

**PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP KECENDERUNGAN
BODY DYSMORPHIC DISORDER PADA MAHASISWI ANGKATAN 2019**

UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI



Disusun Oleh :

AMALIA NABILAH FATIN

NIM : 19410164

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI, FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

MALANG

2023

**PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP KECENDERUNGAN
BODY DYSMORPHIC DISORDER PADA MAHASISWI ANGKATAN 2019
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Amalia Nabilah Fatin

NIM.19410164

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI, FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2023

**PENGARUH SELF ACCEPTANCE TERHADAP BODY DYSMORPHIC DISORDER
PADA MAHASISWI UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

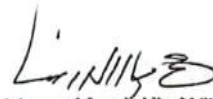
Oleh

Amalia Nabilah Fatin

NIM. 19410164

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Muhammad Jamaluddin, M.Si
NIP. 198011082008011007

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



**PENGARUH SELF ACCEPTANCE TERHADAP KECENDERUNGAN
BODY DYSMORPHIC DISORDER PADA MAHASISWI ANGKATAN 2019
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 16 Mei 2023

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Muhammad Jamaluddin, M.Si
NIP. 198011082008011007

Dosen Penguji

Penguji Utama,



Dr. Yulia Solichatun, M.Si
NIP. 197007242005012003

Ketua Penguji,



Umdatul Khoirot, M.Psi
NIP. 199005012001802012198

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 2023

**Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amalia Nabilah Fatin

NIM : 19410164

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang peneliti buat dengan judul “PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWI ANGKATAN 2019 UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG”, adalah benar-benar hasil karya peneliti sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari terdapat klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

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

Malang, 29 Maret 2023

Peneliti,



Amalia Nabilah Fatin
NIM. 19410164

MOTTO

" KEPERCAYAAN AKAN DIRI SENDIRI ADALAH RAHASIA UTAMA
UNTUK SUKSES"

- CARL ROGERS -

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'Alamin, puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, ketenangan, motivasi, dan optimisme dalam proses penyusunan tugas akhir ini.

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Terimakasih terkhusus kedua orangtua, papah tersayang Poniman,ST dan mamah tersayang Tri Ambarwati yang selalu mendo'akan dan mendukung dengan tulus;
2. Terimakasih kepada para Dosen yang sudah bersedia memberikan banyak ilmu pengetahuan;
3. Terimakasih kepada Pakde Edi yang sudah seperti bapak kedua untuk saya, yang senantiasa mendukung dan mendoakan dengan setulus hati;
4. Terimakasih kepada adik adikku tercinta Bagas Aji Sadewo, Chelsea Amira Larasati, Damar Syahid Wintana, dan Eshal Naladipa yang membuat saya selalu termotivasi untuk menjadi contoh yang baik untuk mereka;
5. Terimakasih kepada Fery Setiawan yang tidak ada habisnya memberikan semangat dan dukungan;
6. Serta terimakasih kepada sahabat sahabatku Faradila Rachmadia, Maghfira Aulia Rahma, dan Bia Alvasa yang selalu mendukung agar bisa lulus bersama.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil 'Alamin, puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala Tuhan semesta alam yang telah mengaruniai rahmat serta hidayah-Nya kepada semesta dan semua makhluk-Nya. Terutama peneliti sangat berterimakasih atas kehadiran Allah SWT atas segala ketenangan, motivation, dan optimisme sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian ini dengan tepat pada waktunya. Shalawat beserta salam akan selalu dihaturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah mengantarkan umat manusia hingga berada pada kondisi saat ini. Yaitu kondisi yang penuh dengan cahaya ilmu dan pendidikan.

Dan tak lupa saya berterima kasih kepada para stakeholder yang ikut serta mendukung dalam proses penyusunan hasil penelitian ini dengan baik hingga selesai. Para stakeholder tersebut antara lain:


1. Prof. Dr. M. Zainuddin, MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang;
2. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang;
3. Muhammad Jamaluddin, M.Si., selaku Dosen Pembimbing 1 (Satu), atas dedikasi, support, motivation, guidance, contribution serta advices dalam mengkonstruksi penelitian ini;

4. Umdatul Khoirot, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing 2 (dua) atas support, motivation, guidance, contribution serta advices dalam mengkonstruksi penelitian ini;
5. Rika Fu'aturosida, S.Psi, M.A., selaku Dosen Wali, atas dedikasi dan bimbingannya selama masa perkuliahan;
6. Segenap Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang;
7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penelitian ini.

Penelitian ini, masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti berinisiatif untuk mengapresiasi berbagai macam kritik dan saran (discussion) yang bersifat konstruktif, inovatif, produktif, dan kreatif. Untuk itu, peneliti ucapkan terima kasih.

Malang, 29 Maret 2023

Peneliti,



Amalia Nabilah Fatim
NIM. 19410164

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian	13
BAB II KAJIAN TEORI	14
A. <i>Self Acceptance</i>	
1. Pengertian <i>Self Acceptance</i> (Penerimaan Diri).....	14
2. Aspek-Aspek <i>Self Acceptance</i>	16
3. Faktor-Faktor <i>Self Acceptance</i>	17
4. <i>Self Acceptance</i> dalam Perspektif Islam.....	19
B. Kecenderungan <i>Body Dismorphic Disorder</i>	
1. Pengertian Kecenderungan <i>Body Dismorphic Disorder</i>	21
2. Aspek Kecenderungan <i>Body Dismorphic Disorder</i>	23
3. Faktor Kecenderungan <i>Body Dismorphic Disorder</i>	25
4. Kecenderungan <i>Body Dismorphic Disorder</i> menurut perspektif Islam....	27

C. Pengaruh <i>Self Acceptance</i> terhadap Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	29
D. Hipotesis Penelitian.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	34
C. Definisi Operasional.....	34
D. Populasi dan Sampel	35
1. Populasi.....	35
2. Sampel.....	35
E. Metode Pengumpulan Data	36
F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	40
H. Teknik Analisis Data.....	43
1. Uji Asumsi.....	43
2. Analisis Deskriptif.....	44
3. Uji Hipotesis.....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Gambaran Objek Penelitian	48
1. Sejarah Singkat UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	48
2. Visi, Misi, dan Tujuan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	49
B. Gambaran Responden Penelitian	50
C. Waktu dan Tempat Penelitian	51
D. Hasil Penelitian	51
1. Uji Validitas Instrumen.....	51
2. Uji Reliabilitas.....	54
3. Uji Asumsi.....	55
4. Analisis Deskripsi Data	56
5. Uji Hipotesis.....	64
E. Pembahasan.....	68

1. Tingkat <i>Self Acceptance</i> Mahasiswi Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	68
2. Tingkat Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i> Pada Mahasiswi Perempuan Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	71
3. Pengaruh <i>Self Acceptance</i> Terhadap Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i> Pada Mahasiswi Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	74
F. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN-LAMPIRAN	88

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala <i>Self Acceptance</i> dan Kecenderungan <i>BDD</i>	38
Tabel 3.2 Blueprint Skala <i>Self Acceptance</i>	39
Tabel 3.3 skala kecenderungan <i>body dysmorphic disorder</i>	40
Tabel 3.4 Kriteria Reliabilitas	42
Tabel 3.5 Kategorisasi	46
Tabel 4.1 Gambaran Responden.....	50
Tabel 4.2 Uji Validitas Skala <i>Self Acceptance</i>	52
Tabel 4.3 Uji Validitas Skala Kecenderungan <i>Body Dismorphic Disorder</i>	53
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self Acceptance</i>	54
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecenderungan <i>BDD</i>	54
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas.....	55
Tabel 4.7 Hasil Uji Linieritas	56
Tabel 4.8 Statistik Deskriptif <i>Self Acceptance</i>	57
Tabel 4.9 Norma Pembagian Kategorisasi	57
Tabel 4.10 Kategori Tingkat <i>Self Acceptance</i>	57
Tabel 4.11 Deskripsi Kategori Tingkat <i>Self Acceptance</i>	58
Tabel 4.12 Deskripsi Kategori Tingkat Indikator <i>Self Acceptance</i>	59
Tabel 4.13 Statistik Deskriptif Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i> ...	60
Tabel 4.14 Norma Pembagian Kategorisasi	61
Tabel 4.15 Kategori Tingkat <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	61
Tabel 4.16 Deskripsi Kategori Tingkat <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	62
Tabel 4.17 Deskripsi Kategori Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i> ..	63
Tabel 4.18 <i>Model Summary</i>	64
Tabel 4.19 Tabel Hasil Signifikansi	65
Tabel 4.20 Faktor Pembentuk Utama <i>Self Acceptance</i>	66
Tabel 4.21 Faktor Pembentuk Utama Kecenderungan <i>BDD</i>	67

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 1.1 Membandingkan Fisik nya dengan Oranglain.....	5
Diagram 4.1 Kategorisasi Tingkat <i>Self Acceptance</i>	58
Diagram 4.2 Kategorisasi Tingkat <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala <i>Self Acceptance</i>	88
Lampiran 2 Skala Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	90
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas <i>Self Acceptance</i>	92
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Kecenderungan BDD	94
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas	96
Lampiran 6 Hasil Uji Normalitas	97
Lampiran 7 Hasil Uji Linieritas	98
Lampiran 8 Uji Hipotesis	99
Lampiran 9 Skor Responden Skala <i>Self Acceptance</i>	100
Lampiran 10 Skor Responden Kecenderungan BDD.....	108

ABSTRAK

Fatin, Amalia Nabilah. 2023. *Pengaruh Self Acceptance terhadap Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Mahasiswi Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.* Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Muhammad Jamaluddin, M.Si

Umdatul Khoirot, M.Psi

Kecenderungan *Body dysmorphic disorder* adalah gangguan dimana seseorang akan merasa malu dengan penampilannya dan terlalu fokus pada penampilan mereka sampai melakukan hal-hal untuk bisa memperbaiki kekurangan tersebut. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* lebih banyak dialami oleh remaja dan dewasa awal, karena pada usia remaja dan dewasa awal lebih mudah terpengaruh oleh citra tubuh yang ideal. Fenomena ini juga ditemukan di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Ketidakpuasan seseorang terhadap penampilan fisiknya menunjukkan bahwa orang tersebut memiliki penerimaan diri (*self acceptance*) yang negatif. Adapun tujuan penelitian ini 1) Mengetahui tingkat *self acceptance* mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2) Mengetahui tingkat *body dysmorphic disorder* mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 3) Mengetahui pengaruh antara *self acceptance* dengan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa kuesioner dengan *self acceptance* sebagai variabel bebas, dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebagai variabel terikat. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* dan jumlah responden dalam penelitian ini adalah 226 mahasiswi. Metode pengumpulan data menggunakan skala likert dengan teknik analisa data menggunakan analisa regresi linier sederhana.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self acceptance* mahasiswi mayoritas pada tingkat sedang dengan presentase 57,1% (129 mahasiswi). Sedangkan untuk tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* mahasiswi mayoritas pada tingkat sedang dengan presentase 52,7% (119 mahasiswi). Berdasarkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,643 yang berarti bahwa sumbangan relatif yang diberikan *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 64,3%. Artinya pengaruh *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 64,3% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci: Self Acceptance, Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder

ABSTRACT

Fatin, Amalia Nabilah. 2023. *The Effect of Self-Acceptance with Body Dysmorphic Disorder on Student State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang*. Thesis. Psychology Department. Faculty of Psychology. State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Advisor: Muhammad Jamaluddin, M.Si

Umdatul Khoirot, M.Psi

Body dysmorphic disorder is a disorder in which someone feels ashamed of their appearance and focuses too much on their appearance to do things to correct these deficiencies. *Body dysmorphic disorder* is common in adolescents and early adults because adolescents and early adults are more easily influenced by ideal body image. This phenomenon is also found at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. A person's dissatisfaction with his physical appearance indicates that the person has low *self-acceptance*. The objectives of this study are 1) To determine the level of *self-acceptance* of female students of the class of 2019 at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. 2) To find out the level of *body dysmorphic disorder* for female students class of 2019 at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. 3) To determine the effect of *self-acceptance* and *body dysmorphic disorder* on female students class of 2019 at UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

This research is quantitative research with a correlational approach. The data collection technique used is in the form of a questionnaire with *self-acceptance* as the independent variable, and *body dysmorphic disorder* as the dependent variable. Sampling used a random sampling technique and the number of respondents in this study was 226 female students. The data collection method uses a Likert scale with data analysis techniques using linear regression analysis.

The results of this study indicate that the majority of female students' *self-acceptance* is at a moderate level with a percentage of 57.1% (129 female students). As for the level of *body dysmorphic disorder*, the majority of female students are at a moderate level with a percentage of 52.7% (119 female students). The results of the correlation test showed that there was a negative relationship between *self-acceptance* and *body dysmorphic disorder* with a value of $r = 0.802$: $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The results of the analysis show that the effect of *self-acceptance* on body dysmorphic disorder is 64.3%. This means that the higher the *self-acceptance* a student has, the lower the student will experience a tendency for *body dysmorphic disorder*.

Keywords: Self Acceptance, Body Dysmorphic Disorder

مستخلص البحث

فاتن ، أماليا نبيلة.2023. أثر قبول الذات مع اضطراب تشوه الجسم على طالبات جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. البحث الجامعي . كلية علم النفس جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.
المشرف 1: محمد جمال الدين، ماجستير في العلوم.
لمشرفة 2: عمدة خيرات, ماجستير في علم النفس.

اضطراب تشوه الجسم هو اضطراب يشعر فيه الشخص بالخجل من مظهره ويركز كثيرًا على مظهره حتى يفعل أشياء لتصحيح أوجه القصور هذه. يعد اضطراب تشوه الجسم أكثر شيوعًا عند المراهقين والبالغين في وقت مبكر، لأن المراهقين والبالغين يتأثرون بسهولة صورة الجسم المثالية. تم العثور على هذه الظاهرة أيضًا في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج يشير عدم رضا الشخص عن مظهره الجسدي إلى انخفاض قبوله لذاته. أهداف هذا البحث هي (1) لمعرفة مستوى القبول الذاتي لطالبات لمرحلة 2019 في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج (2) لمعرفة مستوى اضطراب تشوه الجسم لطالبات لمرحلة 2019 في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج (3) تحديد تأثير قبول الذات واضطراب تشوه الجسم على طالبات لمرحلة 2019 في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

هذا البحث هو بحث كمي مع نهج ارتباط. تكون تقنية جمع البيانات المستخدمة في شكل استبيان مع قبول الذات كمتغير مستقل، واضطراب تشوه الجسم كمتغير تابع. استخدم أخذ العينات أسلوب أخذ العينات العشوائية وكان عدد المستجيبين في هذا البحث 226 طالبة. تستخدم طريقة جمع البيانات مقياس ليكرت مع تقنيات تحليل البيانات باستخدام تحليل الانحدار الخطي.

تشير نتائج هذا البحث إلى أن غالبية الطالبات يتقبلن الذات عند مستوى متوسط بنسبة 57.1% (129 طالبة). أما على مستوى اضطراب تشوه الجسم فغالبية الطالبات متوسطات بنسبة 52.7% (119 طالبة). أظهرت نتائج اختبار الارتباط وجود علاقة سلبية بين قبول الذات واضطراب تشوه الجسم بقيمة $r = 0.802$; $p = 0.000$ ($p < 0.05$). تظهر نتائج التحليل أن تأثير قبول الذات على اضطراب تشوه الجسم هو 64.3%، وهذا يعني أنه كلما زاد قبول الطالبات لنفسها، كلما انخفض ميل الطالبات إلى الإصابة باضطراب تشوه الجسم.

الكلمات المفتاحية: قبول الذات ، اضطراب تشوه الجسم

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa Dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai umur 25 tahun. Pada masa ini seseorang menyelesaikan masa sekolah menengah atas dan melanjutkan masa perguruan tinggi. Dengan memasuki tahap baru, tentunya akan mengubah kebiasaan dan cara pandang seseorang. Seperti cara seseorang berpenampilan, cara orang bergaul dengan teman-teman dan lingkungan, mengeksplorasi berbagai gaya hidup.

Banyak hal yang akan dilakukan oleh seseorang agar dapat diterima di lingkungan yang baru salah satunya yaitu dengan memiliki penampilan yang sempurna dan menarik. Masa perguruan tinggi sangat berbeda dengan masa SD sampai dengan SMA yang selalu memakai seragam sekolah dan tidak bisa mengeksplor penampilan. Setelah memasuki masa perguruan tinggi seorang mahasiswi bisa mengeksplor bagaimana cara dia berpenampilan, dan tidak menggunakan seragam. Sebagai seorang mahasiswi memiliki penampilan rapih dan menarik merupakan hal yang wajib dilakukan. Penampilan rapih dan menarik adalah gambaran umum dari seorang akademika.

Akademika adalah orang yang berpendidikan lebih untuk menciptakan identitas diri dengan cara berpenampilan rapih dan menarik. Selain itu mahasiswi yang memiliki penampilan baik dan menarik juga akan lebih mudah di terima dilingkungan pergaulan yang baru. Sebagaimana sudah dijelaskan oleh Mathes (dalam Hurlock, 1980;255) bahwa jika seseorang memiliki penampilan yang menarik akan diterima di dalam pergaulan dan sebaliknya jika seseorang memiliki penampilan yang tidak menarik akan menghambat pergaulan. Karena pentingnya memiliki berpenampilan yang sempurna dan menarik dikalangan mahasiswi membuat mereka melakukan berbagai cara agar memiliki penampilan fisik yang menarik seperti olahraga, menggunakan *make up*, bahkan ada juga yang melakukan operasi.

