fisik.

Pendapat lain diungkapkan Wooley dan Perry (2015) mengungkapkan *Body Dysmorphic Disorder* adalah Perilaku berulang seperti bercermin, melakukan perawatan berlebihan hingga mencari jaminan ketika individu mempunyai bayangan adanya sedikit kekurangan fisik yang menjadikan perhatian berlebihan yang dilakukan individu. Sejalan dengan pendapat Wooley dan perry, Philips dkk (1993) mengungkapkan individu akan lebih banyak memakan waktu dalam memikirkan kekurangan atau kecacatan fisik.

Kekurangan atau kecacatan fisik yang dirasa akan membuat individu lebih sering memeriksanya di cermin secara berlebihan dan menimbulkan kompulsif dan individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* akan sering membandingkan diri individu tersebut dengan orang lain (Philips,1993). Adanya perhatian yang berlebihan pada penampilan terhadap kekurang fisik merupakan keasyikan tersendiri bagi penderita *Body Dysmorphic Disorder* (Watkins,2006).

Keasyikan yang dirasakan individu membuat penderita tidak bahagia dan munculnya perasaan takut secara tiba-tiba dalam melakukan aktifitasnya. Ketakutan yang muncul akibat kelain fisik dapat menyakitkan penderita hingga membuat individu menangis ataupun putus asa (Phillips, 2001). Pendapat berbeda diungkapkan Rahmania dan Yuniar (2012) Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah perasaan yang tidak puas dengan penampilan fisik yang dimiliki individu.

Rasa tidak puas tersebut menyebabkan individu kurang percaya diri dalam kehidupan sosial, pekerjaan, pertemanan dan lainnya. Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* mengacu pada aspek atau gejala-gejala umum namun tetap dengan kriteria DSM IV.

## 2. Aspek-aspek *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Menurut Philips (2009) aspek gangguan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) ada 2 yakni :

### a. Preokupasi

Preokupasi seorang individu yang di diagnosis mengalami *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) bukan hanya mempunyai rasa tidak puas dengan wujud tubuhnya, namun juga mempunyai preokupasi dengan tubuhnya yang tampak dari luar. Preokupasi merupakan pemikiran berlebihan yang dialami individu. Pemikiran ini membuat individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* lebih terobsesi terhadap kekurangan atau kecacatan bagian tubuh.

Obsesi dalam memikirkan tubuh selama kurang lebih 60 menit per hari dilakukan oleh penderita. Individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* akan merasakan ketidaksukaan terhadap bagian tubuhnya yang sebenarnya tampak normal. Individu tersebut mempunyai pendapat bahwa kekurangan tubuhnya sangat nampak dan menonjol di hadapan individu lain. Penderita sendiri mempunyai permasalahan tentang sudut pandang dalam melihat kesulitan fisik mereka.

### b. Distress atau penurunan fungsi

Penampilan fisik mempunyai pengaruh dalam kegiatan harian yang menyebabkan distress. Distress adalah suatu keadaan emosional yang membuat kondisi tidak baik seperti depresi,

perasaan sedih, khawatir, cemas, takut, tertekan dan perasaan negatif yang lainnya. Kekurangan kepercayaan diri yang membuat individu enggan untuk keluar rumah dan berdampak pada pekerjaan atau fungsi akademik. Individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* juga mempunyai permasalahan sosial yakni dengan hubungan individu lain ataupun adaptasi dengan individu lainnya.

### 3. Faktor-faktor *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Faktor –faktor yang mempengaruhi *Body Dysmorphic Disorder* menurut Philips (2009) yakni :

#### a) Faktor Biologis

##### 1. Gen

Berbagai gen yang berbeda dapat menyebabkan munculnya gangguan *Body Dysmorphic Disorder*, bukan hanya gen yang rusak dari gen umum dalam sebuah populasi yang bisa meningkatkan resiko *Body Dysmorphic Disorder*.

##### 2. Evolusi

Bedasarkan penelitian sebelumnya mempunyai pendapat mengenai preferensi umum bentuk wajah yang merupakan sesuatu bawaan yang sudah diatur bagi otak dalam kurun waktu jutaan tahun.

### 3. Selektif dan fokus dengan hal detail

Individu yang mempunyai *Body Dysmorphic Disorder* akan mengalami perhatian yang besar pada setiap hal kecil dan benar-benar selektif pada setiap kekurangan dalam penampilan fisik.

### 4. Neurotransmitter dan serotonin

Zat kimia ini bisa terjadi pada individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* karena adanya ketidakseimbangan zat serotonin. Zat neurotransmitter juga dapat membentuk delusi pada individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder*. Kedua zat ini dapat menghambat aktivitas saraf di otak dan mempunyai kaitan dengan *Anxiety Disorder*.

## b) Faktor Psikologis

### 1. Pengalaman hidup Individu

Individu yang mulai dari kecil mempunyai pendapat bahwa penampilan fisik merupakan prioritas yang sangat penting dalam berpenampilan yang mempunyai tujuan mendapatkan perhatian atau mengembangkan diri.

### 2. Celaan

Celaan menjadi faktor yang menimbulkan munculnya *Body Dysmorphic Disorder*. Celaan yang dialami pada

masa kecil mempunyai pengaruh besar terhadap munculnya *Body Dysmorphic Disorder* dalam beberapa penelitian.

### 3. Penindasan

Penindasan yang terjadi pada waktu masa kecil juga memunculkan *Body Dysmorphic Disorder* bagi seorang individu. Penindasan berupa penelantaran, kekerasan dan pelecehan.

### 4. Kepribadian

Penampilan sempurna menjadi perhatian seorang individu yang dapat menyebabkan meningkatnya perhatian seorang individu melihat kekurangan dalam penampilannya. Individu perfeksionis akan menonjolkan daya tarik individu dan meremehkan hal yang menarik di diri individu tersebut.

### 5. Estetika menjadi hal diutamakan

Penilaian pada keindahan dan tidak memberikan ruang toleransi kesalahan dan lebih mengarah atau teliti untuk hal kecil yang bisa mengurangi keindahan hal inilah yang dapat membuat seseorang terkena *Body Dysmorphic Disorder*.

#### c) Adanya peristiwa pencetus

Individu yang mengalami gangguan *Body Dysmorphic Disorder* secara mendadak meskipun bertahap biasa ada



peristiwa pencetus seperti komentar yang kurang baik, sesuatu yang membuat stress dan adanya perubahan fisik yang terjadi.

d) Budaya dan sosial

Secara tidak langsung lingkungan memberi penekanan tentang pentingnya penampilan salah satunya badan ideal dalam social media yang membuat ketidakpuasan pada individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* meningkat.

**C. Perspektif teori kecenderungan *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder***

Sebuah pikiran, persepsi dan perasaan tentang tubuh merupakan hal yang erat dengan *Body Image* (Grogran,2008). Pendapat yang sama juga diungkapkan Cash dan Pruzinsky (2002) yang menyebutkan bahwa seorang individu akan membuat penilaian atau mempunyai persepsi tentang penampilan tubuhnya bisa berupa penilaian negatif maupun positif. Individu yang memiliki penilaian positif terhadap tubuhnya akan memiliki perasaan, pikiran dan persepsi bahwa tubuhnya menarik meskipun terdapat banyak kekurangan.

Hal berbeda dirasakan individu yang memiliki penilaian negatif terhadap tubuhnya akan memiliki perasaan, pikiran dan persepsi bahwa tubuhnya kurang menarik dan membuat individu kurang memiliki rasa percaya diri (Bell & Rushford, 2008). Menurut Argyle (1968) *Body image* yang positif atau bisa dikatakan baik akan membuat individu

yang mengalami, memiliki kesehatan fisik dan psikologis yang lebih tinggi termasuk perkembangan diri yang baik.

Penilaian positif dan negatif yang dialami individu juga berkaitan erat dengan kepuasan tubuh individu tersebut. Menurut Castle dkk (2006) *Body Image* individu merupakan bayangan individu tentang bentuk atau ukuran tubuhnya. Kepuasan bentuk tubuh sangat erat dengan *Dysmorphia* atau *Body Dysmorphic Disorder* yakni individu mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan tubuhnya, adanya perasaan kurang cantik atau khayalan yang kurang tepat tentang tubuhnya (Mehmet & Roizen, 2010).

Menurut Edmawati dkk (2018) *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) mempunyai pengertian bahwa individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* mempunyai perasaan tidak puas secara berlebihan dengan kondisi fisik tubuh dan pikiran negatif atau irasional mengenai fisik tubuh individu tersebut. Individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* juga memiliki pemikiran bahwa sebagian aspek dari penampilan fisik kurang menarik, rusak atau tidak benar dalam beberapa kondisi (Philips, 2009).

Individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* akan lebih banyak menghabiskan waktu yang dimiliki untuk memikirkan kekurangan yang selalu terbayang. Menurut Watkins (2006) individu yang mengalami gangguan dilihat dari tahap distress, hubungan sosial yang kurang baik seperti individu yang tidak mau untuk melakukan

kegiatan sehari-hari. Seorang peneliti bernama Dr. Katherine A Phillips (2009) mengungkapkan bahwa *Body Dysmorphic Disorder* pada terjadi pada umumnya pada individu yang memasuki masa remaja atau masa dewasa awal.

Gejala *Body Dysmorphic Disorder* yang terjadi pada individu menurut Philips, Wilhelm & Steketee (2013) yakni keasyikan individu pada penampilannya, adanya kebiasaan seperti memperbaiki menyembunyikan ataupun memeriksa kekurangan tubuh, adanya bentuk penghindaran, individu mengalami penurunan fungsi, kemampuan *insight* yang lemah, adanya masalah kesehatan mental hingga keinginan untuk mengakhiri diri.

Philips (2009) mengungkapkan faktor-faktor yang menyebabkan individu mengalami *Body Dysmorphic Disorder* seperti faktor biologis, psikologis, adanya peristiwa pencetus dan budaya sosial. Dari beberapa faktor ini menurut Philips (2009) menjadi dasar individu dapat mengalami *Body Dysmorphic Disorder* yang mengakibatkan individu memiliki penilaian negatif atau irasional terhadap tubuhnya sendiri. Penilaian negatif maupun positif akan sangat erat dengan *Body Image* individu.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Sebagaimana uraian diatas, maka hipotesis penelitian terhadap penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) H<sub>0</sub> :Tidak adanya pengaruh *Body image* dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*
- 2) H<sub>a</sub> :Adanya pengaruh *Body image* dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasi. Penelitian kuantitatif sendiri merupakan sebuah pendekatan yang menguji sebuah teori obyektif dengan mengamati hubungan antara variabel. Menurut Creswell (2014) penelitian kuantitatif memakai metode statistika dalam menganalisis data yang berupa angka. Sedangkan penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi merupakan penelitian yang menggunakan karakteristik variabel dalam mencari ada atau tidaknya korelasi antara 2 variabel atau lebih (Sugiyono, 2011).

#### **B. Identifikasi Variabel penelitian**

Variabel merupakan sesuatu yang sudah dipilih oleh peneliti untuk diteliti atau dikaji yang akan datang diperoleh informasi tentang hal tersebut dan bisa ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2011). Variabel yang digunakan penelitian ialah :

##### **a. Variabel bebas atau independen variabel**

Variabel bebas merupakan variabel yang memberi stimulus untuk menentukan arah dan berada pada posisi terlepas dari pengaruh variabel terikat. Dan dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *Body Image*

b. Variabel terikat atau dependen variabel

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas dan menjadi akibat dari adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

**C. Definisi Operasional**

a. *Body Dysmorphic Disorder*

*Body Dysmorphic Disorder* adalah Kekurangan atau kecacatan fisik individu yang membuat individu memiliki perasaan kurang puas dan menjadikan individu mengalami obsesif dalam memikirkan, memperbaiki hingga menutupi kekurangan, hal ini dapat dilihat dari 2 Aspek yakni preokupasi dan distress atau penurunan fungsi.

b. *Body Image*

*Body Image* adalah Keyakinan yang dimiliki individu terhadap penampilan fisik tubuh individu tersebut mulai dari bentuk, ukuran hingga warna kulit yang dilihat dari aspek penilaian terhadap penampilan fisik dan kepuasan tubuh.

**D. Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan bagian yang umum dalam sebuah penelitian berupa subjek yang sesuai dengan kualitas ataupun karakteristik yang sudah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2011). Populasi pada penelitian ini adalah wanita yang ada di desa Betiting dengan rentan usia 18 hingga

24 tahun yang menurut Santrock (2011) sudah memasuki usia dewasa awal dengan populasi sebanyak 550 orang dengan berat badan overweight.

Dengan populasi tersebut peneliti menggunakan sampel yang merupakan perwakilan dari sebuah populasi yang akan diteliti. Menurut Arikunto (2002) apabila jumlah populasi responden lebih dari 100, maka pengambilan data untuk sampel sebesar 10%-15% atau 20-25% . Dari hal ini peneliti menggunakan sampel sebesar 15% dari jumlah populasi yakni sebanyak 81 responden.