Sudah banyak wanita memiliki pandangan diri yang baik namun tidak sedikit dari para mereka yang memiliki pandangan buruk tentang dirinya. Hal ini diperkuat oleh artikel yang dimuat oleh Berita Satu.2018 "*Perempuan Berpikir Bentuk Tubuhnya Bermasalah*". www.beritasatu.com/news/130854/97-perempuan-berpikir-bentuk-tubuhnya-bermasalah. diakses pada 2 Desember 2022. Dari hasil survey yang dilakukan dr Kearney-Cooke bersama majalah *Glamour* terungkap bahwa 97% perempuan, setiap harinya dalam menjalani aktivitas, merasa tak puas dengan bentuk tubuhnya dan kerap berpikir negatif. Studi tersebut melibatkan 300 perempuan dengan bentuk tubuh berbeda-beda. Semua responden diminta menuliskan perkataan buruk tentang tubuhnya yang

mereka katakan ke diri sendiri setiap hari. Rata-rata, masing-masing perempuan memiliki 13 pikiran negatif terhadap tubuhnya. Perkataan tentang bentuk tubuh yang negatif bisa saja terpicu dari media dan teman-teman, namun, akarnya tetap pada diri masing-masing. Citra tubuh yang negatif tersebut mempengaruhi suatu individu mengalami gejala kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

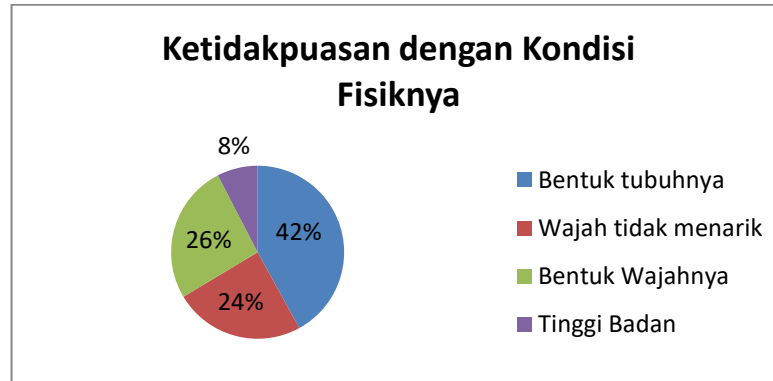
Kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan muncul ketika individu terlalu memperhatikan fisiknya secara berlebihan. Individu dapat dikatakan mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*, saat dirinya sibuk dengan penampilan mereka secara keseluruhan (Andri S.Bjornson, 2010; 222). Kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan salah satu gangguan yang di tandai dengan gejala- gejala yang muncul antara lain disibukkan dengan fitur fisik yang mereka anggap cacat dan ada riwayat komponen perilaku berulang yang berfokus pada anomali fisik yang dirasakan, seperti memeriksa diri sendiri secara obsesif di cermin, atau berdandan untuk menyembunyikan atau memperbaiki kekurangan yang dirasakan, atau mencari kepastian dari orang lain tentang mereka penampilan tanpa kepuasan.

Berdasarkan hasil survei pra penelitian yang dilakukan mulai tanggal 1 Desember 2022 kepada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang . Survei tersebut disebarkan pada 125 mahasiswi. Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa 119 (95,2%) orang mahasiswi

memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Dari 119 (95,2%) orang yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* diantaranya 27 (21,6%) orang mahasiswi selalu merasa khawatir dengan penampilan fisiknya, 66 (52,8%) orang mahasiswi sering merasa khawatir dengan penampilan fisiknya, 26 (20,8%) orang mahasiswi terkadang merasa hal tersebut. Sedangkan sisa dari 119 (95,2%) orang yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah 6 (4,8%) orang tidak pernah merasa khawatir dengan penampilan fisiknya. (Survei dilakukan oleh peneliti)

Selain itu peneliti juga mencari tahu apakah subjek pernah membandingkan penampilan fisiknya dengan penampilan oranglain. Dari 119 mahasiswi yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* mendapatkan hasil yaitu sebanyak 50 (42%) orang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, 29 (24,4%) orang merasa wajahnya tidak menarik, 31 (26%) orang merasa tidak puas dengan bentuk wajahnya, dan 9 (7,6%) orang merasa tidak puas dengan tinggi badannya. Berikut diagram hasil survei kekhawatiran mahasiswi terhadap penampilan fisiknya: (Hasil survei 1 Desember 2022)

Diagram 1.1 Membandingkan Fisik nya dengan Oranglain



Data di atas diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada perwakilan 1 orang dari beberapa Fakultas yang berada di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Subjek pertama merupakan mahasiswi Fakultas Psikologi, subjek LL berusia 21 tahun. Wawancara dilakukan pada 22 November 2022. Subjek mengatakan terkait bentuk tubuh yang dianggap tidak ideal, bahwa dia masih belum menerima bahwa dirinya memiliki badan yang “gendut”. Ia merasa bahwa badannya lebih besar dibandingkan teman-temannya yang lain. Dibuktikan dengan hasil wawancara yang ia katakan:

“Ya badan saya lebih gendut dan lebih besar dari teman-teman saya yang lain. Saya juga kadang pakai baju gak PD, karena kadang merasa ga pantes saja pakai baju itu. Liat oranglain pakai baju model terbaru bagus bagus saja, tapi pas saya coba kenapa jelek. Saya sudah diet coba kurangi makan tapi kenapa susah banget buat nurunin berat badan. Sampe saya pusing sendiri bagaimana lagi cara biar saya bisa nurunin berat badan saya.”

Subjek kedua AL merupakan mahasiswi Fakultas Syariah dilakukan pada 23 November 2022, mengatakan terkait wajahnya tidak menarik dikarenakan memiliki banyak jerawat di muka. Subjek merasa tidak pantas memakai make up di mukanya yang berjerawat. Subjek sudah berusaha untuk menggunakan skincare untuk menghilangkan jerawatnya, tapi tidak bisa menghilangkan jerawat yang banyak di mukanya dengan cepat. Bahkan subjek sudah mencoba beberapa jenis skincare tapi terkadang tidak berpengaruh apapun. Kulitnya yang sensitif membuat subjek mudah jerawat. Dibuktikan dengan hasil wawancara yang ia katakan:

“Saya minder banyak jerawat, sampe capek saya buat ngobatin jerawatnya. Pakai make up jadi ga pantes karena muka penuh sama jerawat. Kalo teman-teman lagi ngobrol terus ngomongin make up atau skincare mending aku diem saja kalo ga aku pura pura ke toilet atau ngelakuin hal lain. Malu di depan teman teman yang kulitnya bagus mulus”

Subjek ketiga VI mahasiswi Fakultas Humaniora dilakukan pada Selasa, 29 November 2022. Subjek mengatakan bahwa dirinya merasa bahwa terdapat salah satu bentuk tubuh yang dianggapnya kurang sesuai harapan.

“saya merasa tidak percaya diri pada bagian dada, dimana sebagai perempuan sudah dapat dipastikan memiliki keinginan untuk mempunyai tubuh yang proporsional, idea dan bagus sesuai standart kecantikan di Indonesia. Saya juga suka membandingkan badan saya dengan perempuan lain, suka iri saja sama yang badannya bagus.”

Subjek ke empat SI dari Fakultas Ekonomi, dilakukan wawancara pada hari Selasa, 29 November 2022. Subjek mengatakan terkait tinggi badannya, dia memiliki tubuh yang lebih pendek dibandingkan teman-temannya yang lain. Selain itu subjek merasa tidak percaya diri dengan tinggi badannya. Subjek juga merasa bahwa dia tidak bagus memakai pakaian tertentu.

Berdasarkan hasil survei dan diperkuat oleh wawancara kepada mahasiswi dari beberapa Fakultas yang berada di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan bahwa terdapat gejala-gejala atau ciri-ciri bahwa seseorang itu mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* dapat diartikan jika individu memiliki beberapa perilaku yang mengarah pada gejala-gejala umum pada *body dysmorphic disorder*. Sedangkan gangguan *body dysmorphic disorder* mengarah kepada mendiagnosis dengan menggunakan pengukuran sendiri yang berhubungan dengan gangguan *body dysmorphic disorder*. Kriteria diagnostik gangguan *body dysmorphic disorder* menurut DSM-V antara lain, (1) terdapat satu atau lebih cacat atau kekurangan yang dirasakan dalam penampilan fisik, (2) selama perjalanan gangguan individu telah melakukan perilaku berulang (misalnya memeriksa cermin, dandanan berlebihan, mencari kepastian) atau tindakan mental (misalnya, membandingkan penampilan dengan orang lain) dalam menanggapi masalah penampilan, (3) preokupasi menyebabkan penderitaan yang bermakna secara klinis atau gangguan

dalam fungsi sosial, pekerjaan, atau fungsi penting lainnya, (4) preokupasi penampilan tidak lebih baik mungkin disebabkan oleh gangguan jiwa lain seperti ketidakpuasan akan bentuk tubuh dan ukuran pada anoreksia nervosa. Untuk mendiagnosis juga harus dibantu oleh para ahli dibidangnya seperti psikolog. Pada penelitian ini, masalah yang dikaji lebih kepada kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Phillips (2009) menjelaskan beberapa faktor yang mampu mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* antara lain faktor genetik yang terdiri dari peran gen dan perhatian berlebihan pada detail kecil. Faktor berikutnya yaitu faktor psikologi yang terdiri dari pengalaman hidup, pengusikan/pengejekan, nilai dan sifat kepribadian. Yang terakhir merupakan faktor sosial budaya. Pada faktor psikologi terdapat nilai dan sifat kepribadian dimana orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* tidak bersifat asertif, terlalu reaktif secara emosional terhadap tanggapan dan kritik, memiliki harga diri dan penerimaan diri yang rendah karena tidak bisa menerima apa yang mereka miliki.

Menurut Gunarsa (1999) Penerimaan diri merupakan sebuah tolak ukur sejauh mana individu mampu menerima karakter yang dimilikinya dan menggunakannya untuk menjalani kelangsungan hidup. Individu yang dapat menerima dirinya akan mengetahui potensinya dan bebas untuk menggunakannya, dan juga mengetahui kekurangan pada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri. Penerimaan diri dimana sikap yang

mencintai dirinya sendiri, merasa senang dengan apa yang dia miliki di dalam dirinya, dan mampu memberikan pengakuan terhadap keterbatasan yang ada pada dirinya. Penerimaan diri sangat penting untuk kesehatan mental. Seseorang yang bisa menerima dirinya sendiri tidak akan membiarkan emosi negatif berlama-lama ada dalam dirinya. Orang yang mampu menerima dirinya sendiri berusaha untuk tidak memiliki beban perasaan terhadap dirinya sendiri melainkan berusaha bisa menyesuaikan dengan lingkungan sekitarnya..

Penerimaan diri adalah seseorang yang dapat menerima dirinya tanpa syarat, termasuk kelemahannya sendiri. Kekuatan dan kepercayaan diri untuk menjalankan kehidupan dengan berbagai masalah sesuai dengan karakteristiknya, sehingga penerimaan diri mengarah pada konsep diri yang positif dan dapat berkembang secara optimal (Dewi,2017;14). Penerimaan diri yang negatif dapat terjadi karena adanya pengaruh dari budaya dan standarisasi masyarakat mengenai penampilan dan kecantikan, yang meliputi konsep kurus, gemuk, indah dan menawan ketika dilihat. Penerimaan diri memiliki pengaruh terhadap bagaimana cara individu memandang dirinya. Menurut Ridha (dalam Maulida Mutaqin,2019;8) mahasiswi sekarang sulit untuk menerima kondisi fisik mereka. Terutama ketika individu tersebut berada dalam pergaulan yang orang-orangnya banyak membicarakan fisik orang lain. Kedua, ketika berbicara tentang seseorang dengan tipe tubuh ideal, mereka membandingkan diri mereka dengan orang tersebut dan menjadi tidak dapat menerima kondisi mereka.

Penerimaan diri akan dicapai jika individu memenuhi aspek aspek dalam diri dengan keadaan yang seimbang dengan keadaan yang sebenarnya dan yang diinginkan oleh individu. Proses seseorang untuk menerima dirinya dapat membuat individu terbebas dari rasa malu, rasa khawatir, rasa cemas akan adanya penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya. Penerimaan diri erat kaitannya dengan penerimaan terhadap kondisi fisik yang dimiliki oleh individu. Hal serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Salsabilla dan Maryatmi (2023) yang memfokuskan pada hubungan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA BPS&K 1 Jakarta. Salsabila (2023:18) menemukan bahwa adanya hubungan dengan arah yang *negatif* dan signifikan. Yaitu semakin rendah *self acceptance* maka semakin tinggi tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA BPS&K 1 Jakarta.

Penelitian lain terkait pengaruh *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* juga dilakukan oleh Muttaqin (2019) dengan judul “Keterkaitan Harga Diri dan Penerimaan Diri Dengan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Mahasiswa” yang memfokuskan pada keterkaitan harga diri dan penerimaan diri dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa. Muttaqin (2019:7) menunjukkan terdapat hubungan *negatif* antara kecenderungan *body dysmorphic disorder* mahasiswa tinggi, maka penerimaan diri yang dimiliki mahasiswa tersebut tergolong rendah. Individu yang memiliki

tingkat penerimaan diri yang tinggi maka mereka akan cenderung menerima keadaan dirinya baik kelebihan maupun kekurangannya. Begitupula dengan keadaan fisiknya, mereka akan menerima kelebihan dan kekurangan fisiknya.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* juga terjadi pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang ditulis oleh Nabella (2019) menunjukkan adanya kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi Fakultas Psikologi. Pada penelitian ini dijelaskan bahwa 92 (71,32%) mahasiswi memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*; yang mana 7 (5,43%) mahasiswi sangat sering merasa tidak puas dengan penampilan fisik dan memperhatikan kekurangan yang dimilikinya, 16 (12,4%) mahasiswi sering merasakan hal tersebut, 69 (53,49%) mahasiswi terkadang sering merasakan hal tersebut. Sedangkan 37 (28,68%) mahasiswi lainnya merasa puas dengan penampilan fisik yang dimilikinya. Dalam penelitian ini juga dijelaskan bahwa individu mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* dikarenakan adanya persepsi yang berlebihan atau kepercayaan diri yang salah mengenai bagian tubuhnya sehingga individu tersebut memperlakukan bagian tubuh yang sebenarnya terlihat baik-baik saja

Berdasarkan pemaparan fenomena dan data di atas, self acceptance terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* menarik untuk diteliti. Karena jika tidak memiliki penerimaan atau *self acceptance* yang baik, maka akan berdampak negatif terhadap kecenderungan *body dysmorphic*

disorder pada mahasiswi. Berdasarkan referensi penelitian yang dilakukan oleh Salsabilla & Maryatmi (2023) dan Muttaqin (2019), serta penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh Nabella (2019) di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti ingin mengembangkan penelitian Nabella (2019) dengan populasi yang lebih luas yaitu penelitian yang mengambil populasi angkatan 2019 di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dengan demikian, peneliti ingin mengkaji topik tersebut lebih dalam dengan mengangkat judul “Pengaruh *Self Acceptance* Terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Mahasiswa Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat penerimaan diri (*self acceptance*) pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Apakah ada pengaruh tingkat penerimaan diri (*self acceptance*) terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat penerimaan diri (*self acceptance*) pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Untuk mengetahui tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Untuk mengetahui pengaruh tingkat penerimaan diri (*self acceptance*) terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan menambah sumbangsiah dalam pengembangan psikologi positif yang berkaitan dengan ranah psikologi klinis. Khususnya terkait dengan penerimaan diri (*self acceptance*) dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi penelitian-penelitian selanjutnya terkait dengan penerimaan diri (*self acceptance*) dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Self Acceptance*

1. Pengertian *Self Acceptance* (Penerimaan Diri)

Menurut Hurlock (2006) *self acceptance* atau penerimaan diri adalah tindakan seseorang yang mampu mempertimbangkan karakteristik personal tersebut. Sedangkan menurut Sheerer (1949:169) penerimaan diri adalah sikap yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahannya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan individu terhadap kelebihan sekaligus kelemahan dirinya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.

Penerimaan diri atau self acceptance diwujudkan dengan seseorang mengakui kelebihan dirinya, menerima kekurangan dirinya tanpa menyalahkan orang lain, dan memiliki keinginan terus menerus untuk memperbaiki diri agar menjadi lebih baik. mereka untuk hidup Anda. Permatasari (2016:140) bahwa penerimaan diri adalah kondisi dimana seseorang sudah dapat mengetahui karakteristik nya sendiri baik kekurangan maupun kelebihan, serta dapat menjalankan kehidupan dengan integritas yang baik.

Menurut Ali & Asrori (2012) penerimaan diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhankebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu berada.

Menurut Chaplin (2005:250) penerimaan diri merupakan sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan sendiri. Hal itu didukung oleh Supratiknya (1995) menyatakan bahwa penerimaan diri atau menerima diri dimana kondisi individu yang memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan oranglain serta tidak memiliki pikiran negatif terhadap diri sendiri. Jadi, individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis tentang potensi yang dimilikinya, yang dikombinasikan dengan penghargaan atas dirinya secara keseluruhan. Artinya, individu ini memiliki kepastian akan kelebihan-kelebihannya, dan tidak mencela kekurangan-kekurangan dirinya. Individu yang memiliki penerimaan diri mengetahui potensi yang dimilikinya dan dapat menerima kelemahannya.

Penerimaan diri adalah penilaian yang realistis terhadap kemampuan seseorang yang berkesinambungan dengan penghargaan terhadap keberhargaan dirinya, jaminan dirinya tentang batasan (standar) pendiriannya tanpa merasa terendahkan oleh opini orang lain dan penilaian

realistis dari keterbatasan dirinya tanpa menyalahkan dirinya secara tidak rasional. Orang yang menerima dirinya mengenali kemampuan dirinya dan dapat menggunakan kemampuan dirinya dengan bebas serta mengenali kelemahan dirinya tanpa menyalahkan diri sendiri Jersild (1957).

Berdasarkan berbagai pendapat dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah bagaimana cara seseorang untuk bisa mengontrol dirinya dan mengetahui apa yang ada dalam pikirannya agar dapat dengan mudah menerima segala yang terjadi dari perbuatannya.

2. Aspek-Aspek *Self Acceptance*

Penerimaan diri memiliki beberapa aspek menurut Morgado et al (2014) yakni :

a. Body Acceptance

Mengekspreskan kenyamanan dan cinta pada tubuh, meskipun tidak sepenuhnya puas dengan semua aspek yang ada di tubuh kita.

b. Self Protection From Negative Judgment form Other

Seseorang yang tidak memikirkan segala komentar negatif yang diucapkan orang lain kepada kita.

c. Feeling and Believing in One's Capacities

Percaya dan tidak ragu akan kapastitas yang kita miliki dengan mengenali, menghargai, dan terus mengembangkan segala kapasitas yang ada dalam diri kita.

3. Faktor-Faktor *Self Acceptance*

Menurut *Hurlock* (2006) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, diantaranya seperti berikut:

a. Pengetahuan Diri

Pengetahuan diri adalah kesadaran, perspektif, dan kesadaran untuk jujur, realistis, dan menerima diri sendiri apa adanya. Kesiapan untuk menerima situasi diri sendiri secara realistis meningkatkan penerimaan diri. Kurangnya pengetahuan diri mungkin karena ketidaktahuan, berpura-pura disukai orang lain, atau kurangnya kesempatan untuk menemukan siapa diri Anda sebenarnya. Ketika individu dapat memahami diri mereka sendiri, mereka menjadi lebih menerima diri mereka sendiri. Orang yang mampu menerima diri sendiri lebih cenderung menghargai kelemahan orang lain.

b. Adanya Hal yang Realistis

Seseorang yang dapat menerima dirinya sendiri harus realistis terhadap apa yang ingin dicapainya. Ketika individu secara realistis berharap untuk mencapai sesuatu, mereka memiliki kesempatan lebih besar untuk mencapai keinginan mereka. Ekspektasi yang realistis dapat muncul ketika tidak dibimbing oleh orang lain untuk mencapainya. Bahkan jika seseorang sudah memiliki tujuan yang realistis, mereka mungkin kesulitan untuk

mencapainya jika mereka kekurangan pengetahuan dan keterampilan.

c. Tidak Ada Hambatan dalam Lingkungan

Sekalipun individu memiliki harapan yang realistis, harapan tersebut sulit dipenuhi ketika lingkungan tidak mendukung mereka, memberikan peluang, atau bahkan menghalangi mereka. Hal ini dapat membuat individu berjuang untuk menerima dirinya sendiri. Seseorang akan lebih mudah menerima dirinya jika lingkungan mendukungnya. Ketika individu mampu mengatasi hambatan di lingkungannya, mereka akan berusaha lebih keras untuk berhasil dan puas dengan pencapaiannya.

d. Sikap Masyarakat yang Menyenangkan

Seseorang yang diterima baik oleh masyarakat membawa penerimaan diri yang baik bagi orang tersebut. Sikap realistis dan harapan lingkungan membantu individu memahami kekuatan dan kelemahan mereka sendiri.

e. Tidak Adanya Tekanan Emosional yang Berat

Tekanan emosional yang kuat dapat menyebabkan gangguan fisik dan mental dan harus dihindari sebisa mungkin. Aktivitas yang padat dan berulang seperti lingkungan kerja dan pekerjaan rumah dapat menyebabkan kebosanan dan membuat individu depresi. Jika individu dapat menghindari tekanan yang ada, mereka dapat melakukan yang terbaik, rileks dan merasa bahagia. Keadaan ini

memainkan peran penting dalam pengembangan penilaian sosial yang mendasari harga diri dan penerimaan diri. Oleh karena itu, individu harus menghindari aktivitas dan hal-hal yang membuat mereka merasa tertekan atau stres sebanyak mungkin.

f. Pengaruh Keberhasilan

Segala sesuatu yang sudah pernah kita lakukan tidak selalu berhasil, pasti ada saatnya kita merasa gagal. Kegagalan dapat menyebabkan suatu penolakan yang ada dalam diri. Sedangkan saat kita meraih suatu kesuksesan atau keberhasilan akan menghasilkan penerimaan diri.

g. Memiliki Konsep Diri Yang Stabil

Jika individu memiliki konsep diri yang stabil atau baik maka dapat dengan mudah individu tersebut memiliki penerimaan diri yang positif, hal ini baik untuk dirinya sendiri maupun bagi orang lain.

4. *Self Acceptance* dalam Perspektif Islam

Seorang muslim yang bertakwa hendaknya memiliki keikhlasan dalam menerima kelebihan dan kelemahan dirinya. Bukan dengan cara membandingkan diri dengan kelebihan dan kelemahan orang lain. Perilaku tersebut dapat membuat individu semakin membenci dirinya dan jauh dari sifat qana'ah (sikap menerima dan merasa cukup). Dalam risalah itu ia membuka pembahasan qanaah dengan Surat Al-An'am ayat 97:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأَنُحْيِيَنَّاهُ حَيَاةً طَيِّبَةً

Artinya, “Siapa saja yang beramal saleh baik laki-laki maupun perempuan, sedangkan ia adalah orang beriman, maka kami akan menghidupkannya dengan kehidupan yang baik,” (Surat Al-An’am ayat 97).

Sifat qana’ah pada individu khususnya umat muslim dapat membawa pada kebaikan. Sifat qana’ah membuat masyarakat muslim menjadi sabar dan rendah hati dalam menerima segala ketetapan dari Allah swt, sehingga kehidupan di muka bumi ini akan menuju pada kedamaian.

Kemudian dalam Al-Quran surat Lukman ayat 22 Allah swt berfirman, yang artinya :

“Barang siapa yang menyerahkan dirinya kepada Allah sedangkan dia orang yang berbuat kebaikan, maka sesungguhnya ia telah berpegang pada buhul tali yang kokoh. Dan hanya kepada Allah lah kesudahan segala urusan”

Berserah diri yang dimaksud dalam Al-Quran surat Lukman ayat 22 adalah memasrahkan diri dan jiwa seutuhnya kepada Allah dengan disertai keyakinan bahwa Dia akan memberikan yang terbaik bagi umatnya. Berserah diri diartikan mengerahkan segala upaya yang

dimiliki untuk hasil terbaik, bukan dengan mengabaikan usaha. Ikhlas dalam menerima segala ketentuan baik berupa musibah ataupun nikmat yang dianugerahkan Allah.SWT.

B. Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*

1. Pengertian Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*

Phillips (2009), mendefinisikan Kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebagai preokupasi atau gangguan pada individu dimana dirinya memiliki sebuah imajinasi yang negatif serta beranggapan bahwa individu tersebut memiliki kecacatan pada penampilan fisiknya yang lama kelamaan berubah menjadi suatu kekhawatiran yang berlebihan meskipun individu tersebut sudah terlihat menarik di mata individu lain.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) adalah gangguan yang relatif umum yang terdiri dari preokupasi yang menyusahkan atau merusak dengan bayangan atau cacat kecil dalam penampilan. BDD umumnya dianggap sebagai gangguan spektrum obsesif-kompulsif, berdasarkan kemiripannya dengan gangguan obsesif-kompulsi. Gangguan ini dikaitkan dengan gangguan fungsi psikososial yang nyata dan terutama kualitas hidup yang buruk. Menurut Diana (2019:17) mengatakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan gangguan perasaan tidak puas dan khawatir dengan penampilan dan bentuk fisik yang dianggap tidak sempurna, jelek, ataupun cacat.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder (BDD)* merupakan kecenderungan pikiran negatif terkait kekurangan fisik yang menyebabkan gangguan psikologis sehingga tidak dapat menjalankan kehidupan sehari-hari dengan baik. Menurut Nurlita&Lisiswati (2016:81) Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder (BDD)* adalah preokupasi mengenai kerusakan atau kecacatan dalam penampilan fisik dan menyebabkan distress dan penurunan fungsi sosial. *Body dysmorphic disorder (BDD)* diartikan sebagai perasaan tidak puas yang berlebihan terhadap kondisi tubuh, pemikiran negatif dan irasional mengenai keadaan tubuh

Berdasarkan DSM-V (2013:243) *Body Dismorphic disorder (BDD)* adalah yang ditandai dengan gangguan atau gangguan pekerjaan dengan cacat ringan atau cacat yang dibayangkan dalam penampilan fisik. Pemahaman tentang kecenderungan *body dismorphic disorder* dapat berkisar dari baik hingga tidak ada/delusi (yaitu, keyakinan delusi yang terdiri dari keyakinan penuh bahwa pandangan individu tentang penampilan mereka akurat dan tidak terdistorsi). Banyak individu dengan gangguan dismorfik tubuh memiliki ide atau delusi referensi, percaya bahwa orang lain memperhatikan mereka secara khusus atau mengejek mereka karena penampilan mereka.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat dijelaskan bahwa Kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah perasaan tkhawatir dan tidak puas yang timbul karena merasa penampilan dan bentuk fisiknya cacat dibandingkan dengan orang lain.

2. Aspek Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*

Menurut Phillips (2009), terdapat beberapa aspek mengenai kecenderungan *body dysmorphic disorder*, yaitu:

a. Preokupasi

Individu dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* khawatir bahwa beberapa aspek dari penampilan mereka terlihat cacat. Mereka mungkin menggambarkan bagian tubuh mereka jelek, tidak menarik, cacat, "tidak benar", cacat, bahkan sebagai aneh, mengerikan, menjijikkan, atau mengerikan. Individu dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* memiliki lebih dari satu kali pemikiran bahwa mereka terlihat tidak menarik. Mereka terlalu memikirkan masalah penampilan mereka. Umumnya mereka menghabiskan setidaknya satu jam sehari untuk memikirkan kekurangan penampilan, rata-rata mereka menghabiskan antara 3 dan 8 jam sehari.

b. Distres atau Penurunan Fungsi

Distres, yaitu penderitaan emosional. Itu bisa termasuk perasaan depresi, sedih, cemas, khawatir, takut, panik, dan pikiran serta perasaan negatif lainnya. Jika seseorang mengalami

setidaknya kesusahan sedang karena penampilannya, ini sesuai dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Distres yang lebih parah seperti kecemasan parah, depresi, atau pemikiran bunuh diri karena masalah penampilan jelas menandakan adanya BDD.

Penurunan fungsi dapat mencakup masalah dengan aspek fungsi sosial apapun yang disebabkan oleh kecenderungan *body dysmorphic disorder*, seperti masalah didalam hubungan, bersosialisasi, keintiman, dan berada di sekitar orang lain. Individu dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* mereka mungkin menghindari situasi ini sebagian atau seluruh nya :

- Lingkungan persahabatan (kemampuan untuk mereka memiliki teman)
- Hubungan dengan teman
- Keintiman dan hubungan seksual
- Hubungan dengan pasangan
- Melakukan sesuatu dengan keluarga
- Pergi ke sekolah ataupun bekerja setiap harinya
- Memiliki pekerjaan atau bisa bersekolah
- Berfokus pada sekolah atau pekerjaan
- Menjadi produktif dan memenuhi ekspektasi di sekolah atau tempat kerja
- Mengerjakan pekerjaan rumah atau mempertahankan nilai

- Melakukan kegiatan penting seperti merawat anak atau orangtua
- Melakukan kegiatan sehari-hari.

3. Faktor Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*

Phillips (2009;128) berpendapat bahwa ada beberapa faktor penyebab kecenderungan *body dysmorphic disorder* antara lain:

a. Faktor Genetik

1) Peran Gen

Gen seseorang lahir dengan memberikan landasan penting bagi kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* terjadi bukan hanya disebabkan oleh satu gen tunggal saja, kemungkinan disebabkan oleh banyak gen yang berbeda. Gen meningkatkan risiko berkembangnya banyak faktor risiko lain.

2) Perhatian Selektif dan Berlebihan Pada Detail

Orang-orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* selektif dalam memperhatikan dan terlalu fokus pada penampilan dan kekurangan mereka. Kekurangan kecil pada penampilan terlihat menjadi lebih besar.

b. Faktor Psikologis

1) Pengalaman Hidup

Pengalaman masa kecil tertentu dapat meningkatkan risiko terkena kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Jika seorang anak belajar bahwa penampilan fisik itu sangat penting, belajar mengasosiasikan daya tarik fisik dengan yang diinginkan, dan mendapat perhatian positif.

2) Pengusikan / Pengejekan

Pengejekan adalah faktor yang dapat terjadi di masa kanak-kanak atau kapan saja dalam hidup. Sering mengejek telah dikaitkan dengan ketidakpuasan tubuh. Orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* mengatakan bahwa mereka lebih sering diejek, baik dalam hal penampilan maupun kompetensi. Orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* juga lebih sensitif terhadap ejekan dan mudah terluka dengan komentar-komentar terhadap penampilannya.

3) Nilai dan Sifat Kepribadian

Orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* cenderung perfeksionis dan selektif melihat kekurangan atau cacat pada penampilannya. Banyak orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* tidak asertif, terlalu reaktif secara emosional terhadap tanggapan dan

kritik, memiliki harga diri dan penerimaan diri yang rendah karena tidak bisa menerima apa yang mereka miliki.

c. Faktor Sosial Budaya

1) Masyarakat Fokus Pada Penampilan

Masyarakat yang memberikan banyak perhatian pada penampilan fisik yang menarik dan sesuai standar di masyarakat.

2) Pengaruh Budaya

Cara pandang terhadap penampilan fisik yang dilihat dari lingkungan budaya. Konsep kecantikan yang sudah menjadi standar pada budaya tersebut.

4. Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* menurut perspektif Islam

Islam telah menjelaskan dalam kitab suci Al-Quran maupun dalam Hadist bahwa Allah menciptakan seluruh makhluk-Nya di muka bumi ini dengan sebaik-baiknya, termasuk menciptakan manusia. Namun terkadang masih banyak manusia yang merasa kurang puas terhadap apa yang telah Allah ciptakan, seperti kurang terhadap tubuh yang dimiliki. Sebagaimana pada firman Allah dalam QS. At-Tin ayat 4, yakni sebagai berikut.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

Artinya: "*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*".

Allah.SWT menciptakan manusia dengan bentuk yang terbaik adalah dengan tujuan besar dan mulia yakni supaya manusia mengkhhususkan semua ibadahnya kepada Allah semata. Dengan Allah menciptakan manusia dengan bentuk yang sempurna, tetapi masih banyak manusia yang kurang bersyukur atas apa yang telah diberikan kepadanya. Hal ini telah dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah:152)

فَاذْكُرْ وِئِي اَذْكُرْ كُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَاَل تَكْفُرُونَ

Artinya: “Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku,”

Manusia yang bersyukur atas segala yang sudah diberikan oleh Allah akan dijauhkan dari rasa emosi, cemas dan iri hati. Manusia yang pandai bersyukur emosinya akan lebih stabil, sigap mencari solusi, melokalisir persoalan bukan melebarkannya kemana-mana, dan taktis mengatur strategi. Dengan segala keterbatasannya, orang yang bersyukur akan membuat skala prioritas. Siapapun tidak akan suka dengan orang yang selalu mengeluh, dan kalau dia punya problem seolah hanya dia satu-satunya di dunia orang yang punya masalah, dan semua orang harus memperhatikan masalahnya. Orang seperti ini tidak akan bertambah nikmat dari Allah.

C. Pengaruh *Self Acceptance* terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Menurut pendapat ahli dan beberapa penelitian terdahulu mengenai kecenderungan *body dysmorphic disorder* erat kaitanya dengan *self acceptance*, karena *self acceptance* merupakan faktor yang mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Menurut Phillips (2009) pada faktor psikologi kecenderungan *body dysmorphic disorder* terdapat nilai dan sifat kepribadian dimana orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* tidak bersifat asertif, terlalu reaktif secara emosional terhadap tanggapan dan kritik, memiliki harga diri dan penerimaan diri yang rendah karena tidak bisa menerima apa yang mereka miliki.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan kondisi dimana saat seseorang merasa dirinya memiliki kekurangan yang sangat kecil atau bahkan sebenarnya tidak memiliki kekurangan. Menurut Mehmet & Roizen (2010) kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan perasaan tidak puas dengan penampilannya, muncul perasaan bahwa terdapat kekurangan yang ada pada penampilan seperti tidak cantik, terlihat memalukan, dan muncul pikiran-pikiran negatif mengenai tubuh dan penampilannya

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan berhubungan dengan bagaimana cara seseorang memandang dirinya dan bagaimana seseorang dapat menerima dirinya. Jika penerimaan dirinya

negatif maka akan semakin tinggi pula kecenderungan *body dysmorphic disorder* terhadap diriya. Sebaliknya jika penerimaan diri yang dimiliki positif maka kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang terjadi juga negatif.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Azzura & Andjarsari (2023) dengan judul “Hubungan Antara *Self Esteem* dan *Self Acceptance* Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*” yang dilakukan di SMA 109 Jakarta pada siswi kelas 12. Penelitian ini mendapatkan hasil bawah dari 108 subjek penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan ke arah negatif antara *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Kemudian yang kedua terdapat hubungan ke arah yang signifikan ke arah negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Artinya semakin tinggi *self acceptance* dan *self esteem* yang dimiliki maka akan semakin rendah kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder*.

Penelitian yang mengkaji tentang kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan *self acceptance* sudah ada yang dilakukan oleh para peneliti dan dikaitkan dengan variabel lain seperti *self esteem*,kebermaknaan hidup dan *body image*. Akan tetapi kajian yang lebih spesifik tentang pengaruh *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* belum pernah peneliti temukan.

Terdapat kajian tentang *self acceptance* dalam penelitian yang dilakukan oleh Permatasari & Gamayanti (2016) bahwa yang dapat menerima dirinya akan memiliki harapan yang baik terhadap dirinya. Dimana orang tersebut memiliki harapan yang sesuai dengan kemampuan nya dan sesuai dengan apa yang dimilikinya. Orang yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung akan dapat dengan mudah mengerti terhadap kondisi yang tidak baik, selain itu juga dapat dengan mudah menerima kelebihan & kekurangan yang dimiliki dalam dirinya tanpa harus membandingkan dengan orang lain dan tidak menjadikan kekurangan sebuah masalah.