Teknik yang digunakan *Purposif sampling* yakni teknik yang pengambilan data bukan dengan random atau acak melainkan pengambilan data dengan mempertimbangkan hasil capai atau memfokuskan tujuan yang diharapkan (Arikunto,2006). Teknik ini lebih menekankan karakteristik ataupun ciri-ciri subjek yang akan digunakan dengan beberapa karakteristik atau ciri-ciri yang dibutuhkan peneliti sebagai berikut :

1. Wanita dengan rentan usia 18 hingga 24 tahun
2. Mempunyai tinggi badan 158 hingga 160 cm
3. Mempunyai berat badan diatas 63 Kg hingga 68 Kg
4. Belum menikah

Penelitian ini menggunakan subjek wanita sebanyak 81 orang yang memiliki berat badan overweight dengan berat badan sekitar 63 kg hingga 68 kg. Hal ini dapat diketahui dengan menghitung Massa tubuh atau IMT (indek massa tubuh) dalam menghitung berat badan dan tinggi badan yang

sudah ditentukan termasuk golongan overweight. Overweight sendiri merupakan kelebihan berat badan yang disebabkan penimbunan lemak 10 hingga 20% dari berat badan normal.

## E. Teknik Pengumpulan Data

### a. Aspek - aspek Skala

#### 1) *Body Image*

Skala yang digunakan peneliti mengadopsi penelitian sebelumnya Mochamad Indra Wahyudi (2018) dengan 15 item. Skala ini mengacu pada aspek Cash (2012) yakni aspek penilaian terhadap penampilan fisik dan aspek kepuasan tubuh.

#### 2) *Body Dysmorphic Disorder*

Peneliti menggunakan skala yang diadopsi dari peneliti sebelumnya Denik Filla Afriliya (2018) yang mengacu pada aspek Philips (2009) yakni aspek preokupasi dan aspek distress yang mempunyai 11 item.

### b. *Blue Print*

**Tabel 3.1 *Blue print Body Image***

Skala *Body Image*

No	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah Item
1.	Evaluasi Penampilan	Ketidakpuasan terhadap	1,5,12	2,7,13	6



		penampilan fisik ataupun tubuh			
2.	Orientasi Bentuk Tubuh	Pengklasifikasi berat badan	3,4,10,14	6,8,9,,11,15	9
Total					15

**Tabel 3.2 *Blue Print Body Dysmorphic Disorder***

*Skala Body Dysmorphic Disorder*

No	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah Item
1.	Preokupasi	Obsesi terhadap bagian tubuh	1,4,5,	2,7,8	6
2.	Distress atau penurunan Fungsi	Dampak perasaan negatif (Ketakutan,sedih, Khawatir)	3,6	9,10,11	5
Total					11

c. Reliabilitas dan Validitas

Reliabilitas merupakan hasil pengukuran yang bisa dipercaya dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran yang dilakukan di beberapa subjek atau kelompok dan hasilnya relatif sama (Azwar, 2015). Hasil indeks reliabilitas dalam skala *Body*

*Image* 0,942 sedangkan indeks reliabilitas skala *Body Dysmorphic Disorder* sebesar 0,753.

Validitas merupakan pertimbangan yang paling utama dalam memberikan evaluasi kualitas alat tes sebagai instrumen ukur dalam artian sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukuran tersebut (Azwar,2015). Indeks validitas dalam skala *Body Image* 0,458-0,810 sedangkan indeks validitas skala *Body Dysmorphic Disorder* 0,322-0,632.

#### **F. Prosedur penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap pelaksanaan yakni :

##### **a. Tahap awal**

Pada tahap awal ini, peneliti melakukan kajian referensi yang berhubungan dengan variabel yang akan diteliti. Peneliti juga mengidentifikasi dan membatasi masalah serta merumuskan hipotesis penelitian. Selanjutnya peneliti membuat rancangan penelitian dengan pemilihan responden penelitian dan penetapan waktu penelitian. Peneliti juga melakukan wawancara dan penyebaran google form untuk memperkuat kajian data awal.

##### **b. Tahap penelitian**

Pada tahap ini, peneliti memberikan kuesioner berupa google form yang bertujuan untuk mengumpulkan data penelitian.

Kuesioner disebarikan ke responden yang bersedia terlibat dalam penelitian ini.

c. Tahap akhir

Tahap akhir peneliti melakukan pengelolaan data dan menganalisis data yang sudah terkumpul. Data yang sudah terkumpul akan dianalisis melalui program computer SPSS 20 *for windows*. Kemudian memadukan data angka dan non angka yang sudah diperoleh

## **G. Metode analisis data**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini dengan metode statistika parametrik dalam menguji hipotesis dan menggunakan bantuan program *software statistic*. Metode yang digunakan dalam analisis ada 3 tahap yakni uji analisis asumsi, uji analisis deskriptif dan uji hipotesis.

### 1. Uji Asumsi

Melakukan uji asumsi menjadi syarat dalam melaksanakan uji statistika parametrik yang menjadikan tidak adanya kesalahan dalam menarik kesimpulan. Dalam melakukan uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

#### a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas untuk mengetahui data yang diambil saat penelitian berdistribusi normal ataupun tidak. Data yang memiliki distribusi normal maka menggunakan metode parametrik sedangkan data

yang memiliki distribusi tidak normal menggunakan metode non parametrik. Data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila memiliki kontribusi nilai  $p > 0,05$  sedangkan data yang tidak memiliki distribusi tidak normal nilai  $p < 0,05$ .

b. Uji linearitas

Tujuan dari uji linearitas untuk mengetahui variabel independent (X) *Body Image* dan variabel dependent (Y) *Body Dysmorphic Disorder* memiliki hubungan yang linear. Variabel dapat dikatakan memiliki hubungan linear apabila nilai *deviation from linearity sig*  $> 0,05$  sedangkan apabila variabel dikatakan tidak linear memiliki nilai *deviation from linearity sig*  $< 0,05$ . Variabel yang memiliki hubungan linear memiliki arti bahwa setiap perubahan yang terjadi di antara variabel atau salah satu variabel maka diikuti perubahan dengan besaran yang setingkat oleh variabel lainnya.

2. Uji Analisis Deskriptif

Tujuan dari analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran sampel penelitian terkait dengan atribut ukur yang ada secara spesifik maupun umum dalam mendukung analisis statistik ataupun pengambilan kesimpulan. Data deskriptif meliputi nilai rata-rata (mean), nilai yang sering muncul (modus), nilai

tengah (median), simpang baku atau deviasi data (variance), jumlah (sum), selisih nilai tertinggi dengan rendah (range), nilai tinggi (maksimum), nilai rendah (minimum) dan lain sebagainya.

### 3. Uji Hipotesis

Uji analisis selanjutnya yakni uji hipotesis, dilakukan setelah uji asumsi dan uji analisis deskriptif. Dalam melakukan uji hipotesis menggunakan metode analisis persamaan regresi sederhana. Persamaan regresi sederhana merupakan satu teknik analisis yang digunakan untuk melihat hubungan pengaruh antara dua variabel independen dan dependen.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

Desa Betiting merupakan salah satu desa yang terletak di Kabupaten Gresik menurut katalog Badan Statistik Kabupaten Gresik (2021) desa ini memiliki populasi jumlah penduduk 5.694 dengan laju pertumbuhan penduduk 2,52% per tahun. Dalam setiap rukun tetangga saja memiliki 50 hingga 70 kepala keluarga. Banyaknya usaha properti perumahan yang ada di desa Betiting membuat laju pertumbuhan penduduk desa juga semakin banyak. Warga sekitar paling banyak bekerja sebagai buruh pabrik, petani maupun pengerajin tenun kain sarung.

Peneliti melakukan penelitian di desa ini dikarenakan banyaknya masyarakat ruralisasi atau masyarakat yang pindah dari kota ke desa. Perpindahan ini terjadi karena banyaknya pembangunan properti perumahan yang cukup besar di sekitar desa. Hal ini membuat banyaknya budaya baru yang bercampur dengan budaya lokal. Dari budaya ini membuat desa semakin modern hingga munculnya berbagai klinik kecantikan, pusat kebugaran hingga kelas senam di desa Betiting.

Penelitian dimulai dengan melakukan kajian literatur. Setelah itu peneliti melakukan pra-penelitian pada tanggal 4 hingga 8 Desember 2020 dengan melakukan penyebaran kuesioner yang sudah disiapkan melalui google form terhadap 40 subjek perempuan yang dipilih oleh peneliti. Selanjutnya untuk memperkuat penelitian yang akan dikaji peneliti

melakukan wawancara dengan subjek PD. Sebelum melakukan wawancara peneliti bertanya untuk kesediaan subjek terlibat dalam penelitian ini.

Subjek PD merupakan seorang perempuan berumur 21 tahun pekerjaan mahasiswi dengan tinggi badan 158 cm dan memiliki berat badan 54,3 yang dalam hitungan IMT (Indeks massa tubuh) termasuk memiliki berat badan yang overweight. Wawancara dilakukan pada tanggal 23 Desember 2020 pada saat wawancara berlangsung peneliti menggunakan cara *video call* dikarenakan masa pandemi yang membuat peneliti agak kesusahan dalam menemui subjek untuk melakukan wawancara langsung.

Kelemahan dalam melakukan wawancara ini kurangnya bahasa tubuh yang dapat diobservasi saat berlangsungnya wawancara. Namun ketersediaan subjek melakukan wawancara mempermudah peneliti dalam menggali informasi. Melakukan pra-penelitian atau pengambilan data dan melakukan kajian literatur sudah dilakukan peneliti, selanjutnya peneliti melakukan penelitian pada tanggal 5 Juli hingga 14 Juli 2021 dengan menyebarkan kuesioner menggunakan google form.

Subjek yang menjadi target peneliti merupakan wanita dewasa awal yang memiliki rentan usia 18 hingga 24 tahun, memiliki tinggi 158 hingga 160 cm, berat badan 63 hingga 68 kg dan belum menikah. Sebelum peneliti memberikan kuesioner kepada subjek, peneliti juga memastikan bahwa responden yang akan terlibat sudah sesuai dengan kriteria

peneliti. Dalam melakukan penelitian ini peneliti berhasil mendapatkan 81 responden yang bersedia untuk terlibat dalam penelitian ini.

Data yang berhasil dikumpulkan selanjutnya dianalisis oleh peneliti menggunakan SPSS 20 *for windows*. Hal pertama yang dilakukan peneliti sebelum mengelola data menggunakan SPSS dengan memberi nilai skor yang sudah dijawab responden seperti variabel dependent (terikat) *Body Dysmorphic Disorder* untuk aitem *favourable* peneliti memberi nilai dengan jawaban tidak pernah (1), jarang (2), sering (3), selalu (4).

Untuk aitem *unfavourable* peneliti memberi nilai dengan jawaban responden tidak pernah (4), jarang (3), sering (2), dan selalu (1). Untuk variabel independen (bebas) *Body Image* dengan aitem *favourable* peneliti memberi nilai dengan jawaban sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), setuju (3), sangat setuju (4) sedangkan untuk aitem *unfavourable* peneliti memberi nilai dengan jawaban responden sangat tidak setuju (4), tidak setuju (3), setuju (2), sangat setuju (1). Setelah memberi skor peneliti menghitung jumlah skor per responden.

Pengolahan data pertama yang dilakukan peneliti dengan SPSS 20 *for windows* melakukan uji asumsi. Uji asumsi dilakukan dengan 2 cara yakni uji normalitas dan uji linieritas. Selanjutnya peneliti melakukan uji deskriptif dan terakhir menggunakan uji regresi sederhana. Uji ini dilakukan untuk menjawab rumusan masalah dan hipotesis yang dibuat peneliti



## B. Hasil Penelitian

### 1. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk melihat data variabel *Body Image* dan variabel *Body Dysmorphic Disorder* berkontribusi normal atau tidak. Data dikatakan berkontribusi normal atau tidak apabila:

- 1) Nilai probabilitas (*Asymp. Sig*)  $< 0,05$  maka data memiliki kontribusi tidak normal
- 2) Nilai probabilitas (*Asymp. Sig*)  $> 0,05$  maka data memiliki kontribusi normal

**Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas**

<b>Asymp.Sig (2-tailed)</b>	<b>Hasil</b>	<b>Status</b>
0,824	$0,824 > 0,05$	Normal

Hasil pengolahan data SPSS *for windows* versi 20 dengan menggunakan pengujian statistic *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* yang dapat dilihat dari tabel 4.1 mempunyai nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* 0,824 yang memiliki pengertian nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa

data berkontribusi normal atau syarat terpenuhi dalam uji normalitas.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki tujuan untuk mengetahui variabel *Body Image* dan variabel *Body Dysmorphic Disorder* memiliki hubungan linear atau tidak. Dasar pengambilan keputusan dalam penelitian ini bahwa variabel memiliki hubungan yang linear apabila dilihat berdasarkan nilai signifikan *deviation from linearity (sig)* :

- 1) Nilai *deviation from linearity (sig)* > 0,05 maka data dikatakan linear
- 2) Nilai *deviation from linearity (sig)* < 0,05 maka data dikatakan tidak linear

**Tabel 4.2. Hasil Uji Linearitas**

<b>Pengaruh Variabel (X) →(Y)</b>	<b><i>Deviation From Linearity (Sig)</i></b>	<b>Hasil</b>	<b>Keterangan</b>
Body Image * Body Dysmorphic Disorder	0,341	0,341 >0,05	Linear

Berdasarkan hasil tabel 4.2. yang sudah diolah di SPSS *for windows* versi 20 dapat disimpulkan bahwa variabel *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* memiliki hubungan linear dikarenakan nilai *deviation from linearity* pada sig 0,341 lebih besar 0,05.