Cahyanti (2018) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan antara penerimaan diri terhadap kecenderungan dismorfik tubuh Pengunjung Fitness di Surabaya” menjelaskan bahwa semakin rendah seseorang untuk menerima apa yang dia miliki maka akan semakin tinggi seseorang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Dengan meningkatkan penerimaan diri yang dimiliki seseorang tentu akan mengurangi seseorang tersebut terkena kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Sehingga dari hasil tersebut diketahui bahwa terdapat hubungan antara *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Artinya *self acceptance* merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_a : Adanya pengaruh antara tingkat *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

H_o : Tidak adanya pengaruh antara tingkat *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

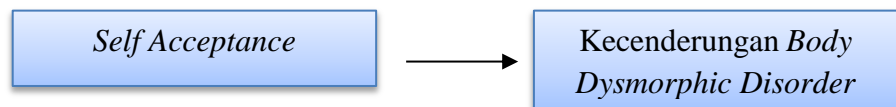
Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang datanya berupa angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya. Menurut Sugiyono (2016:16) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai penelitian yang belandaskan pada filsafat potisifisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknis pengambilan sampel biasanya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Secara lebih rinci, di dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pendekatan korelasional adalah sebuah penelitian yang bertujuan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan koefisien korelasi.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Azwar (2005: 59) dikatakan variabel dikarenakan secara kuantitatif ia dapat bervariasi. Dua variabel dalam penelitian ini antara lain:

1. Variabel bebas (independent) adalah variabel yang pengaruhnya terhadap variabel lain ingin diketahui (Azwar,2005:62) Variabel X atau bebas dalam penelitian ini adalah *Self Acceptance*.
2. Variabel terikat (dependent) merupakan variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain (Azwar,2005:62). Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah kecenderungan *body dysmorphic disorder*.



C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi mengenai variabel yang akan dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut (Azwar,2005:74) Definisi operasional variabel dalam penelitian ini meliputi:

1. *Self Acceptance* yang dialami mahasiswi seperti mahasiswi belum bisa menerima penampilan fisik yang dimilikinya, mahasiswi juga masih mendengarkan komentar negatif dari orang lain serta belum percaya dan percaya akan kelebihan yang dimilikinya.

2. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang dialami mahasiswi seperti merasa ada yang tidak puas dan khawatir dengan beberapa bagian tubuhnya mulai dari bentuk tubuhnya, wajahnya yang tidak menarik dan tinggi badannya. Mahasiswi merasa fokus dengan kekurangan yang ada dalam fisiknya dan terus membandingkan dengan penampilan fisik oranglain.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian Azwar (2005:77). Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian Arikunto (2017:173). Populasi yang akan diambil dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswi perempuan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2019 yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebanyak 2.260 orang. Menurut Puspitasari (2017) bahwa perempuan lebih sering membandingkan fisik mereka dan membandingkan dengan bentuk tubuhnya dengan orang lain yang terlihat lebih baik.

2. Sampel

Menurut Azwar (2005:79) sampel merupakan sebagian dari populasi yang harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Metode *sampling* (penarikan jumlah sampel) yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik *random sampling*. Suatu sampel dapat

dikatakan diambil secara random apabila setiap subjek dalam populasi memiliki peluang yang sama besar untuk terpilih menjadi sampel.

Arikunto (2017:173) menyatakan bahwa jika jumlah subjek pada populasi kurang dari 100, maka seluruh populasi menjadi sampel penelitian, apabila jumlah subjek pada populasi lebih dari 100, maka dapat diambil sebesar 10-15% atau 15-25% dari jumlah populasi. Berdasarkan pengertian tersebut maka dapat dirumuskan hasil penjumlahan sampel penelitian ini yaitu $2.260 \times 10\% = 226$ sehingga menjadi 226 orang. Pengambilan sampel yang berjumlah 10% adalah karena peneliti tidak memungkinkan mempelajari semua yang ada pada populasi dikarenakan keterbatasan waktu dan tenaga. Selain itu, tidak semua mahasiswa bersedia untuk dimintai keterangan. Adapun jumlah sampel yang diambil dianggap telah mampu mewakili.

E. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan cara cara yang akan dipergunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data data yang diperlukan dalam penelitian. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kuisisioner

Kuisisioner merupakan suatu bentuk instrumen pengumpulan data yang sangat fleksibel dan relatif mudah digunakan. Menurut Arikunto (2005, 105) kuisisioner merupakan sejumlah pertanyaan yang tertulis yang akan digunakan untuk mendapatkan informasi dari responden . Kuisisioner dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data pra-penelitian. Kuisisioner yang digunakan saat pra penelitian dilakukan untuk menggali dan mengetahui terlebih dahulu apakah di lokasi terdapat permasalahan yang ingin diteliti.

2. Wawancara

Wawancara dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data pra-penelitian agar dapat memberikan gambaran yang jelas tentang fenomena terkait topik yang akan diteliti. Metode wawancara ini dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai fakta tentang *self acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* serta melengkapi data yang diperlukan dalam pra penelitian

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pelengkap dari instrumen pengumpulan. Dokumentasi dimaksudkan untuk memberikan penguatan dan bukti yang lebih lengkap atas data-data yang diperoleh sebelumnya, maupun untuk memperoleh informasi baru. Adapun dokumentasi yang digunakan di penelitian ini ialah pengumpulan data sejumlah mahasiswi perempuan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang 2019.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan peranan yang penting dalam usaha memperoleh informasi yang akurat dan terpercaya (Azwar,2005:34). Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah skala. Menurut Arikunto (2005:106) skala banyak digunakan untuk mengukur aspek-aspek kepribadian atau aspek kejiwaann yang lain. Skala penelitian ini menggunakan skala sikap likert *self acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Skala sikap disusun untuk mengetahui sikap *pro* dan *kontra*, *positif* dan *negatif*, setuju dan tidak setuju terhadap sesuatu. berbentuk “Tidak Pernah”, “Kadang-kadang”, “Sering”, dan “Selalu”. Pernyataan sikap terdiri dari dua macam yaitu pernyataan yang favorabel (mendukung atau memihak) dan unfavorabel (tidak mendukung).

Tabel 3.1 Skor Skala *Self Acceptance* dan Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*

Respon	Favorable	Unfavorable
Selalu	4	1
Sering	3	2
Kadang-Kadang	2	3
Tidak Pernah	1	4

1. Skala *Self Acceptance*

Tujuan dari instrumen *self acceptance* adalah untuk mengukur tingkat *self acceptance* yang ada pada mahasiswa. Skala ini mengacu pada aspek-aspek menurut Morgado et al (2014) yaitu *Body Acceptance* (Penerimaan Tubuh), *Self Protection From*

Negative Judgment form Other (Perlindungan diri dari penilaian negatif dari orang lain), dan *Feeling and Believing in One's Capacities* (Percaya akan kapasitas diri) yang terdiri dari 20 aitem.

Tabel 3.2 Blueprint Skala *Self Acceptance*

No	Aspek	Indikator	No. Sebaran Item	
			Favorable	Unfavorable
1.	<i>Body Acceptance</i>	Mengekspresikan kenyamanan pada tubuh	1,2	11,12
		Menunjukkan rasa cinta pada tubuh, meskipun tidak sepenuhnya puas dengan semua aspek yang ada di tubuh kita.	3,4	13,14
2.	<i>Self Protection From Negative Judgment form Other</i>	Tidak memikirkan segala komentar negatif yang diucapkan orang lain.	5,6	15,16
3.	<i>Feeling and Believing in One's Capacities</i>	Percaya akan kapasitas yang kita miliki.	7	17
		Mengenali segala kapasitas yang ada dalam diri kita	8	18
		Menghargai segala kapasitas yang ada dalam diri kita	9	19
		Mengembangkan segala kapasitas yang ada dalam diri kita	10	20

2. Skala Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Tujuan dari instrumen kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah untuk mengukur tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang ada pada mahasiswa. Peneliti menggunakan skala yang diadopsi dari peneliti sebelumnya Azzura dan Andjarsari (2022) yang mengacu pada aspek Philips (2009) yakni aspek preokupasi dan aspek distress yang mempunyai 16 aitem.

Tabel 3.3 skala kecenderungan *body dysmorphic disorder*

No.	Aspek	Indikator	No. Sebaran Aitem	
			Favorable	Unfavorable
1.	Preokupasi	Mengkhawatirkan penampilan	4,12	2,9
		Memikirkan masalah penampilan dengan berlebihan	6,10	1,3
2.	Distress/ penurunan fungsi	Ketidakpuasan terhadap bagian tubuh	15,16	5,8
		Mengalami penurunan fungsi sosial	11,14	7,12

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas Alat Ukur

Uji validitas dilakukan untuk menguji sejauh mana ketepatan dan keakuratan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya (Tenri Padaa, 2021:60). Valid atau tidaknya suatu alat ukur tergantung pada kemampuan alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang

tepat. Pengukuran dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila menghasilkan data dengan memberikan gambaran secara akurat mengenai variable yang diukur.

Uji validitas konstruk penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 25 *for windows* dengan teknik validitas *Product Moment Pearson*. Aitem-aitem yang valid akan disertakan pada uji selanjutnya sedangkan aitem yang tidak valid akan digugurkan. Azwar (2012:86) menyatakan bahwa suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila $r_{iX} \geq 0,3$ namun apabila aitem yang valid belum memenuhi target yang diinginkan maka $r_{iX} \geq 0,3$ dapat diturunkan menjadi $r_{iX} \geq 0,25$

2. Uji Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas adalah pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Ini menunjukkan kemampuan alat ukur dalam mengukur sesuatu secara konsisten dari waktu ke waktu. Hasil pengukuran dipercaya apabila diperoleh hasil yang sama dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama. Uji reliabilitas yang akan digunakan perlu diperhitungkan unsur kesalahan pengukuran (error measurement). Error pengukuran sendiri menunjukkan sejauh mana inkonsistensi hasil ukur terjadi apabila pengukuran dilakukan ulang pada kelompok subjek yang sama (Azwar, 2005:106).

Pengukuran semakin reliabel ketika koefisien reliabilitas semakin tinggi apabila menekati angka 1,00 dan semakin rendah apabila mendekati 0. Adapun kriteria reliabilitas menurut Arikunto, sebagai berikut:

Tabel 3.4 Kriteria Reliabilitas

Nilai	Keterangan
$0,80 \leq r < 1,00$	Sangat Kuat
$0,60 \leq r < 0,80$	Kuat
$0,40 \leq r < 0,60$	Cukup kuat
$0,20 \leq r < 0,40$	Rendah
$0,00 \leq r < 0,20$	Sangat Rendah

Koefisien reliabilitas penelitian ini dihitung menggunakan teknik *Alpha Cronbach's* dengan bantuan program *SPSS* versi 25 *for windows*. Teknik ini digunakan karena dapat dipakai untuk menguji reliabilitas instrumen skala likert atau instrumen yang aitem-aitemnya dalam bentuk esa

H. Teknik Analisis Data

Analisis data penelitian yang sudah diperoleh dimaksudkan sebagai cara untuk mengorganisasikan data sedemikian rupa sehingga dapat dibaca (*readable*) dan dapat di tafsirkan (*interpretable*) (Azwar, 2005:123). Menganalisis data harus diawali dengan suatu tabulasi. Tabulasi adalah proses pembuatan tabel induk yang memuat susunan data penelitian berdasarkan klasifikasi yang sistematis, sehingga akan lebih mudah untuk dianalisis lebih lanjut.

1. Uji Asumsi

Uji asumsi ini dilakukan untuk membuktikan bahwa sampel dan data penelitian terhindar dari terjadinya error (sampling error).

Uji asumsi dalam penelitian ini adalah:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan pengujian yang dilakukan untuk mengetahui apakah setaiap variabel memiliki distribusi yang normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah Kolmogorov-smirnov dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows. Hal ini karena jumlahnya melebihi 50. Dalam uji normalitas ini, dapat dikatakan distribusi normal apabila signifikan $p > 0,05$.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel dalam data berada dalam hubungan linier. Dalam penelitian ini uji linearitas menggunakan bantuan SPSS yaitu dengan test for linearity. Jika signifikansi deviation from linearity $> 0,05$ maka dapat dikatakan datanya linear.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis (Azwar, 2005:126). Deskripsi data yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi nilai minimal, nilai maksimal, mean, standar deviasi, kategori jenjang, dan prosentase. Mean diperoleh dengan menjumlahkan semua nilai dan membaginya dengan jumlah individu. Mean dan standar deviasi perhitungan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Microsoft Office Excel 2010

a. Rumus Mean Hipotetik

Dalam penelitian ini, rumus mean hipotetik digunakan sebagai acuan untuk menentukan kategorisasi.

Rumus mean hipotetik adalah:

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (i \max + i \min) \sum aitem$$

Keterangan :

Mean = Rata-rata hipotetik

$i \max$ = Skor maksimal aitem

$i \min$ = Skor minimal aitem

$\sum aitem$ = jumlah aitem yang diterima

b. Rumus Standar Deviasi

Jika nilai mean telah diketahui maka langkah selanjutnya adalah mencari nilai standar deviasi dengan rumus sebagai berikut :

$$SD = \frac{1}{6} (i \max - i \min)$$

Keterangan :

SD = Standar Deviasi

$i \max$ = Skor maksimum subjek

$i \min$ = Skor minimum subjek

c. Kategorisasi

Analisis data juga menggunakan kategorisasi yang bertujuan untuk mengetahui tingkat *self acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2019. Kategorisasi atribut subjek dalam penelitian ini dibagi menjadi 3, yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3.5 Kategorisasi

No	Kategori	Norma
1.	Tinggi	$X \geq M + 1 \text{ SD}$
2.	Sedang	$M - 1 \text{ SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
3.	Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai seberapa besar pengaruh penerapan variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Data dalam penelitian akan dianalisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Analisis regresi sederhana adalah suatu hubungan secara linier antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat yang digunakan untuk memprediksi atau meramalkan suatu nilai variabel terikat berdasarkan variabel bebas (Sugiyono, 2014). Dasar pengambilan keputusan hipotesis dengan pedoman signifikansi yaitu, jika $p > 0.05$ maka H_0 diterima dan jika $p < 0.05$ maka H_0 ditolak.

Berikut ini persamaan regresi linier sederhana menurut Nuryadi dkk.,
2017 (dalam Siregar, 2021:46):

$$Y = \alpha + Bx$$

Keterangan :

α : konstanta (nilai Y apabila X = 0)

b : koefisien regresi (taksiran perubahan nilai Y apabila X berubah
nilai satu unit)

Y : variabel bebas

X : variabel terikat

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Objek Penelitian

1. Sejarah Singkat UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan data yang diperoleh dari website resmi <https://uin-malang.ac.id/s/uin/profil> (diakses pada 22 Maret 2023), melalui Surat Keputusan Presiden No.50 tanggal 21 Juni 2004 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berdiri. Berawal dari usul para tokoh di Jawa Timur yang ingin mendirikan lembaga perguruan tinggi Islam di bawah naungan Departemen Agama, maka dibentuk IAIN Cabang Surabaya pada tahun 1961 dengan adanya Fakultas Syariah yang berada di Surabaya dan Fakultas Tarbiah berada di Malang.

Akhirnya setelah dilakukan perkembangan, maka fakultas-fakultas tersebut digabung dan secara struktural berada di bawah naungan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sunan Ampel yang didirikan pada tahun 1965 dan berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama No.02. Pada pertengahan 1997 kembali beralih status menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang.

Pada tanggal 21 Juni 2004 melalui Surat Keputusan Presiden RI No.50 Universitas Islam Negeri (UIN) Malang diresmikan oleh Menko Kesra Prof H. A. Malik Fadjar, M.Sc atas nama Presiden pada tanggal 8 Oktober 2004 dengan tugas utamanya adalah menyelenggarakan

program pendidikan tinggi bidang ilmu agama Islam dan bidang ilmu umum.

Secara kelembagaan, sampai saat ini Universitas ini memiliki 7 (tujuh) fakultas yaitu: (1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, (2) Fakultas Syari'ah, (3) Fakultas Humaniora, (4) Fakultas Ekonomi, (5) Fakultas Psikologi, (6) Fakultas Sains dan Teknologi dan (7) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.

Pada tanggal 27 Januari 2009, Presiden Republik Indonesia Dr. H. Susilo Bambang Yudhoyono berkenan memberikan nama Universitas ini dengan nama Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Mengingat nama tersebut cukup panjang diucapkan, maka pada pidato dies natalis ke-4, Rektor menyampaikan singkatan nama Universitas ini menjadi UIN Maliki Malang.

2. Visi, Misi, dan Tujuan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

a. Visi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Visi yang dimiliki UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yaitu terwujudnya pendidikan tinggi integratif dalam memadukan sains dan Islam yang bereputasi internasional.

b. Misi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Misi yang dimiliki UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yaitu :

- Mencetak sarjana yang berkarakter Ulul Albab
- Menghasilkan sains, teknologi, seni yang relevan dan budaya saing tinggi

c. Tujuan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Ada beberapa tujuan yang ingin diwujudkan oleh UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yaitu :

- Memberikan akses pendidikan tinggi keagamaan yang lebih luas kepada masyarakat
- Menyediakan sumber daya manusia terdidik untuk memenuhi kebutuhan masyarakat

B. Gambaran Responden Penelitian

Tabel 4.1 Gambaran Responden

Kategori	Frekuensi	Presentase
Fakultas Ekonomi	69	30,4%
Fakultas Psikologi	75	33,5%
Fakultas Saintek	33	14,5%
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	11	4,8%
Fakultas Syariah	8	3,5%
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	11	4,8%
Fakultas Humaniora	19	8,4%

Berdasarkan tabel 4.1 menjelaskan jumlah responden dalam penelitian ini berdasarkan kategori fakultas. Dari 226 subjek penelitian terdapat 69 (30,4%) subjek dari Fakultas Ekonomi, 75 (33,5%) subjek dari Fakultas Psikologi, 33 (14,5) subjek dari Fakultas Saintek, 11 (4,8%) subjek dari Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, 8 (3,5%) subjek dari Fakultas Syariah, 11 (4,8%) subjek dari Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, dan 19 (8,4%) subjek dari Fakultas Humaniora.

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 2 Februari 2023 hingga 21 Maret 2023 dengan cara menyebarkan angket skala *self acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* melalui google form kepada mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2019 yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*, yaitu sebanyak 226 mahasiswi yang berasal dari 7 fakultas yang berada di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

D. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah suatu skala psikologi mampu menghasilkan data yang akurat, apakah aitem tersebut yang sudah dibuat dan disebarakan telah benar-benar mengungkapkan faktor yang ingin diuji.

Uji validitas konstruk penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 25 *for windows* dengan teknik validitas *Product Moment Pearson*. Aitem-aitem yang valid akan disertakan pada uji selanjutnya sedangkan aitem yang tidak valid akan digugurkan. Azwar (2012:86) menyatakan bahwa suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila $r_{iX} \geq 0,3$ namun apabila aitem yang valid belum memenuhi target yang diinginkan maka $r_{iX} \geq 0,3$ dapat diturunkan menjadi $r_{iX} \geq 0,25$

a. **Skala *Self Acceptance***

Uji validitas aitem pada skala *self acceptance* berjumlah 20 aitem dan diujikan kepada 226 subjek. Adapun hasil rincian uji validitas skala *self acceptance* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Uji Validitas Skala *Self Acceptance*

Nomor Aitem	Person Correlation	Ket
1.	0,694	Valid
2.	0,681	Valid
3.	0,675	Valid
4.	0,703	Valid
5.	0,456	Valid
6.	0,609	Valid
7.	0,628	Valid
8.	0,587	Valid
9.	0,711	Valid
10.	0,435	Valid
11.	0,655	Valid
12.	0,718	Valid
13.	0,701	Valid
14.	0,731	Valid
15.	0,676	Valid
16.	0,654	Valid
17.	0,730	Valid
18.	0,658	Valid
19.	0,756	Valid
20.	0,641	Valid

Menurut Azwar (2012:86) bahwa suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila $r_{iX} \geq 0,3$ namun apabila aitem yang valid belum memenuhi target yang diinginkan maka $r_{iX} \geq 0,3$ dapat diturunkan menjadi $r_{iX} \geq 0,25$. Jadi berdasarkan hasil uji validitas

skala *self acceptance* ,diperoleh hasil bahwa 20 aitem dinyatakan valid karena r hitung lebih besar dari 0,3

b. Skala *Body Dismorphic Disorder*

Uji validitas aitem pada skala *body dismorphic disorder* berjumlah 16 aitem dan diujikan kepada 226 subjek. Adapun hasil rincian uji validitas skala *body dismorphic disorder* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3 Uji Validitas Skala Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*

Nomor Aitem	Person Correlation	Ket
1	0,699	Valid
2	0,672	Valid
3	0,610	Valid
4	0,692	Valid
5	0,733	Valid
6	0,639	Valid
7	0,507	Valid
8	0,608	Valid
9	0,726	Valid
10	0,464	Valid
11	0,570	Valid
12	0,694	Valid
13	0,667	Valid
14	0,680	Valid
15	0,563	Valid
16	0,762	Valid

Menurut Azwar (2012:86) bahwa suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila $r_{iX} \geq 0,3$ namun apabila aitem yang valid belum memenuhi target yang diinginkan maka $r_{iX} \geq 0,3$ dapat diturunkan menjadi $r_{iX} \geq 0,25$. Jadi berdasarkan hasil uji validitas

skala kecenderungan *body dysmorphic disorder*, diperoleh hasil bahwa 16 aitem dinyatakan valid karena r hitung lebih besar dari 0,3.

2. Uji Reliabilitas

Koefisien reliabilitas penelitian ini dihitung menggunakan teknik *Alpha Cronbach's* dengan bantuan program *SPSS* versi 25 *for windows*. Teknik ini digunakan karena dapat dipakai untuk menguji reliabilitas instrumen skala likert atau instrumen yang aitem-aitemnya dalam bentuk esai. Pengukuran semakin reliabel ketika koefisien reliabilitas semakin tinggi apabila mendekati angka 1,00 dan semakin rendah apabila mendekati 0.

Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self Acceptance*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,930	20

Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,905	16

Berdasarkan kriteria reliabilitas yang dikemukakan oleh Arikunto (2017:174) reliabilitas dinyatakan kuat apabila mencapai rentang sangat kuat apabila mencapai nilai $0,80 \leq r < 1,00$. Berdasarkan hasil uji

reliabilitas, kedua skala di atas dapat dinyatakan reliabel karena pada skala *self acceptance* diperoleh nilai alpha sebesar 0,930 dan pada skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* diperoleh nilai alpha sebesar 0,905. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa kedua skala memiliki keandalan dalam mengukur tujuan pengukuran.

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan pengujian yang dilakukan untuk mengetahui apakah setiap variabel memiliki distribusi yang normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah Kolmogorov-smirnov dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows. Hal ini karena jumlahnya melebihi 50. Dalam uji normalitas ini, dapat dikatakan distribusi normal apabila signifikan $p > 0,05$. Adapun hasil dari uji normalitas adalah sebagai berikut:

Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas

Klasifikasi	Nilai Asymp. Sig. (-taioled)	Keterangan
<i>Self Acceptance dan Body Dysmorphic Disorder</i>	0,200	Berdistribusi Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi $0,200 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linearitas adalah prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel dalam data berada dalam hubungan linier. Dalam penelitian ini uji linearitas menggunakan bantuan SPSS yaitu dengan test for linearity. Jika signifikansi deviation from linearity $> 0,05$ maka dapat dikatakan datanya linear.

Tabel 4.7 Hasil Uji Linieritas

Klasifikasi	Nilai Sig.	Keterangan
<i>Self Acceptance</i> dengan kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	0,350	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas diketahui nilai Signifikan deviation from linearity sebesar Sig. (p) $0,350 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel *self acceptance* dan variabel kecenderungan *body dismorphic disorder*.

4. Analisis Deskripsi Data

a. Deskripsi Tingkat *Self Acceptance*

Tingkat *self acceptance* di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga kategori, yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Penentuan norma ini dapat dilakukan dengan mengetahui nilai mean hipotetik (M) dan standar deviasi

(SD), adapun nilai mean hipotetik (M) dan standar deviasi (SD) pada tingkat *self acceptance* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.8 Statistik Deskriptif *Self Acceptance*

Skala	Statistik	Hipotetik	Empirik
<i>Self Acceptance</i>	Skor Minimum	20	26
	Skor Maksimum	80	80
	Mean	50	49,77
	Standar Deviasi	10	11,63

Setelah mengetahui nilai mean hipotetik dan standar deviasi, maka langkah selanjutnya yaitu menentukan kategorisasi untuk mengetahui tingkat *self acceptance* dengan menggunakan standar norma pembagian klasifikasi sebagai berikut:

Tabel 4.9 Norma Pembagian Kategorisasi

No.	Kategori	Norma
1.	Tinggi	$X \geq M + 1 \text{ SD}$
2.	Sedang	$M - 1 \text{ SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
3.	Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$

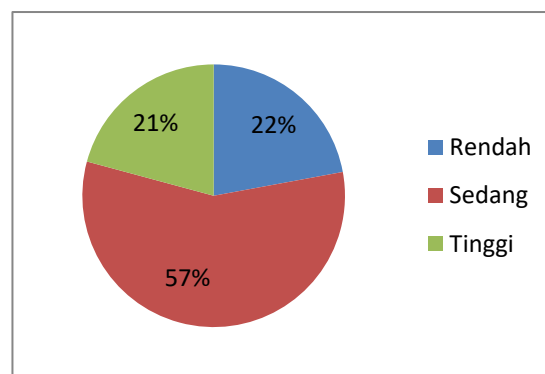
Berdasarkan standar norma pada tabel diatas, maka diperoleh skor masing-masing kategori tingkat *self acceptance* sebagai berikut:

Tabel 4.10 Kategori Tingkat *Self Acceptance*

Klasifikasi	Kriteria
Tinggi	$X \geq 61,4$
Sedang	$38,14 \leq X < 61,4$
Rendah	$X < 38,14$

Tabel 4.11 Deskripsi Kategori Tingkat *Self Acceptance*

Niai	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$X \geq 61,4$	Tinggi	47	20,8%
$38,14 \leq X < 61,4$	Sedang	129	57,17%
$X < 38,14$	Rendah	50	22,1%
Jumlah		226	100%

Diagram 4.1 Kategorisasi Tingkat *Self Acceptance*

Berdasarkan tabel 4.11 diketahui bahwa frekuensi dan presentase tingkat *self acceptance* mahasiswa angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh sebesar 57,1% yaitu 129 mahasiswa yang memiliki tingkat penerimaan diri / *self acceptance* sedang, sedangkan 22,1% yaitu 50 mahasiswa memiliki penerimaan diri yang rendah, dan 20,8% yaitu 47 mahasiswa memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, dari total subjek sebanyak 226 mahasiswa.

Setelah melakukan pengkategorian tingkat *self acceptance* secara menyeluruh, kemudian peneliti melakukan analisis deskriptif pada masing masing indikator *self acceptance* untuk mengetahui tingkat *self acceptance* dari masing masing indikator tersebut. Adapun analisis deskriptif indikator kualitas *self acceptance* sebagai berikut:

Tabel 4.12 Deskripsi Kategori Tingkat Indikator *Self Acceptance*

Indikator	Max	Min	Mean	SD	Persentase	Kategori
<i>Body Acceptance</i>	32	9	19,28	5,35	60,27%	Sedang
<i>Self Protection From Negative Judgment form Other</i>	16	4	9,38	2,66	58,65%	Sedang
<i>Feeling and Believing in One's Capacities</i>	32	8	21,09	5,07	65,91%	Sedang

Hasil dari deskripsi data pada variabel *self acceptance* yaitu bahwa ketiga aspek *self acceptance* berada pada kategori sedang, yang ditandai dengan perolehan presentasi pada aspek *body acceptance* sebesar 60,27%, *Self Protection From Negative Judgment form Other* sebesar 58,65%, dan *Feeling and Believing in One's Capacities* sebesar 65,91%. Nilai tersebut diperoleh berdasarkan skor interval sebesar 25, dimana kategori rendah dengan interval 25-49, sedang 50-74, dan tinggi 75-100.

Body acceptance merupakan bagaimana mengekspresikan kenyamanan dan cinta pada tubuhnya meskipun belum semua aspek di dalam tubuhnya baik. *Self Protection From Negative Judgment form Otherm* merupakan dimana individu tidak memikirkan segala komentar negatif yang diberikan orang lain kepada kita dan tidak membuat komentar negatif tersebut sebagai masalah yang akan mengganggu. *Feeling and Believing in One's Capacities* yaitu percaya akan kapasitas yang individu miliki dan berusaha untuk terus mengembangkan kapasitas yang dimiliki.

b. Deskripsi Tingkat Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2019 dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga kategori yaitu: tinggi, sedang, rendah. Norma penelitian dapat dilakukan setelah mengetahui nilai mean hipotetik (M) dan standar deviasi (SD), nilai tersebut sebagai berikut:

Tabel 4.13 Statistik Deskriptif Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Skala	Statistik	Hipotetik
Kecenderungan <i>body dysmorphic disorder</i>	Skor Minimum	16
	Skor Maksimum	64
	Mean	40
	Standar Deviasi	8

Setelah mengetahui nilai mean hipotetik dan nilai standar deviasi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan kategorisasi untuk mengetahui tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan menggunakan standar norma pembagian klasifikasi sebagai berikut:

Tabel 4.14 Norma Pembagian Kategorisasi

No.	Kategori	Norma
1.	Tinggi	$X \geq M + 1 \text{ SD}$
2.	Sedang	$M - 1 \text{ SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
3.	Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$

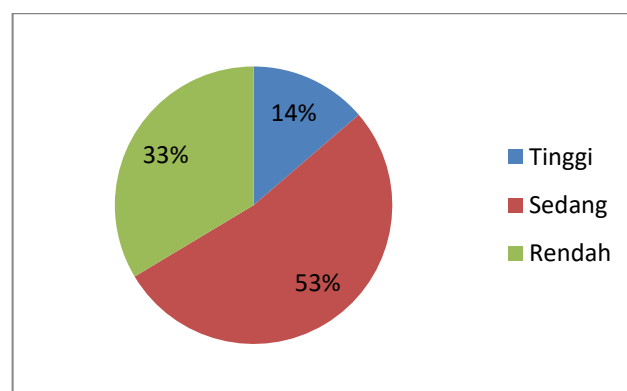
Berdasarkan standar norma pembagian kategorisasi pada tabel diatas maka diperoleh skor masing masing kategorisasi *body dysmorphic disorder* sebagai berikut:

Tabel 4.15 Kategori Tingkat *Body Dysmorphic Disorder*

Klasifikasi	Kriteria
Tinggi	$X \geq 48$
Sedang	$32 \leq X < 48$
Rendah	$X < 32$

Tabel 4.16 Deskripsi Kategori Tingkat *Body Dysmorphic Disorder*

Niai	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$X \geq 48$	Tinggi	31	13,7%
$32 \leq X < 48$	Sedang	119	52,7%
$X < 32$	Rendah	76	33,6%
Jumlah		226	100%

Diagram 4.2 Kategorisasi Tingkat *Body Dysmorphic Disorder*

Berdasarkan tabel 4.16 diketahui bahwa frekuensi dan presentase tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* mahasiswa angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh sebesar 52,7,% yaitu 119 mahasiswa yang memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang, sedangkan 33,6% yaitu 76 mahasiswa memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang rendah, dan 13,7% yaitu 31 mahasiswa memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang tinggi, dari total subjek sebanyak 226 mahasiswa.

Setelah melakukan pengkategorian tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* secara menyeluruh, kemudian peneliti melakukan analisis deskriptif pada masing masing indikator kecenderungan *body dysmorphic disorder* untuk mengetahui kecenderungan *body dysmorphic disorder* dari masing masing indikator tersebut. Adapun analisis deskriptif indikator kualitas kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebagai berikut:

Tabel 4.17 Deskripsi Kategori Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Indikator	Max	Min	Mean	SD	Persentase	Kategori
Preokupasi	31	8	18,14	5,12	56,69%	Sedang
Distress/Penurunan Fungsi	32	8	18,31	4,89	57,24%	sedang

Hasil dari deskripsi data pada variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* yaitu bahwa kedua aspek kecenderungan *body dysmorphic disorder* berada pada kategori sedang, yang ditandai dengan perolehan presentasi pada aspek preokupasi sebesar 56,69% dan aspek distress / penurunan fungsi sebesar 57,24%. Nilai tersebut diperoleh berdasarkan skor interval sebesar 25, dimana kategori rendah dengan interval 25-49, sedang 50-74, dan tinggi 75-100. Preokupasi merupakan perasaan khawatir dengan penampilan dan merasa bahwa penampilannya terlihat cacat, jelek, menjijikan, dan tidak menarik. Distress / penurunan fungsi yaitu

penderitaan emosional seperti muncul rasa sedih, cemas, takut, dan muncul pikiran perasaan negatif.

5. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai seberapa besar pengaruh penerapan variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Data dalam penelitian akan dianalisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Analisis regresi sederhana adalah suatu hubungan secara linier antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat yang digunakan untuk memprediksi atau meramalkan suatu nilai variabel terikat berdasarkan variabel bebas (Sugiyono, 2014). Dasar pengambilan keputusan hipotesis dengan pedoman signifikansi yaitu, jika $p > 0.05$ maka H_0 diterima dan jika $p < 0.05$ maka H_a ditolak.

Tabel 4.18 Model Summary

R	R Square
0,802	0,643

Berdasarkan tabel model summary uji regresi sederhana di atas, dapat diketahui bahwa besar nilai korelasi r sebesar 0,802 dan dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi atau (R square) sebesar 0,643 atau 64,3% nilai koefisien variabel bebas atau *self acceptance* dapat berpengaruh terhadap variabel terikat atau kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa perempuan angkatan 2019 di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Tabel 4.19 Tabel Hasil Signifikansi

Mean Square	F	Sig.
13095,336	402,668	0,000

Dari tabel diatas diketahui bahwa F hitung = 402,668 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel partisipasi atau dengan kata lain ada pengaruh variabel *self acceptance* (X) terhadap variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Y)

Keterangan :

H_a : Adanya pengaruh antara tingkat *self acceptance* terhadap *body* kecenderungan *dysmorphic disorder* pada mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

H_o : Tidak adanya pengaruh antara tingkat *self acceptance* terhadap *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel Anova diperoleh sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *self acceptance* memiliki pengaruh terhadap variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* mahasiswi perempuan angkatan 2019 di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Oleh karena itu H_a diterima dan H_o ditolak.

6. Aspek Pembentuk Utama

a. *Self Acceptance*

Faktor pembentuk utama variabel self acceptance berdasarkan aspek sebagai berikut:

$$1) \text{ Body Acceptance} = \frac{4359}{11247} = 0,39$$

$$2) \text{ Self Protection From Negative Judgment From Other} = \frac{2121}{11247} = 0,19$$

$$3) \text{ Feeling and Believing in One's Capacity} = \frac{4767}{11247} = 0,42$$

Tabel 4.20 Faktor Pembentuk Utama Variabel Self Acceptance

Aspek	Hasil
<i>Body Acceptance</i>	39%
<i>Self Protection From Negative Judgment From Other</i>	19%
<i>Feeling and Believing in One's Capacity</i>	42%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa aspek pembentuk utama variabel *self acceptance* adalah aspek *Feeling and Believing in One's Capacity* dengan presentase 42%. Hal tersebut berkaitan dengan percaya akan kapasitas yang dimiliki dan terus mengembangkan kapasitas yang ada di dalam diri. Sedangkan aspek *self protection from negative judgment from other* merupakan aspek yang paling rendah dengan presentase 19%.

Hal itu berkaitan dengan perlindungan diri dari perkataan negatif dari orang lain. Artinya, aspek *self protection from negative judgment from other* yang rendah mahasiswi selalu memikirkan perkataan negatif dari orang lain dan menjadikan perkataan negatif tersebut menjadi masalah.

b. Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Faktor pembentuk utama variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* berdasarkan aspek sebagai berikut:

- 1) Preokupasi $= \frac{4153}{8198} = 0,51$
- 2) Distress/Penurunan Fungsi $= \frac{4045}{8198} = 0,49$

Tabel 4.21 Faktor Pembentuk Utama Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Aspek	Hasil
Preokupasi	51%
Distres/ Penurunan Fungsi	49%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa aspek pembentuk utama variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah preokupasi dengan presentase 51%. Hal tersebut berkaitan dengan kekhawatiran dengan beberapa aspek dari penampilan dan merasa bahwa penampilan terlihat jelek,cacat, aneh, menjijikan dan terdapat pemikiran bahwa penampilannya tidak menarik. Artinya, aspek preokupasi merupakan aspek yang lebih sering dirasakan oleh mahasiswi seperti khawatir,takut, dan perasaan tidak puas akan dirinya.