## 2. Uji deskriptif

Uji deskriptif ini dilakukan untuk mengetahui gambaran sampel peneliti serta memberikan deskripsi pada masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian. Deskripsi pada masing-masing memberikan kategorisasi berdasarkan nilai mean dan standar deviasi pada nilai empirik atau hipotetik.

### a. Deskriptif Tingkat pada variabel *Body Image*

Pada variabel *body image* nilai mean dan standar deviasi dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 4.3 Nilai mean dan SD *Body Image***

Variabel X (Independen)	Hipotetik				Empirik			
	Max	Min	Mean	SD	Max	Min	Mean	SD
Body Image	60	15	38	8	41	27	34	2

Hasil dari tabel 4.3 dapat diketahui nilai mean variabel *Body Image* pada hitungan hipotetik sebesar 38, standar deviasi 8 dengan nilai maximum 60 dan minimum 15 sedangkan dalam hitungan empirik nilai mean sebesar 34, standar deviasi 2 dengan nilai maximum 41 dan minimum 27 sedangkan untuk kategorisasi variabel *Body Image* dapat dilihat dalam tabel berikut.

**Tabel 4.4. Katogorisasi *Body Image***

<b>Kategorisasi <i>Body Image</i></b>	<b><i>Range</i></b>	<b><i>Frequency</i>  (Jumlah Responden)</b>	<b><i>Precent</i></b>
Tinggi	37-41	36	45%
Sedang	32-46	34	42%
Rendah	27-31	11	13%
Total		81	100%

Berdasarkan tabel 4.4. dapat diketahui kategorisasi variabel *Body Image* menunjukkan dari 81 responden yang bersedia terdapat 13% (11 responden) yang memiliki *Body*

*Image* yang rendah, sedangkan 42% (34 responden) memiliki *Body Image* sedang dan sebanyak 45 % (36 responden) memiliki *Body Image* yang tinggi. Artinya responden pada wanita overweight memiliki *Body Image* yang tinggi.

b. Deskriptif Tingkat pada variabel *Body Dysmorphic Disorder*

Pada variabel *Body Dysmorphic Disorder* nilai mean dan standar deviasi dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 4.5 Nilai mean dan SD *Body Dysmorphic Disorder***

Variabel Y (Dependent)	Hipotetik				Empirik			
	Max	Min	Mean	SD	Max	Min	Mean	SD
Body Dysmorphic Disorder	44	11	28	6	36	13	25	4

Hasil dari tabel 4.5. pada hitungan hipotetik untuk variabel *Body Dysmorphic Disorder* nilai mean 28, standar deviasi 6 dengan nilai maximum 44 dan minimum 11 sedangkan dalam hitungan empirik memiliki nilai mean

sebesar 25, standar deviasi 4 dengan nilai maximum 36 dan minimum 13.

**Tabel 4.6. Katogorisasi *Body Dysmorphic Disorder***

<b>Katagorisasi <i>Body Dysmorphic Disorder</i></b>	<b><i>Range</i></b>	<b><i>Frequency</i>  (Jumlah Responden)</b>	<b><i>Precent</i></b>
Tinggi	30-36	16	20%
Sedang	21-29	47	58%
Rendah	13-20	18	22%
Total		81	100%

Bedasarkan tabel 4.6. dapat diketahui bahwa kategorisasi variabel *Body Dysmorphic Disorder* dari jumlah 81 responden yang berpartisipasi terdapat 22% (18 responden) yang memiliki *Body Dysmorphic Disorder* rendah, sedangkan 58% (47 responden) memiliki *Body Dysmorphic Disorder* sedang dan sebanyak 20% (16 responden) memiliki *Body Dysmorphic Disorder* tinggi. Dapat disimpulkan responden pada wanita overweight memiliki *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang.

### 3. Uji hipotesis

Uji hipotesis menggunakan metode persamaan regresi sederhana dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh antara 2 variabel yakni variabel *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder*. Pengambilan keputusan dalam menentukan adanya pengaruh antara 2 variabel yang diuji apabila:

- 1) Nilai *Sig* < 0,05 maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang artinya ada pengaruh antara 2 variabel
- 2) Nilai *Sig* > 0,05 maka  $H_o$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya tidak ada pengaruh antara 2 variabel

**Tabel 4.7. Hasil *Regression* Variabel *Body Image* dengan *Body Dysmorphic Disorder***

<b>Model</b>	<b>F</b>	<b>Sig</b>	<b>Hasil</b>	<b>Status</b>
Regression	11.518	0,001	0,001 <0,05	Ha Diterima

Hasil dari tabel 4.7 dapat diketahui bahwa nilai sig 0,001 lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05 yang memiliki arti  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak maka dapat disimpulkan adanya pengaruh antara variabel *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight.

### C. Pembahasan

*Body Image* merupakan imajinasi subjektif yang ada pada individu tentang tubuhnya yang berkaitan dengan penilaian individu lain dan memperbaiki tubuh sesuai dengan pendapat individu (Arthur,2010). Sedangkan Honigam dan Castle (2007) menyebutkan *Body Image* merupakan bayangan mental seorang individu tentang ukuran atau bentuk tubuhnya, dengan cara seorang individu mengapresiasi dan merelakan penilaian individu terhadap apa yang dipikirkan dan membiarkan penilaian individu lain terhadap dirinya.

Pendapat yang sama juga diungkapkan Cash dan Pruzinsky (2002) yang menyebutkan bahwa seorang individu akan membuat penilaian atau mempunyai persepsi tentang penampilan tubuhnya bisa berupa penilaian negatif maupun positif. Individu yang memiliki penilaian positif terhadap tubuhnya akan memiliki perasaan, pikiran dan persepsi bahwa tubuhnya menarik meskipun terdapat banyak kekurangan.

Berbanding terbalik dengan individu yang memiliki penilaian negatif terhadap tubuhnya akan memiliki perasaan, pikiran dan persepsi bahwa tubuhnya kurang menarik dan membuat individu kurang memiliki rasa percaya diri (Bell dan Rushford, 2008). Penilaian negatif individu terjadi akibat dari munculnya rasa ketidakpuasan terhadap tubuh yang dimiliki. Adanya rasa ketidakpuasan yang dirasakan individu memberikan gejala *Body Dysmorphic Disorder*.



*Body Dysmorphic Disorder* sendiri menurut Edmawati dkk (2018) mempunyai pengertian bahwa individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* mempunyai perasaan tidak puas secara berlebihan dengan kondisi fisik tubuh dan pemikiran negatif atau irasional mengenai fisik tubuh individu tersebut. Penderita juga memiliki pemikiran bahwa sebagian aspek dari penampilan fisik kurang menarik, rusak atau tidak benar dalam beberapa kondisi (Philips,2009).

Pendapat yang sama diungkapkan *American Psychiatric Association* (2000) tentang *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) “merupakan preokupasi mengenai kerusakan dalam penampilan fisik dan menyebabkan distress serta penurunan fungsi social”. Sedangkan menurut DSM IV *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) masuk dalam pengklasifikasian sebagai *somatoform disorder* (gangguan tubuh). Ciri utama gangguan *somatoform* adanya keluhan gejala fisik yang berulang disertai pemeriksaan medis yang menunjukkan hasil negatif (Maslim R,2013)

Menurut Wooley dan Perry (2015) mengungkapkan *Body Dysmorphic Disorder* merupakan perilaku yang berulang (*Obsesif Compulsif*) seperti bercermin, melakukan perawatan berlebihan hingga mencari jaminan ketika individu mempunyai bayangan adanya kekurangan fisik yang menjadikan individu memiliki perhatian berlebihan terhadap kekurangannya. Perhatian berlebihan merupakan keasyikan tersendiri bagi penderita *Body Dysmorphic Disorder* (Watkin,2006)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan adanya korelasi antara *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* dengan nilai *sig* 0,001 lebih kecil dari nilai probabilitas. Hipotesis ( $H_a$ ) dalam penelitian ini diterima, yang artinya adanya pengaruh antara variabel *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight. Individu dengan penilaian positif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi dalam mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya tidak akan muncul.

Sebaliknya individu yang memiliki penilaian negatif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya akan muncul. Hasil ini juga diperkuat peneliti sebelumnya yang dilakukan Mochamad Indra Wahyudi (2018) dalam penelitian menyebutkan adanya korelasi *Body Image* dan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* dengan nilai *sig* 0,000 lebih kecil dari nilai probabilitas yang memiliki arti adanya hubungan *Body Image* dan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*.

Pendapat yang sama diungkapkan Nourmalita (2016) kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* muncul salah satu faktornya *Body Image*. Hasil penelitian ini didukung dengan adanya responden wanita overweight sebanyak 45 % (36 wanita) memiliki *Body Image* yang tinggi, sedangkan 42% (34 wanita) memiliki *Body Image* sedang dan sebanyak 13% (11 wanita) memiliki *Body Image* rendah. Individu dengan

*Body Image* yang tinggi memiliki pengertian bahwa penilaian terhadap tubuhnya negatif.

Individu yang memiliki *Body Image* yang sedang memiliki penilaian positif atau negatif dengan taraf sedang sebaliknya individu dengan *Body Image* rendah memiliki penilaian positif terhadap tubuhnya. Rendah tingginya *Body Image* individu banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) ada 4 faktor yang mempengaruhi *Body Image* individu yang pertama jenis kelamin. Wanita lebih sering memiliki rasa ketidakpuasan terhadap tubuhnya dari pada laki-laki.

Menurut Jourard dan Secord (1955) mengatakan perempuan lebih puas dengan bentuk tubuh dalam ukuran normal dan laki-laki memiliki kepuasan dengan bentuk ototnya. Faktor kedua yakni keluarga menurut Cash dan Pruzinsky (2002) pendapat keluarga dan anggota keluarga lainnya mempunyai pengaruh besar dalam bayangan tubuh seorang individu. Faktor ketiga yang mempengaruhi yakni media massa. Bayangan ideal mengenai perempuan atau laki-laki yang ada di media massa memberi pengaruh pada individu yang melihat (Tiggemann, 2013)).

Faktor yang terakhir yang dapat mempengaruhi *Body Image* adalah hubungan interpersonal. Menurut Rossen dkk (1955) mengatakan hasil dari penampilan dan keterampilan teman sebaya atau keluarga di hubungan interpersonal dapat memberikan pengaruh individu tentang pandangan ataupun perasaannya terhadap tubuhnya. Selain faktor menurut

Cash (2012) ada 2 aspek yang melekat pada individu yang mengalami body image tinggi maupun rendah.

Aspek penilaian terhadap penampilan fisik, individu yang memiliki penampilan fisik akan menghasilkan pandangan kepuasan dan ketidakpuasan. Adanya penelitian ini bermula dari kesenjangan dan kesesuaian karakter fisik individu dan fisik ideal individu yang dihargai oleh individu lain. Selanjutnya ada aspek kepuasan tubuh menurut Thompson (1999) perasaan ketidakpuasan pada *Body Image* yang ada pada penilaian terhadap penampilan fisik

Kedua aspek ini saling berkaitan dan menjadi penting menurut Thompson (1999) karena dapat mengambil pengalaman secara internal individu. Pengalam internal yang dirasakan individu akan memunculkan kedua aspek ini salah satunya aspek kepuasan tubuh individu yang sering diukur secara detail seperti bagian wajah, tubuh bagian atas, tengah hingga bawah serta bagian tubuh keseluruhan.

Selain itu dari hasil penelitian sebagian besar individu 58 % (47 wanita) memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang. Sisanya 22% (18 wanita) memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* rendah dan 20 % (16 wanita) memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* tinggi. Dari hasil ini memberikan analisa semakin tinggi *Body Image* individu semakin tinggi kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang muncul. Namun dalam penelitian ini menunjukkan pada wanita overweight yang menjadi responden penelitian.

Memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang artinya individu dengan *Body Image* tinggi memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* sedang. Wanita overweight dengan *Body Image* yang tinggi memunculkan gejala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* sedang. Gejala *Body Dysmorphic Disorder* yang terjadi pada individu menurut Philips, Wilhelm dan Steketee (2013) yakni adanya keasyikan individu pada penampilannya, adanya kebiasaan seperti memperbaiki menyembunyikan ataupun memeriksa kekurangan tubuh.

Gejala lainnya adanya bentuk penghindaran, individu mengalami penurunan fungsi, kemampuan *insight* yang lemah, adanya masalah kesehatan mental hingga keinginan untuk mengakhiri diri. Sedangkan menurut Watkin (2006) Perhatian berlebihan merupakan keasyikan tersendiri bagi penderita *Body Dysmorphic Disorder*. Terdapat dua aspek yang dimiliki individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* yakni aspek preokupasi dan distress atau penurunan fungsi.