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis ada atau tidak hubungan antara *self acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil penelitian yang sudah dijelaskan dari variabel terdapat hasil yang signifikan antara variabel *self acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan berada pada kategori sedang dikedua variabel penelitian tersebut. Berikut penjelasan lebih lanjutnya dari hasil penelitian:

1. Tingkat *Self Acceptance* Mahasiswi Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Penerimaan diri memainkan peran penting dalam berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain. Tanpa adanya penerimaan diri seseorang akan sulit menerima diri sendiri dan orang lain sehingga mempengaruhi perkembangan internal menyadari diri sendiri.

Sheerer (1949:169) mendefinisikan penerimaan diri (*self acceptance*) adalah sikap yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahannya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan individu terhadap kelebihan sekaligus kelemahan dirinya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.

Mahasiswi memiliki kondisi yang berbeda-beda dalam menerima dirinya dan mengembangkan dirinya. Berdasarkan hasil uji deskriptif pada data hipotetik dapat diketahui bahwa tingkat *self acceptance* pada mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil penelitian dari data hipotetik dapat diketahui bahwa sebesar 57,1% yaitu 129 mahasiswi yang memiliki tingkat penerimaan diri / *self acceptance* sedang, sedangkan 22,1% yaitu 50 mahasiswi memiliki penerimaan diri yang rendah, dan 20,8% yaitu 47 mahasiswi memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, dari total subjek sebanyak 226 mahasiswi.

Hasil penelitian menjelaskan bahwa mayoritas mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat *self acceptance* sedang, yaitu sebanyak 129 orang responden dengan kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar telah memiliki *self acceptance* yang cukup baik. Pada tingkat sedang ini, aspek tingkat *self acceptance* mahasiswi sudah terpenuhi namun hanya sebagian saja. Karena belum semua aspek terpenuhi, mahasiswi yang masuk dalam kategori sedang harus dapat meningkatkan lagi *self acceptance* yang dimiliki, agar bisa mengatasi tingkat *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Menurut Carson & Butcher 1992 (dalam Handayani 1998,48) Penerimaan diri dapat dicapai apabila aspek-aspek dari *self acceptance*

dalam keadaan *congruence*, di mana penerimaan diri individu sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan keadaan yang diinginkannya.

Berdasarkan hasil dari faktor pembentuk variabel *self acceptance* mendapatkan hasil bahwa aspek *feeling and believing in one' capacity* dengan presentase 42%, aspek *body acceptance* presentase 39%, dan aspek *self protection from negative judgment from other* mendapatkan presentase 19%. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa aspek *feeling and believing in one' capacity* menjadi aspek pembentuk utama *self acceptance* yang dimiliki mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Aspek ini berkaitan dengan rasa percaya akan kapasitas yang ada di dalam diri. Dengan memiliki rasa percaya akan kapasitas yang ada pada diri, mengenali kemampuan diri, dan menghargai kemampuan diri, maka akan semakin tinggi rasa penerimaan diri yang dimiliki individu. Hal ini diperkuat oleh Supratiknya (1995) menyatakan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri adalah individu yang memiliki penghargaan dan rasa percaya yang tinggi terhadap dirinya. Sedangkan aspek terendah pembentuk utama *self acceptance* yaitu *self protection from negative judgment from other* dengan presentase 19%. Artinya mahasiswi masih selalu memikirkan perkataan negatif dari orang lain dan menjadikan perkataan negatif tersebut menjadi sebuah masalah. Menurut Jersild (1957) individu yang bisa menerima dirinya memiliki perasaan yang realistis terhadap dirinya, memiliki penghargaan yang baik

terhadap dirinya, dan yakin akan kualitas diri tanda harus dikendalikan orang lain, serta menerima kekurangan tanpa harus mencela dirinya.

Berdasarkan hasil uraian diatas mendapat kesimpulan bahwa sebagian dari mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat *self acceptance* sedang dengan aspek pembentuk utama *self acceptance* pada mahasiswi angkatan 2019 yaitu aspek *feeling and believing in one' capacity*.

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasmalawati (2017,107) dengan analisis menunjukkan bahwa citra tubuh sebagai variabel bebas berpengaruh terhadap variabel terikat yaitu penerimaan diri dengan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$ dan nilai R Square 0,217 yang artinya citra tubuh mempengaruhi penerimaan diri sebesar 21,7 %, sedangkan sisanya 78,3 % dipengaruhi oleh variabel lain.

2. Tingkat Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Mahasiswi Perempuan Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menurut Diana (2019:17) mengatakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan gangguan perasaan tidak puas dan khawatir dengan penampilan dan bentuk fisik yang dianggap tidak sempurna, jelek, ataupun cacat.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti: faktor risiko genetik atau biologis yang terdiri dari gen, pengaruh perkembangan, perhatian dan fokus berlebihan pada

detail, kelainan pada struktur otak dan serotonin dan neurotransmitter. Faktor psikologis, yang meliputi pengalaman hidup pada masa kanak-kanak, ejekan, pelecehan anak, nilai dan ciri kepribadian, berfokus pada estetika selain itu pada aspek sosial atau budaya.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, maka diperoleh hasil uji analisis deskriptif yang dilakukan pada variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* mendapatkan hasil kategorisasi sedang. Kategori sedang memperoleh hasil skor sebesar 52,7,% yaitu 119 mahasiswi yang memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang, sedangkan 33,6% yaitu 76 mahasiswi memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang rendah, dan 13,7% yaitu 31 mahasiswi memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang tinggi, dari total subjek sebanyak 226 mahasiswi.

Hal ini berarti bahwa hasil penelitian dari tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* didominasi pada kategori sedang yaitu sebanyak 119 orang responden, mereka memikirkan penampilan tetapi tidak menjadi masalah besar untuk berinteraksi dengan oranglain, masih percaya diri untuk tampil di depan orang lain. Artinya sebagian mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim cukup mampu mengontrol rasa tidak puas akan penampilan atau kondisi fisik yang ia miliki. Menurut Watkins (dalam Ramdani,2021: 54), kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) adalah cacat penampilan fisik yang

dibayangkan atau fokus berlebihan pada cacat yang sebenarnya tidak diperlukan.

Selanjutnya sebanyak 76 orang responden memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang rendah, dimana mereka merasa bahwa tidak ada yang salah dengan penampilan dan kondisi fisik yang mereka miliki. Artinya mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* rendah, mereka memiliki rasa puas terhadap penampilan dan kondisi fisiknya. Seperti yang dijelaskan Philips (2009), faktor lain yang berperan penting dalam perkembangan kecenderungan *body dysmorphic disorder*, seperti penerimaan diri yang tercermin dalam nilai-nilai pribadi dan sifat-sifat kepribadian. Dengan menerima segala yang dimiliki dan tidak membandingkan dengan orang lain.

Berdasarkan hasil dari faktor pembentuk variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* mendapatkan hasil bahwa aspek preokupasi dengan presentase 51% dan aspek distress / penurunan fungsi dengan presentase 49%. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa aspek preokupasi menjadi aspek pembentuk utama kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang dimiliki mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Preokupasi merupakan kekhawatiran dan rasa tidak puas dengan beberapa aspek dari penampilan dan merasa bahwa penampilannya terlihat jelek, cacat, aneh, menjijikan dan terdapat pemikiran bahwa penampilannya tidak menarik. Ketidakpuasan individu

dengan tubuhnya diakibatkan terdapat penilaian negatif kepada tubuhnya. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh akan menyebabkan individu memiliki *body image* yang negatif. Cash (2011) mengatakan bahwa individu yang memiliki *body image* yang negatif akan cenderung membandingkan tubuh yang dimilikinya dengan tubuh yang orang lain miliki dan akan selalu merasa tidak puas dengan tubuhnya. Penilaian negatif dari individu dapat mempengaruhi beberapa aspek kehidupan salah satunya rasa bersyukur. Individu yang bersyukur akan mampu mengurangi rasa tidak puas dengan tubuhnya. Dengan bersyukur individu akan menanggapi secara positif atas segala kekurangan yang dimiliki dalam tubuhnya, dan percaya bahwa segala sesuatu yang diberikan Tuhan adalah anugerah yang harus di syukuri (Froh et al, 2009)

Berdasarkan hasil uraian diatas mendapat kesimpulan bahwa sebagian dari mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang dengan aspek pembentuk utama kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 yaitu preokupasi

3. Pengaruh *Self Acceptance* Terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Mahasiswi Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Chaplin (2005) mengatakan bahwa *self acceptance* merupakan kondisi dimana individu akan merasa puas akan kelebihan dan kekurangan yang dimiliki dan mengetahui batas kemampuan yang ada pada dirinya.

Self acceptance adalah kondisi penting untuk pembentukan kepribadian yang baik, dengan individu bisa menerima dirinya secara baik dan tidak memiliki perasaan negatif terhadap dirinya dan lingkungannya (Hurlock, 2006). Jika individu bisa menerima dirinya dengan baik serta bersyukur atas kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, maka perasaan dan pemikiran negatif tentang dirinya tidak akan muncul.

Menurut Morgado et al (2014) untuk mencapai *self acceptance* yang baik bisa melalui tiga aspek penting, yaitu *body acceptance*, *self protection from judgment from other*, dan *feeling and believing in one's capacities*. Ketiga aspek tersebut diperkuat dengan tujuh faktor *self acceptance* menurut Hurlock (2006) untuk mencapai *self acceptance* yang baik yaitu memerlukan pengetahuan diri, hal yang realistis, tidak adanya hambatan dalam lingkungan, sikap masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya tekanan emosional yang berat, pengaruh keberhasilan, dan memiliki konsep diri yang stabil.

Faktor *self acceptance* menurut Morgado et al (2014) yang pertama yaitu *body acceptance* (penerimaan tubuh) dimana pada aspek ini individu mengekspresikan kenyamanan dan cinta pada tubuhnya. Dengan individu bisa menerima tubuhnya salah satu aspek penting individu mencapai penerimaan diri yang baik. Penerimaan diri erat kaitannya dengan penerimaan terhadap kondisi fisik yang individu miliki.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 4 mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang kurang bisa menerima dirinya dan merasa beberapa aspek pada tubuhnya tidak sesuai dengan apa yang diinginkan. Selain itu berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 226 mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pengujian dengan menggunakan SPSS versi 25 for windows menunjukkan nilai signifikansi dari tabel Anova diperoleh hasil sebesar 0,000 yang berarti lebih besar dari 0,05 sehingga mendapat kesimpulan bahwa secara signifikan *self acceptance* memiliki pengaruh terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Kemudian nilai R square yang diperoleh dalam uji hipotesis pada penelitian ini mendapatkan hasil sebesar 0,643 yang berarti bahwa sumbangan relatif yang diberikan variabel *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 64,3%. Artinya bahwa pengaruh variabel bebas (*self acceptance*) terhadap variabel terikat (kecenderungan *body dysmorphic disorder*) sebesar 64,3% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Azzura dkk (2023) yang dilakukan pada 108 siswi SMA 109 Jakarta. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki *self acceptance* pada kategori sedang sebesar 111 dan mengalami

kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang tergolong pada kategori sedang sebesar 41. Kemudian hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang dapat ditunjukkan dengan nilai $r = -0,655$. Semakin tinggi tingkat *self acceptance* yang dimiliki maka akan semakin rendah siswi tersebut mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Azzura dkk, 2023).

Melihat hasil signifikansi sebesar 0,000 berarti terdapat hubungan yang negatif antara *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Self acceptance* bukan merupakan satu-satunya faktor yang menyebabkan mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Menurut Phillips (2009) faktor yang mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang lain nya yaitu faktor genetik, perhatian selektif & berlebihan pada detail, faktor psikologis seperti pengalaman hidup & pengusikan pengejekkan, faktor sosial budaya seperti masyarakat yang fokus pada penampilan & standar kecantikan yang mengikuti budaya.

Berdasarkan hasil data yang telah diuraikan bahwa jika semakin rendah tingkat *self acceptance* individu akan semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* individu. Hal ini terjadi dikarenakan individu yang kurang mampu menerima kekurangan yang

ada dalam dirinya. Individu yang selalu merasa kekurangan dengan segala yang dia miliki maka akan terus ada pemikiran negatif tentang kekurangan pada penampilannya tersebut. Pemikiran negatif pada individu dan tidak dapat menerima kekurangan yang dimiliki yang menyebabkan individu dapat mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Phillips (2009) mengatakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan imajinasi negatif serta pemikiran bahwa individu tersebut memiliki kecacatan dalam penampilan fisiknya dan individu akan merasa cemas akan kekurangannya tersebut.

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa tingkat *self acceptance* pada mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang masuk dalam kategori sedang pada setiap aspeknya. Dimana mahasiswi harus bisa meningkatkan *self acceptance* tersebut agar dapat mengurangi tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Meningkatkan tingkat *self acceptance* dengan menerapkan faktor-faktor penerimaan diri seperti faktor penerimaan diri menurut Hurlock (2009) yaitu dengan pertama pengetahuan diri terdiri dari kesadaran untuk jujur dan menerima diri sendiri apa adanya. Kedua yaitu realistis akan apa yang ingin dicapai agar memiliki kesempatan lebih besar untuk mencapainya. Selanjutnya yaitu tidak adanya tekanan emosional yang berat dengan tidak usah memikirkan kekurangan, tidak menyalahkan diri sendiri, tidak membandingkan, dan fokus pada kelebihan yang dapat dikembangkan.

F. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor yang dapat lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti yang akan datang dalam lebih menyempurnakan penelitiannya karna penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian tersebut, antara lain:

1. Dalam proses pengambilan data, informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sebenarnya, hal ini terjadi karena kadang perbedaan pemikiran, anggapan dan pemahaman yang berbeda tiap responden, juga faktor lain seperti faktor kejujuran dalam pengisian pendapat responden dalam kuesionernya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan paparan analisis hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan data *self acceptance* diperoleh tingkat *self acceptance* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yaitu dari 226 mahasiswi sebesar 57,1% (129 mahasiswi) yang berada pada kategori sedang, yang artinya tingkat *self acceptance* mahasiswi sudah terpenuhi namun hanya sebagian saja. Karena belum semua aspek terpenuhi, mahasiswi yang masuk dalam kategori sedang harus dapat meningkatkan lagi *self acceptance* yang dimiliki, agar bisa mengatasi tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder*.
2. Berdasarkan data kecenderungan *body dysmorphic disorder* diperoleh tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dari 226 mahasiswi sebesar 52,7,% (119 mahasiswi) yang berada pada kategori sedang, yang artinya mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim cukup mampu mengontrol rasa tidak puas akan penampilan atau kondisi fisik yang ia miliki.

3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif antara *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Artinya semakin tinggi *self acceptance* yang dimiliki mahasiswi maka akan semakin rendah mahasiswi tersebut mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

B. Saran

1. Bagi Subjek

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mayoritas memiliki tingkat *self acceptance* (penerimaan diri) sedang. Dengan aspek pembentuk utama *self acceptance* yang paling rendah yaitu aspek *self protection from negative judgment from other*, aspek ini berkaitan dengan perlindungan diri dari perkataan negatif dari orang lain. Aspek ini harus lebih ditingkatkan agar tidak terjadi kecenderungan *body dysmorphic disorder*, dengan cara menjadikan semua perkataan negatif dari orang lain sebagai masukan yang positif, menerima segala kritik dan saran dari oranglain, dan selalu percaya akan apa yang kita miliki.

Selain itu mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mayoritas memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang. Dengan aspek pembentuk utama kecenderungan *body dysmorphic disorder* yaitu preokupasi. Preokupasi merupakan

kekhawatiran dan rasa tidak puas dengan beberapa aspek dari penampilan. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh akan menyebabkan individu memiliki *body image* yang negatif. Untuk mengurangi penilaian negatif terhadap tubuh dengan cara bersyukur. Bersyukur atas apa yang sudah diberikan oleh Tuhan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin menyempurnakan penelitian ini dan meneliti secara lebih jauh mengenai kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan *self acceptance* . Dapat memperluas ruang lingkup penelitian dengan memperhatikan variabel lain yang dapat mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan *self acceptance*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlya, S. I., & Zola, N. (Desember 2019 Vol.4 No.2). Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja. *Jurna Riset Tindakan Indonesia*, 59-62.
- Akbar, R., Silvana, M., & Alizar, A. F. (2019). Perancangan Aplikasi Pembayaran Non Tunai untuk Pengelolaan Bisnis Pencucian Mobil 1 dengan Memanfaatkan Teknologi QR Code. *jurnal umj*.
- Ali, M., & Asrori, M. (2012). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Amalianita, B., & Putri, Y. E. (2019). Perspektif Holland Theory serta Aplikasinya dalam Konseling Karir. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 63-70.
- An Nisa, E. N., Pratiwi, A., & Sari, R. P. (Juli 2022). HUBUNGAN ANTARA SELF-ESTEEMDENGAN KECENDERUNGAN BODY DYSMORPHIC DISORDERPADA REMAJA PUTRI DI SMK PGRI 13 CIKUPA TAHUN 2021. *Nusantara Hasana Journal*, 171-180.
- Andriani, R., Sagir, A., & Fadhila, M. (Desember 2021). Kebersyukuran Terhadap Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 133-150.
- Annisyah, K., & Susilarini, T. (Novembe r2022). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Profesi Model di X Agency. *archive76Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif Vol 2 No 3* , 76-84.
- Arikunto, P. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Association, A. P. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorder*. Washington DC : American Psychriatic Publishing.
- Azwar,MA, S. (2005). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzura, S. S., & Andjarsari, F. D. (Maret 2023). Hubungan Antara Self Esteem dan Self Acceptance Dengan Kecenderungan Body. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif Vol 3 No 1* , 106-115.

- Bernard, M. E. (July 2014). *The Strength of Self-Acceptance*. New York: Springer New York.
- Bjornson, PhD, A., Didie, PhD, E., & Phillips, MD, K. (2010). Body Dysmorphic Disorder. *Clinical Research*, Vol.12 No.2.
- Bugg, C. (1969 Vol. 3 No.3). Implications of Some Major Theories of Career Choice for Elementary School Guidance Programs. *American School Counselor Association*, 164-173.
- Cahyanti, F. A. (2018). Hubungan Antara Penerimaan Diri Terhadap Kecenderungan Gangguan Dismorfik Tubuh Pada Pengunjung Fitness di Surabaya.
- Cash, T., & Smolak, L. (2011). *Body Image : A handbook of science. Practice and prevention (2nd ed)*. New York: The Guilford Press.
- Chaplin, J. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Dewi, N. A. (2017). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan Peserta Didik. *Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Diana, N. N. (2019). Hubungan Self Esteem dan Self Acceptance dengan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswi.
- Faradina, N. (2016). Penerimaan Diri Pada Orangtua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Psikoborneo Vol.4 No.1*, 18-23.
- Fitroh, D. Z. (2022). Hubungan Antara Body Image dengan Penerimaan Diri (Self Acceptance) pada Korban Body Shaming. *Skripsi*.
- Froh, J., Charles , Y., & Todd B, K. (2009). Gratitude and subjective well- being in early adolescence:Examining gender differences. 0-650.
- Gottfredson, G., & Johnstun, M. L. (2009 Vol.58). John Holland's Contributions: A theory-Ridden Approach to Career Assistance. *The Career Development Quarterly*, 99-107.
- Gunarsa, S., & Gunarsa, Y. (1999). *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Handayani, M. M., Rahmawati, S., & Helmi, A. F. (1998). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*, No.2, 47-55.

- Hasmalawati, N. (2017 Vol.2 No.2). Pengaruh Citra Tubuh dan Perilaku Makan Terhadap Penerimaan Diri Pada Wanita. *Jurnal Psikoislamedia*, 107-115.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J. (1992). *Personality Theories : Basic Assumptions, Research, and Applications*. McGraw-Hill.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jersild, A. T. (1957). *The Psychology of Adolescence*. New york: The Mc Millan.
- Khoiriyah, A. L. (2019). Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18-25 tahun) Di Kota Malang. *Skripsi*.
- Kusumaningsih, L. S. (2017). Penerimaan Diri dan Kecemasan Terhadap Status Narapidana. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, Intuisi 9 (3).
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2012). *Career Development and Counseling Putting Theory and Research to Work*. New Jersey: John Willey & Son.
- Liedya, L., Br Tarigan, S. M., Marpaung, W., Justio, E., & Novina, T. (2020). Kecemasan Ditinjau dari Penerimaan Diri dan Dukungan pada Remaja Penyandang Tunanetra. *Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, Vol.17 N0.1 Hlm 28 - 35.
- Mardiani, N., & Rohaeni, E. (2018). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Pada Wanita Menopause. *Jurnal Kesehatan*, Vol.9 No.2.
- Marni, A., & Yuniawati, R. (Juli 2015). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENERIMAAN DIRI. *Jurnal Fakultas Psikologi Vol. 3, No 1*, 1-7.
- Mehmet, C., Michael, F., & Roizen. (2010). *Being beautiful :sehat cantik luar dalam*. Bandung: Qanita.
- Morgado, F. d., Campana, A. N., & Tavares, M. G. (2014). Development and Validation of the Self Acceptance Scale For Persons with Early Bindness: The SAS-EB. *Journal PLOS*, <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0106848>.
- Muttaqin, M., & Itsna. (2019). Keterkaitan Harga Diri Dan Penerimaan Diri Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswa. *Skripsi Thesis*.

- Nisrina, F. N. (2018). Pengaruh Body Image dan Komformitas Terhadap Self Acceptance pada Wanita Dewasa Awal. *Academia*.
- Nurlita, D., & Lisiswanti, R. (Desember 2016). Body Dysmorphic disorder. *Majority*, 80-85.
- Osipow, S. (1959). *Theories of Career Development*. New York: Appleton Century Croft.
- Padmi, A. U., & Susilarini, T. (2023). Hubungan Antara Kebersyukuran dan Kepercayaan Diri Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Siswa Kelas X Di SMK Tirta Sari Surya. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, Vol. 3 No. 2.
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (Juni 2016). Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 139-152.
- Phillips, K. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder: An essential guide*. New York: Oxford University Press.
- Phillips, M.D, K. (September 1991). Body Dysmorphic Disorder: The Distress of Imagined Ugliness. *Am J Psychiatry* 148:9, S, 1138-1149.
- Puspitasari, A. (2017). Hubungan Social Comparison Dan Body Dissatisfaction Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 59-66.
- Reardon, R. C., & Lenz, J. G. (1999). Holland's Theory And Career Assesment. *Journal of Vocational Behavior*, 102 - 113.
- Ridha, M. (2012 Vol.1 No.1). Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *Emphaty*, 111-121.
- Rosen, J. C., Rieter, J., & Orosan, P. (1995 Vol.63 No.2). Cognitive-Behavioral Body Image Therapy For Body Dysmorphic Disorder. *Journal Of Consulting and Clinical Psychology*, 263-269.
- Salsabilla, S. S. (2022). Hubungan Antara Self Esteem dan Self Acceptance dengan Kecenderungan Body Dismorphic Disorder Pada Remaja Putri Di SMA BPS&K 1 Jakarta. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, Vol. 3 No,1.
- Sari, E. P., & Nuryoto, S. (2002 No.2). Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau dari Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi*, 73-88.

Sheerer, E. T. (1949). An Analysis Of The Relationship Between Acceptance of and Respect for Other in ten counseling cases. *Journal Of Consulting Psychology*, 169-175.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: R&D.

Supriatiknya A. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi : Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius.

Triningtyas,S.Pd, M.Si, D. A. (2016). *Komunikasi Antar Pribadi*. Malang, Jawa Timur: CV. AE MEDIA GRAFIKA.

LAMPIRAN 1**SKALA SELF ACCEPTANCE**

Nama :

Fakultas :

Petunjuk Pengisian:

1. Jawablah kuisisioner dibawah ini dengan jujur karena tidak ada jawaban benar atau salah dalam kuisisioner ini
2. Berilah tanda centang (√) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan teman-teman saat ini.

S : Selalu SR : Sering KK : Kadang-Kadang TP : Tidak Pernah

SKALA 1

No	Pernyataan	S	SR	KK	TP
1	Saya merasa puas dengan tubuh saya.				
2	Saya merasa nyaman dengan penampilan yang saya miliki.				
3	Saya mencintai diri saya dengan apa adanya				
4	Saya menerima segala aspek yang ada pada tubuh saya				
5	Saya menerima kritikan sebagai masukan positif.				
6	Saya tidak terganggu dengan pendapat oranglain tentang saya.				
7	Saya percaya akan kemampuan yang saya punya				

8	Saya mengenali kemampuan diri saya				
9	Saya menghargai kemampuan diri saya				
10	Saya mau mengembangkan kemampuan diri saya				
11	Saya tidak puas dengan tubuh saya				
12	Saya tidak nyaman dengan penampilan saya				
13	Saya tidak mencintai diri saya				
14	Saya tidak menerima salah satu aspek yang ada pada tubuh saya				
15	Saya merasa kecewa saat orang lain mengkritik.				
16	Saya merasa terganggu dengan pendapat orang lain tentang saya.				
17	Saya ragu dengan kemampuan yang saya punya.				
18	Saya tidak mengenali kemampuan diri saya				
19	Saya tidak menghargai kemampuan diri saya				
20	Saya tidak mengembangkan kapasitas diri saya.				

LAMPIRAN 2**SKALA BODY DYSMORPHIC DISORDER**

Nama :

Fakultas :

Petunjuk Pengisian:

3. Jawablah kuisioner dibawah ini dengan jujur karena tidak ada jawaban benar atau salah dalam kuisioner ini
4. Berilah tanda centang (√) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan teman-teman saat ini.

S : Selalu SR : Sering KK : Kadang-Kadang TP : Tidak Pernah

SKALA 2

No.	Pernyataan	S	SR	KK	TAPI
1	Saya menghindari cermin/ berfoto ketika tidak suka melihat bagian tubuh saya				
2	Saya merasa bahwa saya terlalu kurus/gemuk				
3	Saya menghabiskan banyak waktu (lebih dari 1 jam) dan uang untuk dapat menyelesaikan masalah penampilan saya				
4	Saya merasa penampilan saya terlihat baik-baik saja				
5	Saya merasa cemas dengan penampilan saya				
6	Setelah bercermin saya merasa lebih percaya diri				

7	Saya menghindari pertemuan dengan orang lain				
8	Saya mengalami serangan panik atau sangat cemas saat melihat bagian tubuh saya				
9	Saya merasa iri dengan bentuk tubuh yang dimiliki orang lain				
10	Saya tidak memerlukan waktu yang banyak untuk bersiap-siap/ berdandan ketika akan keluar rumah				
11	Penampilan saya tidak membuat saya malu ketika bertemu dengan orang lain				
12	Saya merasa tidak ada yang perlu diubah dalam diri saya				
13	Saya merasa tidak ada yang perlu diubah dari tubuh saya				
14	Saya merasa percaya diri dalam setiap acara.				
15	Saya tidak merasa cemas ketika ada yang salah dengan diri saya				
16	Saya merasa beruntung dengan bentuk tubuh saya				

LAMPIRAN 3**HASIL UJI VALIDITAS****SKALA SELF ACCEPTANCE**

X.1	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,694** ,000 226
X.2	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,681** ,000 226
X.3	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,675** ,000 226
X.4	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,703** ,000 226
X.5	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,456** ,000 226
X.6	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,609** ,000 226
X.7	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,628** ,000 226
X.8	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,587** ,000 226
X.9	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,711** ,000 226
X.10	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,435** ,000 226

X.11	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,655** ,000 226
X.12	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,718** ,000 226
X.13	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,701** ,000 226
X.14	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,731** ,000 226
X.15	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,676** ,000 226
X.16	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,654** ,000 226
X.17	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,730** ,000 226
X.18	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,658** ,000 226
X.19	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,756** ,000 226
X.20	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,641** ,000 226
TOTAL_X	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 226

** . Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed)

* . Correlation is significant at the 0,05 level (2-tailed)

LAMPIRAN 4

HASIL UJI VALIDITAS
SKALA BODY DYSMORPHIC DISORDER

Y.1	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,699** ,000 226
Y.2	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,672** ,000 226
Y.3	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,610** ,000 226
Y.4	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,692** ,000 226
Y.5	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,733** ,000 226
Y.6	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,639** ,000 226
Y.7	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,507** ,000 226
Y.8	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,608** ,000 226
Y.9	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,726** ,000 226
Y.10	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,464** ,000 226

Y.11	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,570** ,000 226
Y.12	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,694** ,000 226
Y.13	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,667** ,000 226
Y.14	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,680** ,000 226
Y.15	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,563** ,000 226
Y.16	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,762** ,000 226
TOTAL_Y	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 226

** . Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed)

* . Correlation is significant at the 0,05 level (2-tailed)

LAMPIRAN 5**HASIL UJI RELIABILITAS***SKALA SELF ACCEPTANCE*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,930	20

SKALA BODY DYSMORPHIC DISORDER

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,905	16

LAMPIRAN 6

HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		226
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,69007135
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,038
	Positive	,038
	Negative	-,025
Test Statistic		,038
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

LAMPIRAN 7

HASIL UJI LINIERITAS

ANOVA Table							
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
BODY DISMORPHIC DISORDER * SELF ACCEPTANCE	Between Groups	(Combined)	14754,728	49	301,11 7	9,421	,000
		Linearity	13095,336	1	13095, 336	409,708	,000
		Deviation from Linearity	1659,392	48	34,571	1,082	,350
	Within Groups		5625,413	176	31,963		
	Total		20380,142	225			

LAMPIRAN 8

HASIL UJI HIPOTESIS

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,802 ^a	,643	,641	5,70276
a. Predictors: (Constant), SELF ACCEPTANCE				
b. Dependent Variable: BODY DISMORPHIC DISORDER				

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	13095,336	1	13095,336	402,668	,000 ^b
	Residual	7284,805	224	32,521		
	Total	20380,142	225			
a. Dependent Variable: <i>BODY DISMORPHIC DISORDER</i>						
b. Predictors: (Constant), <i>SELF ACCEPTANCE</i>						

LAMPIRAN 9**SKOR RESPONDEN SKALA *SELF ACCEPTANCE***

No : Nomer Responden

X1,X2,dst : Nomer aitem skala

TOT : Total

No. Responden	SELF ACCEPTANCE																				
	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	TOTAL
1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	44
2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	68
3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	61
4	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	2	2	2	38
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	80
6	2	2	3	3	3	2	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	4	4	4	3	64
7	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	47
8	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	61
9	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	47
10	2	2	2	3	2	1	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	57
11	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	59
12	3	2	2	2	3	1	2	3	4	4	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	55
13	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	75
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	77
15	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	49
16	2	2	3	2	2	2	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	4	4	4	4	62
17	2	2	2	2	2	2	3	4	4	4	2	3	2	3	3	3	4	4	3	2	56
18	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
19	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	56
20	4	4	4	3	2	1	4	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	68
21	4	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	67
22	2	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	66
23	2	2	4	4	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	1	2	3	3	3	3	59
24	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	68
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	69
26	4	2	4	2	2	4	4	2	4	2	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	63
27	4	4	4	2	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	74
28	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	57
29	3	4	2	2	2	2	2	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	58

30	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	55
31	4	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	65
32	3	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	69
33	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	50
34	3	2	2	2	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	56
35	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
36	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64
37	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	73
38	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	63
39	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
40	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
41	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	3	56
42	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	61
43	3	2	2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	68
44	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	51
45	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	62
46	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	73
47	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	63
48	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	66
49	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	76
50	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	57
51	1	2	3	3	3	3	2	2	2	3	1	1	2	3	4	4	3	4	4	3	53
52	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	64
53	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	4	4	4	56
54	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	64
55	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	53
56	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	56
57	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	57
58	4	3	4	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	59
59	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	57
60	2	3	3	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	1	3	3	3	2	2	2	52
61	2	1	2	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	38
62	2	1	2	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	3	3	3	3	40
63	1	2	2	2	3	2	1	3	2	3	1	2	3	2	2	3	1	2	2	2	41

64	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	42
65	2	2	3	2	3	4	4	4	3	3	2	1	4	3	2	2	3	3	4	3	57
66	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	36
67	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	3	3	3	2	46
68	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	34
69	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	59
70	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	50
71	2	4	1	3	2	2	1	4	1	3	3	1	3	2	2	3	4	4	2	2	49
72	4	2	3	2	4	2	3	1	3	4	3	4	3	2	3	1	4	3	2	3	56
73	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	60
74	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	50
75	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	1	1	2	3	3	3	1	2	2	3	49
76	1	2	2	2	1	2	3	3	2	4	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	37
77	2	2	3	2	3	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	56
78	3	3	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	67
79	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	40
80	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	50
81	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	48
82	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50
83	1	1	1	2	2	1	2	1	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	3	33
84	2	4	2	2	3	2	3	2	1	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	2	47
85	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	52
86	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	46
87	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	1	1	2	3	2	43
88	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	55
89	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	67
90	2	2	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	65
91	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	47
92	2	2	4	4	4	3	4	3	4	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	44
93	2	2	2	2	1	1	2	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	46
94	2	3	3	2	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	1	1	1	58
95	2	2	1	2	1	1	3	3	3	3	1	1	2	3	2	2	3	3	3	3	44
96	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	4	1	2	2	1	1	1	2	2	2	34
97	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	42

98	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	72
99	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	59
100	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	53
101	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	49
102	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	48
103	2	4	3	2	3	4	3	3	2	4	3	2	1	2	3	1	3	1	3	2	51
104	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	1	1	3	43
105	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	1	3	3	3	39
106	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4	2	2	3	4	3	2	64
107	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	3	3	1	1	2	2	2	3	37
108	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2	36
109	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41
110	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	65
111	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	40
112	1	1	4	2	4	3	4	4	4	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	42
113	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	3	3	37
114	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	47
115	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	54
116	1	2	2	1	2	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1	1	2	2	1	1	33
117	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	45
118	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	47
119	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	47
120	2	2	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	61
121	1	1	1	1	2	1	2	2	2	3	1	1	2	1	1	1	2	2	2	3	32
122	2	1	2	1	3	4	4	4	4	4	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	45
123	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	42
124	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	41
125	2	2	1	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	43
126	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	41
127	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	53
128	2	2	2	2	1	1	2	3	2	4	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	43
129	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	37
130	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	36
131	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	35

132	1	2	1	1	2	1	3	3	4	4	2	1	3	2	1	1	3	4	4	3	46
133	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	4	4	4	53
134	2	2	2	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	60
135	3	3	3	2	3	2	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	60
136	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	42
137	2	2	3	2	2	3	3	2	4	4	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	50
138	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	38
139	2	2	2	3	1	2	1	2	2	1	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	46
140	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	43
141	2	1	2	1	2	1	2	1	2	4	2	2	3	2	1	3	2	2	3	1	39
142	4	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	2	4	51
143	1	2	2	2	4	2	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	31
144	1	1	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	1	3	3	36
145	2	2	4	1	2	1	1	3	4	4	4	4	2	3	1	1	1	1	1	1	43
146	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
147	2	2	2	1	1	2	2	2	2	4	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	38
148	2	1	2	1	2	1	2	3	2	4	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	46
149	2	2	4	4	3	3	3	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	59
150	2	3	1	3	4	2	3	4	2	2	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	48
151	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
152	1	1	2	1	2	2	2	2	1	3	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	36
153	1	1	1	2	4	2	2	3	4	2	4	1	2	2	4	2	1	3	2	2	45
154	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	39
155	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	48
156	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	1	3	4	2	3	2	4	3	3	3	63
157	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	65
158	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	48
159	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	3	4	3	4	2	4	3	2	2	1	44
160	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	46
161	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	33
162	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	31
163	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
164	2	2	2	1	2	2	1	1	1	3	2	1	2	2	2	1	1	2	2	3	35
165	2	1	1	2	2	1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	30