Aspek preokupasi seorang individu yang didiagnosa mengalami *Body Dysmorphic Disorder* akan memikirkan kecacatan tubuh selama kurang lebih 60 menit per hari. Individu yang mengalami gangguan ini mempunyai permasalahan dengan cara individu memandang kesulitan fisik mereka. Aspek selanjutnya yakni *distress* atau penurunan fungsi, penampilan fisik turut ambil dalam mempengaruhi kegiatan harian yang menyebabkan distress. Individu akan mengalami kekurangan kepercayaan

diri yang membuat individu enggan untuk keluar rumah dan berdampak pada kegiatan sosialnya.

Bedasarkan hasil penelitian ini juga didapatkan besarnya pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* hanya sebesar 12,7 %. Sumbangan *Body Image* yang kecil terhadap *Body Dysmorphic Disorder* banyak dipengaruhi faktor lain. Menurut Philips (2009) ada faktor biologis, faktor psikologis, faktor peristiwa pencetus dan budaya sosial yang mengakibatkan individu memunculkan gejala *Body Dysmorphic Disorder*. Faktor biologis seperti gen yang meningkatkan resiko, evolusi, selektif atau fokus hal detail, neurotransmitter dan serotonin.

Neurotransmitter dan serotonin terjadi pada individu karena adanya ketidakseimbangan zat serotonin yang membentuk delusi pada individu dan kedua zat ini menghambat aktivitas saraf di otak dan adanya kaitan dengan kecemasan. Selanjutnya ada faktor psikologis seperti pengalaman hidup individu, celaan, penidasan, kepribadian dan estetika menjadi hal yang diutamakan. Penilaian pada keindahan dan tidak memberikan ruang toleransi kesalahan.

Individu lebih mengarah atau teliti hal kecil dan individu dengan perfeksionis akan menonjolkan daya tarik individu dan meremehkan hal menarik di diri individu tersebut hal ini bisa membuat individu mengalami *Body Dysmorphic Disorder*. Faktor yang lain adanya peristiwa pencetus. Individu yang mengalami gangguan ini secara mendadak meskipun

bertahan biasa ada peristiwa pencetus. Peristiwa pencetus seperti komentar kurang baik yang mengakibatkan stress hingga adanya perubahan fisik yang terjadi.

Faktor yang terakhir budaya dan sosial meskipun tidak langsung memberi penekanan namun budaya ataupun sosial memberikan ketidakpuasan pada individu yang mengalami *Body Dysmorphic Disorder* meningkat. Penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Merlina Nourmalita (2016) dengan judul “Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Gejala *Body Dysmorphic Disorder* yang Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri” yang mengungkapkan pengaruh citra tubuh hanya sebesar 12,56 %.

Banyaknya faktor yang mempengaruhi *Body Dysmorphic Disorder* menjadi alasan kecilnya sumbangan *Body Image* terhadap gejala *Body Dysmorphic Disorder*. Penelitian lainnya yang dilakukan Mochamad Indra Wahyudi (2018) dengan judul “*Body Image* dan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Mahasiswi” yang mengungkapkan hasil penelitiannya tentang kecilnya sumbangan *Body image* terhadap *Body Dysmorphic Disorder* hanya sebesar 28,1%”.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Bedasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebanyak 45% wanita overweight memiliki *Body Image* yang tinggi. *Body Image* yang tinggi pada wanita overweight memberikan arti bahwa adanya penilaian negatif terhadap tubuhnya masih tinggi. Sedangkan 58% wanita overweight memiliki tingkat yang sedang terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*. Tingkat sedang yang dialami wanita overweight memunculkan gejala *Body Dysmorphic Disorder* sedang.

Gejala *Body Dysmorphic Disorder* muncul akibat wanita overweight yang memiliki penilaian negatif tentang tubuhnya, gejala yang dialami seperti kecenderungan obsesi mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya. Sedangkan wanita overweight dengan penilaian positif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi dalam mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya tidak akan muncul.

Hasil penelitian mengungkapkan adanya pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight. Artinya hipotesis ( $H_a$ ) dalam penelitian ini diterima, pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* hanya sebesar 12,7 % pada wanita overweight.



## **B. Saran**

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan :

1. Bagi pihak desa, penelitian ini bisa menjadi bahan pertimbangan dalam usaha untuk memperhatikan masyarakatnya dengan menjalankan beberapa program yang bisa menjadikan masyarakatnya menjadi masyarakat dengan kesehatan fisik maupun mental dengan baik.
2. Bagi wanita yang menjadi responden semoga penelitian ini menjadi pengalaman untuk lebih mengenal dan memahami diri sendiri khususnya bagian tubuhnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, apabila ada ketertarikan untuk melanjutkan penelitian ini, disarankan dalam penelitian ini lebih memperhatikan kriteria subjek lebih rinci lagi seperti jenis pekerjaan, treatment atau intensitas perawatan kecantikan dan fokus kepuasan subjek.

## Daftar Pustaka

- Afriliya Denik Filla (2018) “*Berfikir Positif dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada remaja putri*” Skripsi: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII
- American Psychology Association. (2000). *DSM V-TR (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV Text Revision)*. Washington, DC: American Psychiatric Association Press.
- Amalia, L. (2007). Citra Tubuh (*Body Image*) Remaja Perempuan. *Jurnal Musawa, 5(4) STAIN Ponorogo*.
- Anak Agung I.G.G dan Ni Made A.W (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan *Body dysmorphic disorder* pada remaja laki-laki di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana. 6(1)*.
- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arthur, S. R. & Emily S. R. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badan Pusat Statistika Kabupaten Gresik (2021). *Kecamatan Cerme Dalam Angka 2021*. Gresik: BPS Kabupaten Gresik
- Banfield, S.S., & McCabe, M.P. (2002). An Evaluation of the Construct of Body Image. *Adolescence*, 37(3).
- Bell, L. & Rushforth, J. (2008). *Overcoming Body Image Disturbance: A Program for People with Eating Disorder*. New York: Routledge.
- Burns, R. B. 1993. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Pertimbangan dan Perilaku* (Penerjemah: Eddy). Jakarta: Arcan.
- Cash, T. (2012). *Encyclopedia of body image and human appearance*. USA: Academic Press.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. London: The Guilford Press.
- Cresswell, J.W. (2014). *Research Design: Quantitative and Mixed Methods Approaches, 4 Edition*. London: Sage
- CDC. (2010). Diabetes. National Center for Chronic Disease Prevention and Promotion. <http://www.cdc.gov/> . Diunduh pada tanggal 5 Desember 2020
- Desty Agitha (2016). “*Studi Deskriptif mengenai Body Image pada wanita usia dewasa awal yang aktif menggunakan media sosial di Kota Bandung*”. Skripsi: Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung

- Edmawati, M. D., Hambali, I. M., & Hidayah, N. (2018). Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* untuk Mereduksi *Body Dysmorphic Disorder*. *Jurnal Pendidikan*. 3 (8).\
- Faturochman (1988) Studi Tentang Daya Tarik Fisik Pria dan Wanita. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada
- Grogan, Sarah. 2008. *Body Image: Unerstanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. New York : Routletge
- Havighusrt, R.J. (1972) *Development tasks and education*. New York :MC Kay
- Honigman, Roberta dan David J. Castle. (2007). Citra Tubuh pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. *Jurnal Psikologi*. 1 (1) 52 – 62.
- Hurlock, E. B. (2019). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo. Edisi kelima Jakarta: Erlangga
- Jourard, S. M., & Secord, P. F. (1955). Body-cathexis and the ideal female figure. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 50(2), 243–246
- Januar, V. (2007). Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. *Jurnal Psikologi*. 3(3)
- Katona C, dkk., (2012). *At a Glance Psikiatri Edisi Keempat*. Penerbit Erlangga, Jakarta
- Kumalasari, Ervina (2017) *Hubungan Body Image dengan Penerimaan diri pada masa dewasa awal*. Other thesis, Unika Soegijapranata.
- Longe, J. (2008). *The gale encyclopedia of diets*. New York: The Gale Group

- Maharani Viniesta, Santoso (2019) “Hubungan antara Kepuasan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Wanita Dewasa Awal di kota BanjarBaru”. *Jurnal Kognisia* 2 (1)
- Maslim, Rusdi. (2013). *Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas PPDGJ-III dan DSM-V. Cetakan 2 – Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Unika Atma Jaya*. Jakarta: PT Nuh Jaya
- Mehmet C dan Roizen, Michael F. (2010) *Being Beautiful: Sehat Dan Cantik Luar Dalam Ala Dr. Oz*. Bandung: Qanita
- Na'imah, T. (2008). Pengaruh Komparasi Sosial pada Public Figure di Media Massa Terhadap Body Image Remaja di Kecamatan Patikraja, Kabupaten Banyumas, *Jurnal Psikologi Penelitian Humaniora*. 9(2)
- Nourmalita, M (2016). Pengaruh citra tubuh terhadap gejala body dismorfic disorder dengan harga diri remaja putri. *Journal Psychology and Humanity*
- Papalia, E. D. Dan Feldman, R. T. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia ; Experience Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika
- Phillips, K., et al. (1993). Body Dysmorphic Disorder: 30 Cases of Imagined Ugliness. *The American Journal of Psychiatry*. 150 (2)
- Phillips, K. (2001). Somatoform and Factitious Disorders (Review of Psychiatry Series), *The Journal of Clinical Psychiatry*. 20 (3)

- Phillips K., A., Menard W., F., C (2006). Gender Similarities and Differences in 200 Individual With Body Dysmorphic Disorder. *Comprehensiv Psychiatry*, 47(2): 77-87
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder: An Essential guide*. New York: Oxford University Press.
- P.N Rahmania dan Yuniar Ika C. (2012). Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*. 1(2)
- Rosen, J. C., Reiter, J., & Pam O. 1995. Cognitive Behavioral Body Image Therapy for Body Dysmorphic Disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63 (2), 25-42
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development*. (N. I. Sallama, Ed.) (13 th). Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R dan D*. Bandung Alfabeta.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The Intenet, Facebook, and Body Image Concern in Adolescent Girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46(6), 630-633.
- Thompson, J. K. (2000). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*. American Psychological Association. Washington, DC.

- Thompson, J.K. dkk. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. USA: American Psychology Association.
- Wilhelm, S., Phillips, K. A., & Steketee, G. (2013). *Cognitive-behavioural therapy for body dysmorphic disorder: a treatment manual*. New york, london: the guilford press.
- Wahyudi M.I (2018). “ *Body Image dan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada mahasiswa*”. Skripsi Fakultas Psikologi UMM
- Watkins, C. E. (2006). Body Dysmorphic Disorder. *The Journal of Northern County Psychiatric Associates*.
- Wooley, A., & Perry, J. (2015). *Body Dysmorphic Disorder: Prevalence and Outcomes in an Oculofacial Plastic Surgery Practice*. 159

## Lampiran

### A. Pra Penelitian

1. Kuesioner untuk survei kepada 40 wanita yang dipilih peneliti

Assalamualaikum warahmatullah wabarakatuh,perkenalkan Saya Esa Hanifia, Mahasiswa Psikologi semester 7 dari UIN Malang. Saya sedang melakukan pra-penelitian untuk skripsi saya. Saya harap anda menjawab pertanyaan dengan jujur dan sesuai dengan diri anda. Semua data yang sudah diberikan akan dijamin **KERAHASIAANNYA**. Terima kasih atas kerjasamanya. Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

*Informed Consent :*

Saya bersedia terlibat dan menjawab dengan senang hati pertanyaan tanpa adanya paksaan oleh pihak manapun.

Bersedia

Tidak Bersedia

Nama :

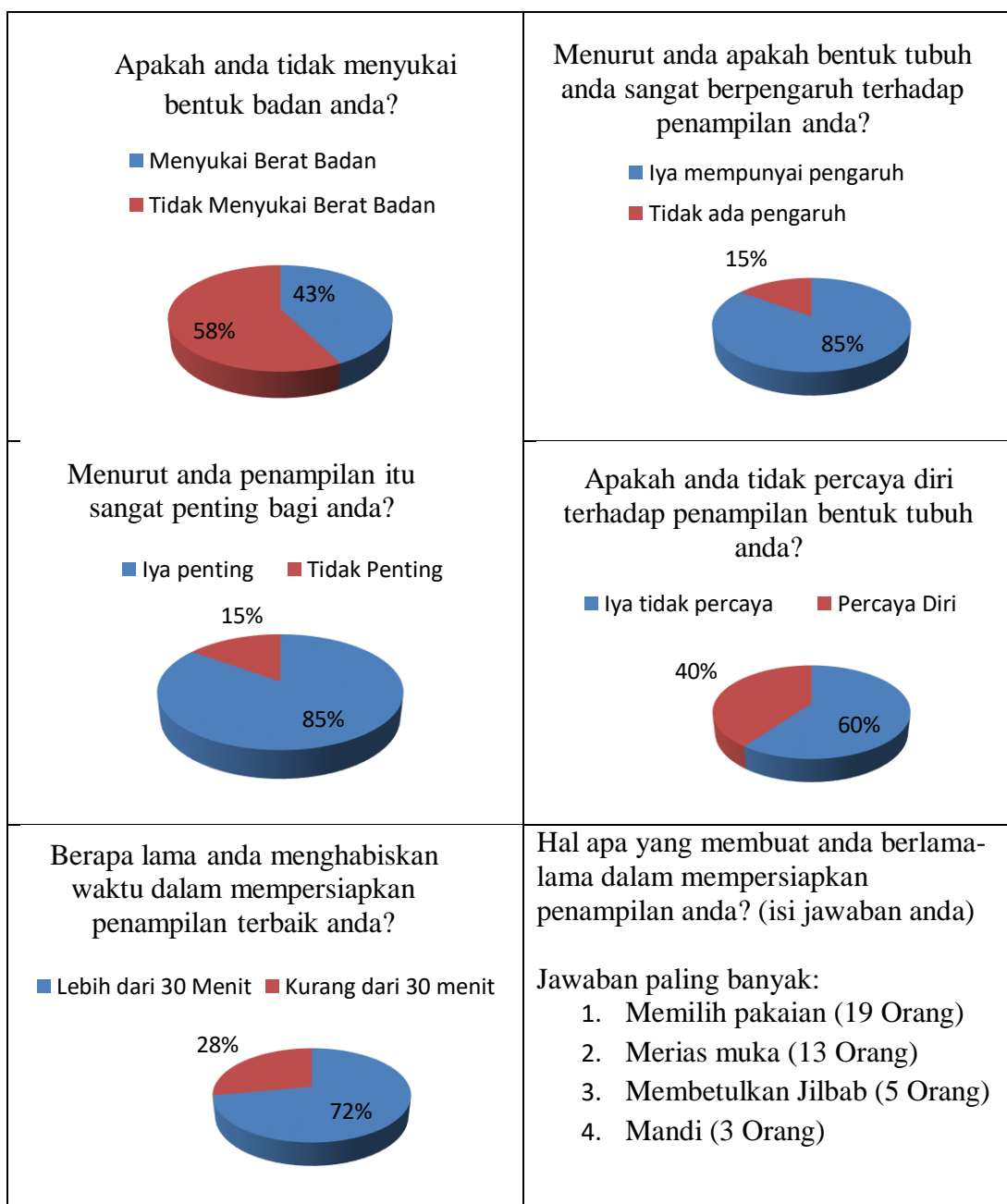
Email :

No	Pertanyaan
1.	Apakah anda tidak menyukai bentuk badan anda?
2.	Menurut anda apakah bentuk tubuh anda sangat berpengaruh terhadap penampilan anda?
3.	Menurut anda penampilan itu sangat penting bagi anda?
4.	Apakah anda tidak percaya diri terhadap penampilan bentuk tubuh anda?
5.	Berapa lama anda menghabiskan waktu dalam mempersiapkan penampilan terbaik anda?
6.	Apakah kekurangan bentuk tubuh anda sangat mengganggu penampilan anda? Hal apa yang membuat anda berlama-lama dalam mempersiapkan penampilan anda?



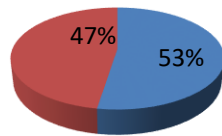
7.	Apakah anda sering membandingkan bentuk tubuh anda dengan orang lain?
8.	Apakah kekurangan bentuk tubuh anda sangat mengganggu penampilan anda?

## 2. Hasil Survei



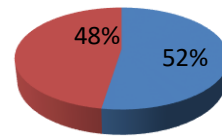
Apakah anda sering membandingkan bentuk tubuh anda dengan orang lain?

■ Iya sering ■ Tidak sering



Apakah kekurangan bentuk tubuh anda sangat mengganggu penampilan anda?

■ Iya mengganggu ■ Tidak Mengganggu



3. Verbatim wawancara

Tanggal wawancara : 23 Desember 2020

Nama responden : PD

Jenis Kelamin : Perempuan

Berat Badan dan Tinggi : 54,3 kg dan 158 cm

Ket : Bro nama sapaan yang di samarkan

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Assalamualaikum bro, Selamat malam	Waalaikumsalam sa
2.	Sebelumnya perkenalkan nama saya Esa Hanifia saya mahasiswa semester 7 dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang. Disini saya ingin melakukan wawancara dengan tujuan untuk mengetahui apakah ada hal yang mengganggu tentang bentuk tubuh. Sebelumnya melakukan wawancara ini, saya meminta persetujuan kepada bro apakah bro berkenan menjadi narasumber saya? Selama proses wawancara saya akan bertanya akan hal-hal yang cukup sensitif ?	Iya sa boleh, gapapa kok santai aja
3.	Terima kasih bro sudah mau menjadi narasumber saya. Bagaimana kabarnya hari ini bro?	Alhamdulillah baik sa
4.	Sudah makan bro ?	Sudah sa, alhamdulillah
5.	Ini santai aja ya bro jadi jangan tegang	Heeh iya lah sa, tau pun
6.	Menurut kamu bro bentuk tubuh bro itu kayak gimana ?	Aku pribadi punya pemikiran kalau badan kurang menarik aku gendut tapi gak gendut banget sih iya gak sih ? tapi kalau dikatakan kurus gak juga
7.	Kenapa punya pemikiran seperti itu?	Gak tau ya kenapa mungkin sering liat orang lain jadi biasanya <i>insecure</i> karena diri sendiri sering bandingin sama orang lain
8.	Apa bentuk tubuhmu ini cukup	Hmmm, untuk diri sendiri kadang iya,

	mengganggu untuk diri sendiri?	kadang enggak
9.	Kalau iya seperti apa?	Biasanya suka ngaca kek ada kaca harus mesti liat badan atau muka gak sih kadang sering di tegur sama temen lain kek berlebihan gitu kadang ya capek pengen nyantai aja tapi gak puas kalau gak liat kaca
10.	Kalau lagi ngaca berlebihan biasanya memastikan apa?	Kalau lagi ngaca berlebihan lihat kerudung, baju oke gak keliatan gendut malah biasanya kalau ada jerawat dimuka yang lagi meradang gitu, rasanya kalau ada jendela, kaca ngeliat mulu udah gendut jerawat pula, biasanya kan kalau ada jendela cuman liat badan gendutan apa enggak? Sekarang liat muka liat badan haha jadi sumpek kan? Kayak gendut itu jelek
11.	Selain ngaca ada perilaku berlebihan lainnya gak?	Milih baju kayaknya
12.	Milih baju buat kegiatan sehari-hari?	Kalau dirumah aja ya gak lah tinggal pilih, toh gak ada yang liat. Paling lama kalau mau kuliah atau keluar kemana gitu
13.	Lama seperti apa?	Butuh waktu banyak lah sa
14.	Buat siap-siap mau kuliah atau pergi gitu?	Iya, Biasanya biar gak makan waktu lama dan gak mager pas mau berangkat takut terburu-buru biasane pas malam sebelum tidur udah kepikiran mau pake baju apa meskipun sudah disiapkan bahkan sudah disetrika bisa aja besok ganti lagi karena ngerasa gak cocok atau keliatan gendut kek repot gitu kan tapi pokok nyaman keliatan kurus
15.	Selain itu ada lagi gak?	Gak ada sih kayaknya
16.	Kalau lagi ketemu banyak orang gimana? Dengan bentuk tubuhmu saat ini	Kalau mau ketemu temen lama agak gimana gitu kadang takut diejek ih tambah gendut you know sa orang indo kalau lagi ketemu yang dibahas pertama bukan kabar pasti fisiknya

17.	Selain teman lama?	Hmm gak ada kayaknya paling kalau pesen gojek kayak doa gitu semoga dapet bapak gojek yang agak isi haha biar gak kebaratan hahaha
18.	Sudah berapa lama punya kebiasaan ini kayak ngaca berlebihan, siapin baju dan lainnya?	Kayaknya udah lama deh kek kebiasaan jadi ya udh biasa ngerti gak sih
19.	Kira-kira apa yang membuat bro punya kebiasaan kayak gini?	Dulu sih sering disuruh diet sama ibu, kan anak perempuan yak gak oleh gendutan gitu
20.	Berarti sudah sempet diet?	Iya udah sempet pas merantau balik lagi badannya hahah awalnya cantik eh gendut lagi
21.	Kenapa emang kalau gendut?	Yaa menurutku banyak yang lebih dihargai daripada orang gendut ini jarang gak sih orang cantik kena body shaming
22.	Pernah dapet body shaming sebelumnya?	Ya pasti aku agak sensi kalau ada yang bilang gendut
23.	Solusi apa yang biasanya dilakukan buat menangani hal kayak gitu?	Biasanya diet sih kurangi berapa makanan
24.	Oh seperti itu oke terima kasih ya bro udah jadi narasumber ku semoga Allah membalas kebaikan mu dan makasih banget udah luangin waktunya dan data ini tidak akan disebar luaskan	Udah ini sa ?
25.	Iya udah makasih ya	Oke lah kalau mau tanya lagi boleh sa
26.	Siap terima kasih bro	Okee sa

#### 4. Kuesioner Penelitian

Assalamualaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Perkenalkan saya Esa Hanifia mahasiswi semester 8 fakultas psikologi UIN Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian skripsi. Sehubungan dengan itu, saya mengharapkan bantuan anda dalam memberikan penilaian secara objektif sesuai dengan diri anda. Informasi yang anda berikan pada kuesioner ini akan dijaga **KERAHASIAANNYA** dan murni hanya digunakan untuk penelitian saja.

Demikian atas bantuan dan partisipasinya, saya ucapkan terima kasih Wassalamualaikum Warahmatullah Wabarakatuh

#### ***Informed Consent :***

Saya bersedia terlibat dan menjawab pernyataan dengan senang hati tanpa adanya paksaan oleh pihak manapun.

- Bersedia
- Tidak Bersedia

Identitas Responden :

Nama :

Usia :

Berat Badan dan Tinggi Badan :

Pekerjaan :

**PETUNJUK PENGISIAN** :

Baca dan pahami setiap pernyataan dengan teliti dan seksama. Tugas anda memilih salah satu jawaban yang menggambarkan atau yang paling mendekati keadaan diri anda. Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda karena itu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang salah sejauh itu penilaian pribadi anda. Semangat

Skala 1

NO	PERNYATAAN	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1.	Saya merasa bahwa penampilan secara keseluruhan menarik				
2.	Meskipun wajah saya cerah saya tetap melakukan perawatan rutin setiap harinya				
3.	Saya merasa bangga dengan berat badan yang saya miliki				
4.	Menurut saya berat badan saya sudah ideal				
5.	Saya merasa puas dengan bentuk pinggul yang saya miliki				
6.	Saya merasa berat badan saya sangat berlebihan				
7.	Sekalipun bentuk pinggul saya ideal, saya tetap rutin melakukan diet ketat				
8.	Saya merasa bahwa penampilan saya selalu				

	ada yang kurang				
9.	Meskipun berat badan saya sudah ideal, saya tetap mengatur asupan makan saya				
10	Meskipun makanan yang saya makan beraneka macam, saya tetap tidak khawatir berat badan saya naik				
11	Sekalipun kulit saya cerah, saya tetap membutuhkan produk pemutih				
12	Saya puas dengan kondisi wajah yang saya miliki				
13	Saya merasa orang lain menganggap penampilan saya kurang menarik				
14	Bagi saya tidak menjadi masalah jika kuku saya kurang menarik				
15	Meskipun saya dikatakan ramping tapi saya tetap ingin melakukan diet agar terlihat lebih menarik				



Skala 2

No	PERNYATAAN	Tidak Pernah	Jarang	Sering	Selalu
1.	Saya menghindari cermin atau berfoto ketika tidak suka melihat bagian tubuh saya				
2.	Saya merasa penampilan saya terlihat baik-baik saja				
3.	Saya merasa cemas dengan penampilan saya				
4.	Saya menghindari pertemuan dengan orang lain karena malu dengan penampilan saya				
5.	Saya berpikir bahwa beberapa bagian tubuh saya tidak menarik				
6.	Saya mengalami serangan panik atau sangat cemas saat melihat bagian tubuh saya				
7.	Saya merasa percaya diri dengan bentuk tubuh saya				
8.	Saya merasa seluruh				

	bagian tubuh saya menarik				
9.	Saya selalu percaya diri setiap acara				
10	Saya merasa beruntung dengan bentuk tubuh saya				
11.	Saya khawatir teman-teman saya menjauhi saya karena penampilan saya				

Terima kasih sudah berpartisipasi dalam penelitian ini

## B. Penelitian

### 1. Hasil Responden

#### a. Hasil Data Variabel Body Image

Nama/ Inisial	Usia	Berat Badan dan Tinggi Badan	Pekerjaan	B I 1	B I 2	B I 3	B I 4	B I 5	B I 6	B I 7	B I 8	B I 9	B I 0	B I 1	B I 2	B I 3	B I 4	B I 5	Total
Mr.E	22	64 (160)	Pegawai Swasta	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	32
Brilliant b c	22	68 (160)	Mahasiswa	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	2	2	1	35
Ummu	22	64,5 (158,5)	Mahasiswa	3	3	2	2	2	4	3	4	3	2	3	1	2	3	2	39
Latifah asmaul fauzia	22	68 (159)	Guru Privat	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	4	1	2	2	1	30
Fizah	22	63(158)	Mahasiswa	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	35
NM	22	63 (158,3)	Mahasiswa	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	4	2	2	2	1	35
Reza	21	60.5 (158)	Mahasiswa	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	1	34
Panggil saja maawar	23	66(160)	Penjual makanan	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	33
Febi	22	58(159)	Mahasiswa	3	1	2	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	33
Lutfi Eka P	22	160 (60)	Mahasiswa	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	38
Dwr	22	67(159,5)	Mahasiswa	3	1	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	3	2	38
Nindah Azimatul Ismiah	22	60(160)	Mahasiswa	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	38
LSF	20	65(160)	Mahasiswa	4	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	2	36
Aisyah Ayu	21	63(160)	Karyawan swasta	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	1	34

mala	22	64(159,5)	Mahasiswa	2	4	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	1	39
Novi	22	63(160)	Spg	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	35
Rosi Andini Arumsari	22	66(159)	Mahasiswa	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	33
Lilik	22	66(159)	Penjaga toko	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	33
Dwi	22	(158)68	Mahasiswa	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	3	3	2	2	1	27
Dilla	22	68(158)	Mahasiswa	3	2	2	2	2	2	3	2	3	1	3	2	3	2	1	33
Rani	21	63(158)	Penjaga kedai	2	3	2	3	3	4	4	2	2	2	2	3	2	3	1	38
Fita	21	64(159)	Mahasiswa	3	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	38
D	22	65 (160)	Sales	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	36
Savira	24	(158) 68	Karyawan biasa	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	32
D	21	65 (159)	Mahasiswa	2	2	2	2	3	4	4	2	2	3	3	3	2	4	2	40
C A	22	66 (158)	Mahasiswa	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	40
Ichakznoichii	30	68 (159)	Guru privat	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	41
Arie Suyitno, amd. Kep	23	65 (158)	Perawat	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	33
Milea	21	63(160)	Mahasiswa	4	2	4	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	34
Imaa	22	65(158)	Mahasiswa	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	1	37
Hasanah	22	65(160)	Pengajar	3	2	2	2	3	1	4	3	3	3	2	3	3	2	2	38
Iza	23	64(160)	Mahasiswa	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	2	2	2	1	37
TIZA	22	67 (159)	MAHASISWA	2	2	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	35
Tyas	24	65 ( 160)	Guru swasta	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	33
Desy	24	65 (158)	Staf Admin	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	36
ALFIAH INTAN WULANDAR I	21	68 (160)	Pegawai swasta	3	2	2	2	3	2	3	2	1	1	3	3	2	3	1	33

Krisna	21	66 (159)	Mahasiswa	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	2	39
Nike Budiharti	20	66 (158)	Mahasiswa	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	28
DA	22	60(160)	Mahasiswa	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	34
F	22	60(160)	Mahasiswa dan terapis	2	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	2	1	2	3	40
Sa	22	65(159)	Fress Gredution	2	2	3	2	3	3	4	4	2	2	4	1	2	2	3	39
AKH	22	67(158)	Mahasiswi	2	1	2	1	4	4	4	3	2	2	4	3	1	3	3	39
Ega	22	60(159)	Karyawan swasta	3	1	2	2	3	4	3	2	4	2	3	2	3	2	3	39
Nisa	22	65(160)	Wirausaha	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	38
Futna Naufa	23	68 (159)	Mahasiswi	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	35
Nisfatul	22	67 (159,5)	Belum bekerja	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	37
E	20	65(159)	mahasiswa	3	1	3	2	2	3	4	3	2	1	4	2	3	2	2	37
ALFI	21	67(159)	Wirausaha	3	1	3	2	3	3	4	3	2	2	2	1	2	2	1	34
Endah Fridayanti	21	65(158)	Wirausaha	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	1	3	2	2	38
Ainun	22	65(159)	Wirausaha	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	33
Vina	23	157 ( 60)	Mahasiswa	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	29
Via	23	67(157)	Pegawai biasa	2	1	4	3	3	3	3	1	2	2	1	3	2	2	2	34
Riris	23	(159 ) 63	Mahasiswa	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	30
P	22	68 (160)	Wirausaha	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	31
Vika	22	66 (160)	Mahasiswa	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	3	2	36
Munika Dwi Lestari	21	66 ( 158,7)	Karyawan swasta	2	1	2	2	3	4	4	3	2	4	3	2	2	3	1	38
Siti Nurjana	21	64 (158)	Mahasiswa	2	4	3	4	2	3	4	1	4	2	4	1	1	3	1	39
Cindy	22	64 (159)	Mahasiswi	3	1	3	3	3	3	3	3	1	2	2	1	4	3	2	37
T	21	kurang lebih	mahacicwa	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	38

		berat 63an, (158)																	
fava	21	65(158)	Mahasiswa	3	1	4	3	2	4	4	4	2	1	1	4	1	3	3	40
D	22	65(159)	Mahasiswa	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	40
Ratna	22	66 (160)	Guru Home Schooling	2	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	39
NS	22	65 (160)	Mahasiswa	2	3	4	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	38
D	22	67(158)	Mahasiswa	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	35
Ainun	22	(159,5)64	Mahasiswi	3	2	3	3	3	3	4	3	1	3	4	2	3	2	2	41
O	23	(158) 60	Pegawai bank	1	3	1	1	1	1	4	1	4	1	2	3	1	2	2	28
Ela	22	64 (158)	Karyawan swasta	3	1	4	3	4	1	2	1	1	3	2	2	2	2	2	33
WF	22	65 kg (159 cm lebih dikit hampir 160)	Mahasiswa	3	1	3	3	3	3	3	2	1	1	4	2	2	2	1	34
Nydia	21	60 (159)	Buruh	2	1	2	3	3	1	2	1	1	1	2	2	3	2	1	27
Alfan	21	68(160)	Mahasiswa	3	2	2	1	3	4	3	2	2	2	2	3	2	1	34	
FR	22	64 (159)	Mahasiswi	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	35
Pipit	21	64(160)	Mahasiswi	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	37	
Civa	23	67(160)	Pekerja biasa	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	40
Lailatul	21	158( 67)	Mahasiswa	4	1	4	4	4	3	2	2	1	3	2	1	2	2	1	36
Z	24	64(160)	Pegawai jahit	3	1	4	2	2	2	3	1	3	2	1	1	1	3	2	31
Kin	22	66(159)	Mahasiswi	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	1	33
Yasmin	15	66(159)	Siswa	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	29
Z	22	64(160)	mahasiswa	2	2	3	4	3	3	4	2	4	2	4	2	2	3	1	41
Salsa	22	64 (160)	Pegawai Swasta	2	2	4	4	4	4	2	3	1	2	3	1	2	3	2	39
Izza	22	65(160)	Mahasiswa	2	2	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	38
Valen	23	(158) 67	Buruh pabrik	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	30

b. Data Variabel *Body Dysmorphic Disorder*

Nama/ Inisial	Usia	Berat Badan dan Tinggi Badan	Pekerjaan	BD D 1	BD D 2	BD D 3	BD D 4	BD D 5	BD D 6	BD D 7	BD D 8	BD D 9	BD D 10	BD D 11	Total
Mr.E	22	64 (160)	Pegawai Swasta	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	32
Brilliant b c	22	68 (160)	Mahasiswa	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	32
Ummu	22	64,5 (158,5)	Mahasiswa	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	4	16
Latifah asmaul fauzia	22	68 (159)	Guru Privat	1	3	4	3	3	1	4	4	2	3	4	32
Fizah	22	63 (158)	Mahasiswa	1	3	2	1	1	1	2	3	3	1	4	22
NM	22	63 (158,3)	Mahasiswa	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	4	18
Reza	21	60.5(158)	Mahasiswa	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	13
Panggil saja maawar	23	66(160)	Penjual makanan	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	31
Febi	22	58 (159)	Mahasiswa	1	2	2	1	2	1	2	3	1	2	4	21
Lutfi Eka P	22	160(60)	Mahasiswa	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	25
Dwr	22	67(159,5)	Mahasiswa	2	1	2	1	1	1	3	2	2	2	4	21
Nindah Azimatul Ismiah	22	60(160)	Mahasiswa	2	2	2	2	3	1	3	3	3	3	4	28
LSF	20	65(160)	Mahasiswa	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	4	18
Aisyah Ayu	21	63(160)	Karyawan swasta	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	16
mala	22	64 (159,5)	Mahasiswa	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	4	30
Novi	22	63(160)	Spg	1	1	1	3	1	1	1	3	4	2	2	20

Rosi Andini Arumsari	22	66(159)	Mahasiswa	2	2	2	1	2	1	2	3	3	2	4	24
Lilik	22	66(159)	Penjaga toko	3	2	2	1	2	1	3	3	3	3	4	27
Dwi	22	158 (68)	Mahasiswa	2	2	3	1	3	1	3	3	2	2	4	26
Dilla	22	68 (158)	Mahasiswa	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	27
Rani	21	63 (158)	Penjaga kedai	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	29
Fita	21	64 (159 )	Mahasiswa	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	4	22
D	22	65(160)	Sales	1	2	2	2	3	1	2	3	1	1	4	22
Savira	24	(158)68	Karyawan biasa	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	32
D	21	65 (159)	Mahasiswa	1	2	2	1	3	1	3	3	2	2	4	24
C A	22	66 (158 )	Mahasiswa	2	2	1	1	1	1	3	4	3	2	4	24
Ichakznoichii	30	68 (159)	Guru privat	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	4	22
Arie Suyitno, amd. Kep	23	65(158)	Perawat	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	14
Milea	21	63(160)	Mahasiswa	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	15
Imaa	22	65(158)	Mahasiswa	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	4	22
Hasanah	22	65(160)	Pengajar	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	22
Iza	23	64(160)	Mahasiswa	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	20
TIZA	22	67(159)	MAHASISWA	1	3	2	1	2	2	2	2	3	2	4	24
Tyas	24	65(160)	Guru swasta	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	24
Desy	24	65(158)	Staf Admin	3	2	2	1	2	1	2	3	2	1	4	23
ALFIAH INTAN WULANDAR I	21	68 (160)	Pegawai swasta	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	4	24



Krisna	21	66(159)	Mahasiswa	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	33
Nike Budiharti	20	66 (158)	Mahasiswa	3	4	3	2	2	2	3	4	3	2	3	31
DA	22	60 (160)	Mahasiswa	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	27
F	22	60(160)	Mahasiswa dan terapis	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	26
Sa	22	65(159)	Fress Gredution	2	2	2	2	3	1	2	3	3	1	2	23
AKH	22	67(158)	Mahasiswa	1	2	1	1	2	1	2	4	4	2	4	24
Ega	22	60(159)	Karyawan swasta	2	2	2	1	3	1	3	3	3	3	3	26
Nisa	22	65(160)	Wirausaha	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	25
Futna Naufa	23	68(159)	Mahasiswa	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	27
Nisfatul	22	67 (159,5)	Belum bekerja	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	26
E	20	65(159)	mahasiswa	2	1	2	1	2	2	4	4	2	2	4	26
ALFI	21	67 (159)	Wirausaha	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	4	23
Endah Fridayanti	21	65(158)	Wirausaha	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	4	20
Ainun	22	65(159)	Wirausaha	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	28
Vina	23	(157)60	Mahasiswa	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	25
Via	23	67(157)	Pegawai biasa	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	30
Riris	23	(159)63	Mahasiswa	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	25
P	22	68(160)	Wirausaha	2	1	3	3	4	2	2	3	3	1	3	27
Vika	22	66 (160)	Mahasiswa	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	29
Munika Dwi Lestari	21	66(158,7)	Karyawan swasta	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	3	21
Siti Nurjana	21	64(158)	Mahasiswa	1	1	2	2	2	1	2	3	2	1	4	21

Cindy	22	64 (159)	Mahasiswi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	14
T	21	kurang lebih berat 63an, (158)	mahacicwa	1	3	2	2	2	1	2	2	3	2	4	24	
fava	21	65(158)	Mahasiswa	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	4	17	
D	22	65 (159)	Mahasiswa	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	4	19	
Ratna	22	66(160)	Guru Home Schooling	2	3	3	3	2	2	4	3	3	2	4	31	
NS	22	65(160)	Mahasiswa	2	2	2	1	2	1	3	3	3	3	4	26	
D	22	67(158)	Mahasiswa	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	23	
Ainun	22	159,5(64)	Mahasiswi	2	1	2	2	2	2	3	3	3	1	4	25	
O	23	(158)60	Pegawai bank	2	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	36	
Ela	22	64(158)	Karyawan swasta	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	23	
WF	22	65 (159 cm lebih dikit hampir 160)	Mahasiswa	2	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	30	
Nydia	21	60 (159)	Buruh	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	34	
Alfan	21	68 (160)	Mahasiswa	2	2	3	1	2	2	1	1	1	2	3	20	
FR	22	64 (159)	Mahasiswi	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	31	
Pipit	21	64 (160)	Mahasiswi	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	29	
Civa	23	67(160)	Pekerja biasa	1	2	1	2	2	1	3	1	2	1	4	20	
Lailatul	21	(158)67	Mahasiswa	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	4	18	
Z	24	64 (160)	Pegawai jahit	2	3	4	3	3	3	3	2	4	4	2	33	
Kin	22	66(159)	Mahasiswi	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	27	
Yasmin	15	66(159)	Siswa	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	1	34	

Z	22	64(160)	mahasiswa	1	2	2	1	1	1	1	1	2	13	4	29
Salsa	22	64(160)	Pegawai Swasta	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	15
Izza	22	65(160)	Mahasiswa	1	1	2	1	1	1	1	2	3	1	4	18
Valen	23	158( 67)	Buruh pabrik	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	25

2. Uji Asumsi  
a. Hasil Uji Normalitas

**Variables Entered/Removed<sup>a</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	BI <sup>b</sup>	.	Enter

- a. Dependent Variable: BDD  
b. All requested variables entered.

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,357 <sup>a</sup>	,127	,116	4,968

- a. Predictors: (Constant), BI  
b. Dependent Variable: BDD

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	284,302	1	284,302	11,518	,001 <sup>b</sup>
	Residual	1949,920	79	24,683		
	Total	2234,222	80			

- a. Dependent Variable: BDD  
b. Predictors: (Constant), BI

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	43,436	5,601		7,755	,000
	BI	-,534	,157	-,357	-3,394	,001

- a. Dependent Variable: BDD

**Residuals Statistics<sup>a</sup>**

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	21,55	29,03	24,52	1,885	81
Residual	-12,289	10,379	,000	4,937	81
Std. Predicted Value	-1,573	2,391	,000	1,000	81
Std. Residual	-2,474	2,089	,000	,994	81

- a. Dependent Variable: BDD

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		81
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7
	Std. Deviation	4,93700294
	Absolute	,070
Most Extreme Differences	Positive	,062
	Negative	-,070
Kolmogorov-Smirnov Z		,629
Asymp. Sig. (2-tailed)		,824

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

b. Hasil Uji linearitas

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
BDD * BI	81	100,0%	0	0,0%	81	100,0%

**Report**

BDD

BI	Mean	N	Std. Deviation
27	30,00	2	5,657
28	33,50	2	3,536
29	29,50	2	6,364
30	27,33	3	4,041
31	30,00	2	4,243
32	32,00	2	,000
33	24,55	11	4,458
34	21,75	8	6,798
35	24,62	8	5,012
36	22,00	5	4,528
37	22,83	6	5,382
38	23,42	12	3,315
39	24,33	9	6,364
40	21,67	6	3,502
41	25,33	3	3,512
Total	24,52	81	5,285

**ANOVA Table**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
	(Combined)	642,703	14	45,907	1,904	,042
BDD *	Between Groups					
	Linearity	284,302	1	284,302	11,790	,001
	Deviation from Linearity	358,401	13	27,569	1,143	,341
BI	Within Groups	1591,519	66	24,114		
	Total	2234,222	80			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
BDD * BI	-,357	,127	,536	,288

### 3. Hasil Uji Deskriptif

Hipotetik	
<i>Body Image</i>	<i>Body Dysmorphic Disorder</i>
<p>Diketahui :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ©I =15</li> <li>- Range =1-4</li> <li>- I max =4</li> <li>- I min =1</li> <li>- X max = 4×15 =60</li> <li>- X min = 15</li> </ul> <p>Jawab :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rerata =<math>\frac{1}{2}(4+ 1)15=38</math></li> <li>- SD =<math>\frac{1}{6}(60-15)= 8</math></li> </ul> <p>BI Tinggi = 47-60            BI Sedang =30-46            BI Rendah = 15-29</p>	<p>Diketahui :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ©I =11</li> <li>- Range =1-4</li> <li>- I max =4</li> <li>- I min =1</li> <li>- X max = 4×11 =44</li> <li>- X min = 11</li> </ul> <p>Jawab :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rerata =<math>\frac{1}{2}(4+ 1)11=28</math></li> <li>- SD =<math>\frac{1}{6}(44-11)= 6</math></li> </ul> <p>BDD Tinggi = 35-44            BDD Sedang =22-34            BDD Rendah = 11-21</p>

Empirik	
<i>Body Image</i>	<i>Body Dysmorphic Disorder</i>
<p>Diketahui :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- X max = 41</li> <li>- X min = 27</li> <li>- Range = 41-27 =14</li> </ul> <p>Jawab :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mean =<math>\frac{41+27}{2}=34</math></li> <li>- SD =<math>\frac{14}{6}=2</math></li> </ul> <p>BI Tinggi = 37-41            BI Sedang =32-36            BI Rendah = 27-31</p>	<p>Diketahui :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- X max = 36</li> <li>- X min = 13</li> <li>- Range = 36-13=23</li> </ul> <p>Jawab :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mean =<math>\frac{36+13}{2}= 25</math></li> <li>- SD =<math>\frac{23}{6}= 4</math></li> </ul> <p>BDD Tinggi = 30-36            BDD Sedang =21-29            BDD Rendah = 13-20</p>

## Hasil SPSS

### a. *Body Image*

#### Statistics

BI

N	Valid	81
	Missing	0

#### BI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	BI Rendah	11	13,6	13,6	13,6
	BI Sedang	34	42,0	42,0	55,6
	BI Tinggi	36	44,4	44,4	100,0
	Total	81	100,0	100,0	

### b. *Body Dysmorphic Disorder*

#### Statistics

BDD

N	Valid	81
	Missing	0



**BDD**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BDD Rendah	18	22,2	22,2	22,2
	BDD Sedang	47	58,0	58,0	80,2
	BDD Tinggi	16	19,8	19,8	100,0
	Total	81	100,0	100,0	

4. Uji Hipotesis  
 Hasil Uji Regresi Sederhana  
**Regression**

**Variables Entered/Removed<sup>a</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	BI <sup>b</sup>	.	Enter

- a. Dependent Variable: BDD  
 b. All requested variables entered.

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,357 <sup>a</sup>	,127	,116	4,968

- a. Predictors: (Constant), BI

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	284,302	1	284,302	11,518	,001 <sup>b</sup>
	Residual	1949,920	79	24,683		
	Total	2234,222	80			

- a. Dependent Variable: BDD  
 c. Predictors: (Constant), BI

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	43,436	5,601		7,755	,000
	BI	-,534	,157	-,357	-3,394	,001

- a. Dependent Variable: BDD

## LAMPIRAN LEMBAR KONSULTASI

Nama : ESA HANIFIA

NIM/Jurusan :17410026/ Psikologi

Dosen Pembimbing : Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag

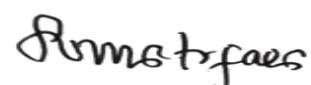
Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* Terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Wanita Overweight di Desa Betiting

No	Tanggal	Bagian skripsi yang di konsultasikan	TTD
1.	16 November 2020	Variabel penelitian dan Identifikasi masalah. Konsep Variabel y lebih dikuasi dan dimatangkan lagi karena konsep BDD cakupannya cukup luas mungkin bisa lebih spesifik seperti overweight, obesitas, cacat fisik atau kekurangan fisik di UIN dengan didukung fakta di lapangan yang sudah ada untuk penguatan penelitian. Dalam melihat fakta lapangan dilakukan dengan observasi, wawancara, dokumentasi dan catatan lapangan.	
2.	30 Desember 2020	Isi Latar Belakang Latar belakang bukan data utuh dan tutur seperti blue print namun harus ada gejala jadi di bagian bab 4 akan diteliti menggunakan blue print yang diterjemahkan oleh skala. Data wanita di Betiting, Fakta lapangan harus muncul, gejala BDD, pengambilan data 1 RW 10-20% maksimal pengambilan data 15-18% yang menjadi faktor	

		terkuat BDD. Perhatikan kutipan, karakter per alinia.	
3.	25 Maret 2021	<p>Perbaiki dan Masukan setelah Sempro</p> <p>BAB 1 : Wawancara tidak harus dimasukan semua, aspek indikator saja pada wawancara dan penelitian terdahulu sebutkan kelemahan dan kelebihan penelitian</p> <p>BAB 2 : Gambaran harus memenuhi kerangka berfikir sebagai bahan bab 4. Perhatikan penulisan dalam variabel x dan y.</p> <p>BAB 3 : Perkembangan atau diturunkan dari teori dan tunjukan alasannya memilih.</p>	
4.	30 Agustus 2021	<p>Letak Penulisan dan Perbaiki Abstrak</p> <p>Perbaikai abstrak dari paragraph pertama hingga paragraph keempat.</p> <p>Letak penulisan spasi, konsisiten penyebutan variabel x dan y. Pada bab 2 perspektif lebih dikuatkan dengan pembahasan.</p>	
5.	6 September 2021	<p>Keseluruhan skripsi persiapan sidang</p> <p>Perhatikan administrasi penelitian seperti meminta izin tempat pengambilan responden penelitian, kesediaan responden dalam melakukan wawancara dan penelitian</p>	

Malang, 6 September 2021

Dosen pembimbing



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag

NIP. 197307102000031002

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA WANITA OVERWEIGHT  
DI DESA BETITING**

Esa Hanifia

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
esahanifia2@gmail.com

**Abstrak:** *Body Image* merupakan penilaian individu tentang tubuhnya, penilaian ini berupa positif maupun negatif sedangkan *Body Dysmorphic Disorder* munculnya perilaku berlebihan dalam memperbaiki, memperhatikan, memikirkan kekurangan tubuhnya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita yang memiliki berat badan overweight. Berat badan dengan overweight ditandai dengan penimbunan jaringan lemak berlebihan pada tubuh sekitar 10% hingga 20 % dari berat normal yang sesuai dengan hitungan IMT (Indeks Massa Tubuh). Penelitian ini mengambil responden wanita yang memiliki berat badan overweight dengan jumlah responden 81 wanita. Jenis Penelitian menggunakan kuantitatif korelasi dalam pengambilan data menggunakan metode kuesioner dan wawancara dengan *purposif sampling*. Ada 3 uji analisis data yang digunakan pertama analisis asumsi, uji analisis deskriptif dan uji hipotesis menggunakan regresi sederhana. Individu yang memiliki penilaian positif terhadap tubuhnya tidak memunculkan gejala *Body Dysmorphic Disorder*. Individu dengan penilaian positif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi dalam mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya tidak akan muncul dan sebaliknya. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan adanya pengaruh *Body Image* dengan *Body Dysmorphic Disorder* dengan pengaruh sebesar 12,7 %. Pada wanita overweight yang menjadi responden memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang dan *Body Image* tinggi. Artinya wanita overweight dengan *Body Image* yang tinggi memiliki penilaian negatif dan adanya penilaian negatif membuat wanita overweight memunculkan gejala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* sedang.

**Kata Kunci :** *Body Image*, *Body Dysmorphic Disorder*, wanita overweight

Menurut Hurlock (2019) individu dewasa awal mempunyai tugas perkembangan seperti mulai bekerja, memilih pasangan, belajar hidup dengan pasangan dan lainnya. Individu yang berhasil melaksanakan tugas perkembangan akan menimbulkan rasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan di tugas perkembangan selanjutnya. Namun individu yang mengalami kegagalan dalam melakukan tugas perkembangan akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas perkembangan selanjutnya (Havighurst, 1972).

Melewati proses tugas perkembangan ini individu banyak mengalami perubahan. Perubahan yang dialami individu pada masa dewasa awal sebagian besar terjadi pada perubahan kognitif, psikososial dan fisik. Perubahan mengakibatkan individu yang memasuki masa dewasa awal diharapkan mampu menyesuaikan diri secara mandiri (Hurlock,2019). Menurut Papalia dan Feldman (2014) pada masa dewasa awal individu akan mengupayakan diri dalam penyesuaian terhadap segala bentuk perubahan, tuntutan dan harapan baru dalam kehidupan.

Perubahan yang dialami pada masa dewasa awal menyebabkan individu membentuk dirinya dengan memberi tuntutan terhadap dirinya sendiri dan dari orang lain. Tuntutan yang tidak terpenuhi mengakibatkan terganggunya kesehatan mental dan munculnya gejala gangguan psikologi. Menurut penelitian Wijayanti Nurlita dkk (2018) tentang “ *Eksplorasi Jenis Permasalahan Klien Konsultasi Online : Potensi Pengembangan Media Digital Dalam Pelayanan Kesehatan Mental*” menunjukkan hasil bahwa gejala gangguan psikologis menempati urutan ketiga yang masih banyak dirasakan oleh individu dari rentan usia < 21 tahun dan 21 hingga 40 tahun.

Menurut Hurlock (2019) rentan usia tersebut sudah memasuki masa dewasa yakni 18 hingga 40 tahun sedangkan menurut Santrock (2011) individu sudah memasuki masa dewasa awal memiliki rentan usia 18 hingga 25 tahun. Saat memasuki masa dewasa awal individu banyak mengalami gejala gangguan psikologis seperti stress, cemas, panik, kesepian, tidak percaya diri hingga takut bersosialisasi Wijayanti Nurlita dkk (2018). Gangguan psikologi lainnya yang rentan dialami individu pada masa dewasa awal menurut Dr. Katherine A Phillips (2009) yakni gangguan dismorfik tubuh atau *Body Dysmorphic Disorder* (Dismorfobia).

Menurut Katona dkk (2008) *Body Dysmorphic Disorder* memiliki hubungan dengan *Obsesif Compulsif disorder* yang ditandai dengan adanya preokupasi dengan bayangan cacat pada penampilan, adanya kelainan kasus

ringan, kekhawatiran yang berlebihan. Perilaku juga menyita banyak waktu individu dengan menatap cermin berlebihan, membandingkan diri dengan orang lain, adanya tindakan berlebihan dalam menutupi kekurangan, memilah kulit dan usaha mencari ketentraman seperti penderita meminta tindakan operasi.

Banyak usaha yang dilakukan individu dalam memperbaiki, menyembunyikan, memeriksa kekurangan tubuhnya, adanya penghindaran, penurunan fungsi, kemampuan *insight* yang lemah, hingga membuat individu menjadi keasyikan dengan penampilannya hal ini menjadi gejala *Body Dysmorphic Disorder* menurut Philips, Wilhelm & Steketee (2013). Banyak faktor yang dapat menyebabkan individu mengalami gangguan ini seperti faktor biologis, psikologis, adanya peristiwa pencetus dan budaya sosial (Philips, 2009)

Dari beberapa faktor menurut Philips (2009) hal yang menjadi dasar individu dapat mengalami *Body Dysmorphic Disorder* dengan munculnya perasaan kurang puas terhadap tubuhnya sendiri. Ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya diakibatkan adanya penilaian negatif terhadap tubuhnya sendiri. Penilaian negatif maupun positif akan sangat erat dengan *Body Image* atau citra tubuh individu. Seperti pendapat Cash dan Pruzinsky (2002) *body image* merupakan penilaian atau mempersepsikan sebuah penampilan yang dilakukan individu terhadap tubuhnya yang berupa penilaian negatif maupun positif.

Penilaian positif membuat seorang individu merasa tubuh yang dimiliki sangat menarik walaupun pada kenyataan tubuh ataupun penampilannya kurang menarik berbanding terbalik dengan penilaian negatif, seorang individu akan merasakan penampilannya atau tubuhnya memiliki hal yang kurang menarik membuat seorang individu kurang percaya diri (Bell & Rushforth, 2008). Individu memiliki *Body Image* yang baik atau positif akan memiliki kesehatan fisik dan psikologis lebih tinggi serta memiliki perkembangan yang baik.

Perkembangan yang baik membuat individu mampu menjalankan tugas perkembangannya seperti mempunyai pekerjaan, menerima tanggung jawab

dalam kelompok sosial, belajar tumbuh dan berkembang dengan keluarga, memilih teman hidup (Hurlock, 2009).

### Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasi. Populasi pada penelitian menggunakan subjek wanita yang ada di desa Betiting dengan rentan usia 18 hingga 24 tahun yang menurut Santrock (2011) sudah memasuki usia dewasa awal dengan populasi sebanyak 550 orang dengan berat badan overweight. Teknik yang digunakan *Purposif sampling* yakni teknik yang pengambilan data bukan dengan random atau acak melainkan pengambilan data dengan mempertimbangkan hasil capai atau memfokuskan tujuan yang diharapkan (Arikuto, 2006). Penelitian ini menggunakan subjek wanita sebanyak 81 orang yang memiliki berat badan overweight dengan berat badan sekitar 63 kg hingga 68 kg. Dengan karakteristik subjek wanita dengan rentan usia 18 hingga 24 tahun, mempunyai tinggi badan 158 hingga 160 cm, berat badan diatas 63 Kg hingga 68 Kg dan belum menikah.

### Hasil

**Tabel 1.1 Hasil Uji Normalitas**

<b>Asymp.Sig (2-tailed)</b>	<b>Hasil</b>	<b>Status</b>
0,824	$0,824 > 0,05$	Normal

Hasil pengolahan data SPSS *for windows* versi 20 dengan menggunakan pengujian statistic *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* yang dapat dilihat dari tabel 1.1 mempunyai nilai Asymp. Sig (2-tailed) 0,824 yang memiliki pengertian nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa data berkontribusi normal atau syarat terpenuhi dalam uji normalitas. Selanjutnya uji linearitas yang dapat diketahui hasil *deviation from linearity* sebagai berikut.

**Tabel 1.2. Hasil Uji Linearitas**

<b>Pengaruh Variabel (X) →(Y)</b>	<i>Deviation From Linearity (Sig)</i>	<b>Hasil</b>	<b>Keterangan</b>
Body Image * Body Dysmorphic Disorder	0,341	0,341 >0,05	Linear

Berdasarkan hasil tabel 1.2. yang sudah diolah di SPSS *for windows* versi 20 dapat disimpulkan bahwa variabel *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* memiliki hubungan linear dikarenakan nilai *deviation from linearity* pada sig 0,341 lebih besar 0,05.

**Tabel 1.3. Katogorisasi *Body Image***

<b>Kategorisasi <i>Body Image</i></b>	<i>Range</i>	<i>Frequency</i> <b>(Jumlah Responden)</b>	<i>Precent</i>
Tinggi	37-41	36	45%
Sedang	32-46	34	42%
Rendah	27-31	11	13%
Total		81	100%



Berdasarkan tabel 1.3. dapat diketahui kategorisasi variabel *Body Image* menunjukkan dari 81 responden yang bersedia terdapat 13% (11 responden) yang memiliki *Body Image* yang rendah, sedangkan 42% (34 responden) memiliki *Body Image* sedang dan sebanyak 45 % (36 responden) memiliki *Body Image* yang tinggi. Artinya responden pada wanita overweight memiliki *Body Image* yang tinggi.

**Tabel 1.4.. Katogorisasi *Body Dysmorphic Disorder***

<b>Katagorisasi <i>Body Dysmorphic Disorder</i></b>	<b><i>Range</i></b>	<b><i>Frequency</i>  (Jumlah Responden)</b>	<b><i>Prencent</i></b>
Tinggi	30-36	16	20%
Sedang	21-29	47	58%
Rendah	13-20	18	22%
Total		81	100%

Bedasarkan tabel 1.4. dapat diketahui bahwa kategorisasi variabel *Body Dysmorphic Disorder* dari jumlah 81 responden yang berpartisipasi terdapat 22% (18 responden) yang memiliki *Body Dysmorphic Disorder* rendah, sedangkan 58% (47 responden) memiliki *Body Dysmorphic Disorder* sedang dan sebanyak 20% (16 responden) memiliki *Body Dysmorphic Disorder* tinggi. Dapat disimpulkan responden pada wanita overweight memiliki *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang.

**Tabel 1.5. Hasil *Regression* Variabel *Body Image* dengan *Body Dysmorphic Disorder***

<b>Model</b>	<b>F</b>	<b>Sig</b>	<b>Hasil</b>	<b>Status</b>
Regression	11.518	0,001	0,001 <0,05	Ha Diterima

Hasil dari tabel 1.5 tentang *regression* variabel *Body Image* dengan *Body Dysmorphic Disorder* dapat diketahui bahwa nilai sig 0,001 lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05 yang memiliki arti Ha diterima dan Ho ditolak maka dapat disimpulkan adanya pengaruh antara variabel *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight.

### **Diskusi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan adanya korelasi antara *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* dengan nilai sig 0,001 lebih kecil dari nilai probabilitas. Hipotesis (Ha) dalam penelitian ini diterima, yang artinya adanya pengaruh antara variabel *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight. Individu dengan penilaian positif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi dalam mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya tidak akan muncul.

Sebaliknya individu yang memiliki penilaian negatif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya akan muncul. Hasil ini juga diperkuat peneliti sebelumnya yang dilakukan Mochamad Indra Wahyudi (2018) dalam penelitian menyebutkan adanya korelasi *Body Image* dan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* dengan nilai sig 0,000 lebih kecil dari nilai probabilitas yang memiliki arti adanya hubungan *Body Image* dan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*.

Pendapat yang sama diungkapkan Nourmalita (2016) kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* muncul salah satu faktornya *Body Image*. Hasil penelitian ini didukung dengan adanya responden wanita overweight sebanyak 45 % (36 wanita) memiliki *Body Image* yang tinggi, sedangkan 42% (34 wanita) memiliki

*Body Image* sedang dan sebanyak 13% (11 wanita) memiliki *Body Image* rendah. Individu dengan *Body Image* yang tinggi memiliki pengertian bahwa penilaian terhadap tubuhnya negatif.

Selain itu dari hasil penelitian ini sebagian besar individu 58 % (47 wanita) memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang. Sisanya 22% (18 wanita) memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* rendah dan 20 % (16 wanita) memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* tinggi. Dari hasil ini memberikan analisa semakin tinggi *Body Image* individu semakin tinggi kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang muncul. Namun dalam penelitian ini menunjukkan pada wanita overweight yang menjadi responden penelitian memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang sedang.

Artinya individu dengan *Body Image* tinggi memiliki kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* sedang. Wanita overweight dengan *Body Image* yang tinggi memunculkan gejala kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* sedang. Gejala *Body Dysmorphic Disorder* yang terjadi pada individu menurut Philips, Wilhelm dan Steketee (2013) yakni adanya keasyikan individu pada penampilannya, adanya kebiasaan seperti memperbaiki menyembunyikan ataupun memeriksa kekurangan tubuh.

Bedasarkan hasil penelitian ini juga didapatkan besarnya pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* hanya sebesar 12,7 %. Sumbangan *Body Image* yang kecil terhadap *Body Dysmorphic Disorder* banyak dipengaruhi faktor lain. Menurut Philips (2009) ada faktor biologis, faktor psikologis, faktor peristiwa pencetus dan budaya sosial yang mengakibatkan individu memunculkan gejala *Body Dysmorphic Disorder*.

### **Kesimpulan**

Bedasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebanyak 45% wanita overweight memiliki *Body Image* yang tinggi. *Body Image* yang tinggi pada wanita overweight memberikan arti bahwa adanya penilaian negatif terhadap tubuhnya masih tinggi. Sedangkan 58% wanita overweight memiliki tingkat yang sedang

terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*. Tingkat sedang yang dialami wanita overweight memunculkan gejala *Body Dysmorphic Disorder* sedang.

Gejala *Body Dysmorphic Disorder* muncul akibat wanita overweight yang memiliki penilaian negatif tentang tubuhnya, gejala yang dialami seperti kecenderungan obsesi mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya. Sedangkan wanita overweight dengan penilaian positif tentang tubuhnya memiliki kecenderungan obsesi dalam mengubah kekurangan atau kecacatan tubuhnya tidak akan muncul.

Hasil penelitian mengungkapkan adanya pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada wanita overweight. Artinya hipotesis ( $H_a$ ) dalam penelitian ini diterima, pengaruh *Body Image* terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* hanya sebesar 12,7 % pada wanita overweight.

### **Saran**

1. Bagi pihak desa, penelitian ini bisa menjadi bahan pertimbangan dalam usaha untuk memperhatikan masyarakatnya dengan menjalankan beberapa program yang bisa menjadikan masyarakatnya menjadi masyarakat dengan kesehatan fisik maupun mental dengan baik.
2. Bagi wanita yang menjadi responden semoga penelitian ini menjadi pengalaman untuk lebih mengenal dan memahami diri sendiri khususnya bagian tubuhnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, apabila ada ketertarikan untuk melanjutkan penelitian ini, disarankan dalam penelitian ini lebih memperhatikan kriteria subjek lebih rinci lagi seperti jenis pekerjaan, treatment atau intensitas perawatan kecantikan dan fokus kepuasan subjek.

### **Daftar Pustaka**

Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Bell, L. & Rushforth, J. (2008). *Overcoming Body Image Disturbance: A Program for People with Eating Disorder*. New York: Routledge.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. London: The Guilford Press.
- Havighurst, R.J. (1972) *Development tasks and education*. New York :MC Kay
- Hurlock, E. B. (2019). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo. Edisi kelima Jakarta: Erlangga
- Katona C, dkk., (2012). *At a Glance Psikiatri Edisi Keempat*. Penerbit Erlangga, Jakarta
- Nourmalita, M (2016). Pengaruh citra tubuh terhadap gejala body dismorphic disorder dengan harga diri remaja putri. *Journal Psychology and Humanity*
- Papalia, E. D. Dan Feldman, R. T. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia ; Experience Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder: An Essential guide*. New York: Oxford University Press.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development*. (N. I. Sallama, Ed.) (13 th). Jakarta: Erlangga.
- Wahyudi M.I (2018). “ *Body Image dan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada mahasiswi*”. Skripsi Fakultas Psikologi UMM
- Wilhelm, S., Phillips, K. A., & Steketee, G. (2013). *Cognitive-behavioural therapy for body dysmorphic disorder: a treatment manual*. New york, london: the guilford press.