166	2	2	3	3	1	2	4	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	2	2	4	47
167	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	43
168	2	1	1	2	2	2	3	2	2	4	1	1	2	2	3	3	3	3	2	3	44
169	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	54
170	3	3	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	70
171	1	2	2	2	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
172	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	4	4	4	62
173	1	1	2	1	1	2	3	3	1	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	49
174	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	36
175	2	2	2	2	2	1	2	1	2	4	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	35
176	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	48
177	1	1	2	2	3	1	2	1	2	3	1	1	2	2	3	1	1	1	2	2	34
178	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	40
179	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	43
180	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	42
181	2	2	2	2	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	4	57
182	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	34
183	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	62
184	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	3	31
185	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	3	4	1	2	3	4	1	2	3	3	53
186	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	56
187	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	1	1	2	2	2	2	39
188	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	48
189	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	3	3	4	3	57
190	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	33
191	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	2	1	1	1	2	1	1	26
192	2	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	4	2	57
193	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	1	4	4	4	4	2	2	2	2	49
194	3	4	2	2	3	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52
195	2	1	2	2	1	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	4	47
196	1	1	2	1	2	1	2	2	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	2	3	31
197	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	50
198	1	1	2	1	2	1	2	2	1	3	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	30
199	1	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	2	4	3	3	4	2	2	2	2	43

200	2	2	2	2	4	1	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	1	2	3	3	48
201	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	36
202	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	38
203	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	73
204	3	4	4	3	2	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	69
205	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	3	36
206	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	52
207	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	46
208	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	33
209	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	35
210	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	30
211	2	2	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	44
212	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	50
213	2	2	1	1	2	2	3	1	1	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	51
214	2	2	2	2	1	2	2	4	2	4	1	1	3	1	2	2	2	3	2	2	42
215	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	1	2	36
216	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	3	2	3	39
217	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	47
218	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	72
219	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	37
220	3	2	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	50
221	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	3	1	1	2	1	2	2	3	37
222	1	1	2	2	2	2	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	29
223	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	33
224	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	3	1	1	1	1	4	1	1	31
225	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	58
226	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2	1	2	1	2	2	2	4	40

LAMPIRAN 10**SKOR RESPONDEN SKALA *BODY DYSMORPHIC DISORDER***

No : Nomer Responden

Y1,Y2,dst : Nomer aitem skala

TOT : Total

BODY DISMORPHIC DISORDER (Y)																	
No. Responden	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	TOTAL
1	2	1	3	1	2	1	3	3	2	2	2	1	1	2	1	2	29
2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	58
3	3	2	4	2	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	39
4	2	1	3	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	2	23
5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	59
6	4	1	3	2	3	3	4	4	2	2	2	1	1	2	2	2	38
7	3	3	4	2	3	2	4	4	3	4	3	2	4	2	2	2	47
8	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	39
9	3	2	3	2	2	2	3	4	2	3	2	1	1	2	2	1	35
10	2	3	2	2	4	4	4	3	3	2	3	2	2	1	1	3	41
11	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	2	1	4	54
12	4	3	4	3	3	3	4	4	3	2	2	3	3	2	3	3	49
13	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	3	2	4	55
14	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	61
15	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	43
16	3	2	3	3	2	3	3	3	2	1	3	2	2	3	2	2	39
17	3	1	2	2	2	2	3	2	4	1	2	3	2	2	2	2	35
18	2	3	3	3	3	3	4	4	4	1	1	2	2	2	2	3	42
19	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	48
20	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	1	1	3	2	4	50
21	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	52
22	1	1	4	2	3	2	4	1	2	4	2	1	1	2	2	3	35
23	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	4	4	3	3	4	45
24	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	1	2	2	1	4	48
25	4	3	3	2	4	2	4	4	3	2	3	3	2	3	2	3	47
26	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	43
27	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	1	1	1	2	1	2	41
28	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	42
29	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	2	4	51
30	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	39
31	4	2	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	4	52

32	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	58
33	1	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	2	27
34	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	34
35	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	49
36	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	36
37	4	2	4	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	2	4	3	51
38	4	3	2	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	3	3	4	47
39	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	39
40	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	51
41	4	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	39
42	3	3	4	1	2	3	4	4	3	1	2	2	2	2	4	2	42
43	4	2	2	3	3	3	4	4	2	4	4	2	2	3	2	3	47
44	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	39
45	4	3	2	3	3	3	4	4	4	1	3	3	4	3	2	4	50
46	4	3	4	3	2	3	3	4	4	2	2	2	1	2	2	3	44
47	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	47
48	4	3	2	3	3	3	4	4	3	1	3	3	3	3	2	3	47
49	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	2	4	54
50	4	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	2	47
51	4	2	2	2	3	2	4	4	2	2	3	1	2	2	2	2	39
52	4	2	3	2	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	1	2	41
53	4	3	2	2	2	2	4	4	3	2	2	1	1	2	1	1	36
54	4	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	53
55	4	4	3	2	3	2	3	4	3	2	2	1	1	2	2	2	40
56	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	49
57	3	3	4	2	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	42
58	4	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	2	4	49
59	3	3	4	2	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	42
60	4	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	4	2	44
61	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	4	3	33
62	2	1	3	1	2	1	2	3	1	1	2	1	1	2	1	1	25
63	2	1	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	30
64	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	31
65	2	2	2	2	1	2	1	2	1	3	2	3	2	2	1	1	29

66	2	2	4	1	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	27
67	1	2	1	2	1	3	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2	30
68	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	18
69	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	39
70	2	1	2	1	1	1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	22
71	3	1	3	4	2	2	3	4	2	4	3	2	3	3	2	2	43
72	2	4	2	1	3	3	2	3	4	3	2	2	1	1	3	4	40
73	3	3	2	1	2	2	3	3	4	2	1	2	2	3	2	1	36
74	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	39
75	2	1	2	2	2	2	1	2	1	3	3	2	3	2	4	3	35
76	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	23
77	3	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	33
78	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	1	4	4	3	2	4	51
79	2	2	3	2	2	2	4	4	2	2	3	2	1	2	3	2	38
80	2	3	3	1	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	38
81	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	32
82	4	3	4	3	3	1	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	44
83	1	1	2	1	1	1	2	2	1	3	1	1	1	1	1	2	22
84	3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	42
85	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	39
86	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	23
87	2	2	2	2	1	1	4	2	1	3	2	3	4	3	4	3	39
88	2	4	4	2	2	2	3	4	2	3	2	1	1	1	1	2	36
89	4	3	2	4	1	4	1	3	3	4	1	2	2	2	2	2	40
90	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	58
91	3	1	2	2	3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	3	2	36
92	1	1	1	3	1	4	2	1	2	3	3	4	3	4	4	3	40
93	3	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	1	3	37
94	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	3	57
95	2	1	3	1	2	1	3	4	2	1	1	1	1	1	1	1	26
96	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	4	1	1	2	1	1	24
97	3	1	3	2	3	2	3	2	2	1	2	1	1	2	3	2	33
98	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	4	45
99	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	1	1	2	2	2	39

100	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	37
101	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	33
102	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	43
103	3	1	3	2	1	2	1	2	2	3	3	4	2	4	2	3	38
104	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	34
105	1	1	1	4	2	1	3	2	2	1	3	2	3	1	2	2	31
106	3	1	3	3	3	2	3	3	1	4	4	2	2	2	3	3	42
107	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	22
108	2	1	2	1	1	2	2	3	1	1	2	1	1	1	1	2	24
109	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	34
110	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	51
111	2	1	2	2	3	3	3	3	1	2	1	1	1	1	1	2	29
112	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	2	4	1	26
113	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	23
114	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	40
115	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	35
116	2	1	1	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	28
117	4	1	4	2	2	1	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	36
118	2	2	2	2	2	1	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	32
119	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	3	3	1	2	1	2	27
120	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	41
121	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	18
122	1	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	30
123	1	1	3	2	1	2	2	3	1	4	2	1	1	2	1	2	29
124	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	32
125	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	1	2	30
126	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	28
127	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	42
128	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	30
129	2	1	1	4	2	4	2	1	1	4	3	3	3	3	3	3	40
130	1	1	1	3	1	3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	24
131	1	1	3	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	23
132	2	2	1	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	23
133	3	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	32

134	4	2	2	3	3	4	3	3	2	2	1	2	3	3	3	3	43
135	3	2	2	3	2	4	2	1	2	4	3	3	2	2	3	2	40
136	1	1	2	2	1	2	3	3	2	2	1	1	1	1	4	2	29
137	2	1	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	43
138	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	33
139	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	31
140	1	1	2	1	2	1	3	2	1	2	1	1	2	1	1	1	23
141	1	1	1	2	1	3	2	1	2	4	2	2	2	2	1	2	29
142	2	1	1	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	32
143	3	1	2	2	1	2	1	1	1	4	4	2	2	2	2	1	31
144	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	22
145	1	1	1	1	4	1	4	4	1	4	4	2	2	4	2	1	37
146	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	22
147	1	1	4	2	1	2	1	1	1	4	4	2	2	2	4	4	36
148	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	35
149	4	2	4	2	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	43
150	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	1	1	24
151	3	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	30
152	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	1	31
153	2	1	1	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	34
154	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	31
155	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	41
156	2	2	2	4	3	2	1	1	2	3	3	4	4	4	4	4	45
157	3	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	45
158	3	4	4	2	4	2	3	4	3	2	2	1	2	2	1	2	41
159	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	25
160	3	1	3	2	1	4	4	3	2	3	2	2	2	2	2	3	39
161	2	1	2	3	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	27
162	3	4	3	1	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	34
163	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	43
164	2	2	3	1	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	28
165	1	2	1	1	1	1	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	21
166	3	2	2	3	1	2	3	3	3	1	2	2	2	3	2	2	36
167	2	1	2	2	1	2	3	3	1	1	2	2	2	1	1	2	28

168	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	24
169	3	4	3	3	4	2	3	2	4	3	2	3	3	2	1	3	45
170	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	58
171	3	3	4	2	2	1	2	4	1	4	2	4	1	1	2	2	38
172	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	1	1	1	3	3	4	47
173	2	4	4	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	39
174	2	1	2	2	1	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	30
175	3	1	1	2	1	1	2	3	1	2	2	1	1	2	2	4	29
176	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	33
177	3	1	3	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	23
178	2	1	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	31
179	2	2	1	1	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	35
180	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	31
181	4	2	3	2	3	2	2	4	1	4	3	2	2	1	2	2	39
182	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	28
183	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	49
184	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	20
185	1	2	3	1	1	3	3	4	1	3	2	1	4	3	2	1	35
186	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	35
187	1	1	1	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	29
188	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	34
189	3	2	4	2	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	45
190	3	1	2	1	1	2	4	3	1	3	1	1	1	2	1	1	28
191	1	1	1	1	1	4	1	2	1	4	4	4	4	4	4	4	41
192	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	2	4	54
193	3	1	1	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	25
194	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	43
195	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	35
196	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	3	1	1	1	1	2	24
197	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	36
198	1	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	21
199	2	2	2	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	32
200	2	4	2	2	1	2	2	3	1	1	2	1	1	2	1	2	29
201	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	1	33

202	1	1	1	2	3	2	2	2	1	3	1	1	1	2	1	2	26
203	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	2	1	4	3	4	52
204	4	2	4	4	3	3	4	3	2	3	2	2	3	4	3	4	50
205	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	20
206	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	33
207	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	38
208	2	1	3	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	29
209	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	31
210	2	2	1	3	2	4	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	31
211	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	31
212	2	1	2	2	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	33
213	3	4	4	2	3	2	4	4	4	1	2	2	1	2	2	1	41
214	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	3	28
215	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	23
216	2	1	1	3	2	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	1	24
217	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	30
218	3	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	58
219	2	1	3	3	3	4	3	2	3	2	1	2	2	2	1	2	36
220	2	3	3	2	2	2	4	3	2	2	1	2	2	1	2	3	36
221	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	24
222	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	18
223	3	2	1	3	2	4	2	3	4	1	1	2	2	1	2	2	35
224	2	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	29
225	4	1	3	2	3	2	2	3	2	4	2	1	1	2	2	2	36
226	2	1	3	2	2	2	4	3	1	3	3	2	2	2	2	1	35

**PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP KECENDERUNGAN
BODY DYSMORPHIC DISORDER PADA MAHASISWI ANGKATAN 2019
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Amalia Nabilah Fatin
Muhammad Jamaluddin, M.Si, Umdatul Khoirot, M.Psi.
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Email : amalianabilafatin@gmail.com

Abstrak

Kecenderungan *Body dysmorphic disorder* adalah gangguan dimana seseorang akan merasa malu dengan penampilannya dan terlalu fokus pada penampilan mereka sampai melakukan hal-hal untuk bisa memperbaiki kekurangan tersebut. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* lebih banyak dialami oleh remaja dan dewasa awal, karena pada usia remaja dan dewasa awal lebih mudah terpengaruh oleh citra tubuh yang ideal. Fenomena ini juga ditemukan di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Ketidakpuasan seseorang terhadap penampilan fisiknya menunjukkan bahwa orang tersebut memiliki penerimaan diri (*self acceptance*) yang negatif. Adapun tujuan penelitian ini 1) Mengetahui tingkat *self acceptance* mahasiswa angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2) Mengetahui tingkat *body dysmorphic disorder* mahasiswa angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 3) Mengetahui pengaruh antara *self acceptance* dengan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa kuesioner dengan *self acceptance* sebagai variabel bebas, dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebagai variabel terikat. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* dan jumlah responden dalam penelitian ini adalah 226 mahasiswa. Metode pengumpulan data menggunakan skala likert dengan teknik analisa data menggunakan analisa regresi linier sederhana.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self acceptance* mahasiswa mayoritas pada tingkat sedang dengan presentase 57,1% (129 mahasiswa). Sedangkan untuk tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* mahasiswa mayoritas pada tingkat sedang dengan presentase 52,7% (119 mahasiswa). Berdasarkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,643 yang berarti bahwa sumbangan relatif yang diberikan *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 64,3%. Artinya pengaruh *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 64,3% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci : *Self Acceptance, Kecenderungan Body dysmorphic disorder*

Masa Dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Dengan memasuki tahap baru, tentunya akan mengubah kebiasaan dan cara pandang seseorang. Seperti cara seseorang berpenampilan, cara orang bergaul dengan teman-teman dan lingkungan, mengeksplorasi berbagai gaya hidup. Sebagaimana sudah dijelaskan oleh Mathes (dalam Hurlock, 1980;255) bahwa jika seseorang memiliki penampilan yang menarik akan diterima di dalam pergaulan dan sebaliknya jika seseorang memiliki penampilan yang tidak menarik akan menghambat pergaulan. Karena pentingnya memiliki berpenampilan yang sempurna dan menarik dikalangan mahasiswi membuat mereka melakukan berbagai cara agar memiliki penampilan fisik yang menarik seperti olahraga, menggunakan *make up*, bahkan ada juga yang melakukan operasi.

Sudah banyak wanita memiliki pandangan diri yang baik namun tidak sedikit dari para mereka yang memiliki pandangan buruk tentang dirinya.. Citra tubuh yang negatif tersebut mempengaruhi suatu individu mengalami gejala kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan muncul ketika individu terlalu memperhatikan fisiknya secara berlebihan. Individu dapat dikatakan mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*, saat dirinya sibuk dengan penampilan mereka secara keseluruhan (Andri S.Bjornson, 2010; 222).

Kemudian, peneliti melakukan survei awal pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Survei tersebut disebarkan pada 125 mahasiswi dari beberapa fakultas. Hasil survei menunjukkan bahwa 119 (95,2%) orang mahasiswi memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Dari 119 (95,2%) orang yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* diantaranya 27 (21,6%) orang mahasiswi selalu merasa khawatir dengan penampilan fisiknya, 66 (52,8%) orang mahasiswi sering merasa khawatir dengan penampilan fisiknya, 26 (20,8%) orang mahasiswi terkadang merasa hal tersebut. Sedangkan sisa dari 119 (95,2%) orang yang memiliki kecenderungan *body*

dysmorphic disorder adalah 6 (4,8%) orang tidak pernah merasa khawatir dengan penampilan fisiknya.

Phillips (2009) menjelaskan beberapa faktor yang mampu mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* salah satunya yaitu faktor psikologi. Pada faktor psikologi terdapat nilai dan sifat kepribadian dimana orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* tidak bersifat asertif, terlalu reaktif secara emosional terhadap tanggapan dan kritik, memiliki harga diri dan penerimaan diri yang rendah karena tidak bisa menerima apa yang mereka miliki.

Menurut Gunarsa (1999) Penerimaan diri merupakan sebuah tolak ukur sejauh mana individu mampu menerima karakter yang dimilikinya dan menggunakannya untuk menjalani kelangsungan hidup. Proses seseorang untuk menerima dirinya dapat membuat individu terbebas dari rasa malu, rasa khawatir, rasa cemas akan adanya penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya. Penerimaan diri erat kaitannya dengan penerimaan terhadap kondisi fisik yang dimiliki oleh individu. Hal serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Salsabilla dan Maryatmi (2023) yang memfokuskan pada hubungan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA BPS&K 1 Jakarta. Salsabila (2023:18) menemukan bahwa adanya hubungan dengan arah yang *negatif* dan signifikan. Yaitu semakin rendah *self acceptance* maka semakin tinggi tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA BPS&K 1 Jakarta.

Berdasarkan fenomena diatas, dapat dijelaskan bahwa mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Maka peneliti tertarik mengkaji dan mengamati topik tersebut lebih dalam dengan mengangkat judul “Pengaruh *Self Acceptance* Terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Mahasiswa Angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Dengan menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas yaitu *self acceptance* dan variabel terikat yaitu kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Subjek pada penelitian ini yaitu 226 mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dari 7 fakultas. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket yang berupa skala likert. Dengan dua skala yang digunakan sebagai alat ukur penelitian, yaitu skala *self acceptance* yang mengacu pada teori Morgado et al (2014) dan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang mengacu pada teori Phillips (2009). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik analisa regresi linier sederhana.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Kategorisasi *Self Acceptance*

Niai	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$X \geq 61,4$	Tinggi	47	20,8%
$38,14 \leq X < 61,4$	Sedang	129	57,17%
$X < 38,14$	Rendah	50	22,1%
Jumlah		226	100%

Berdasarkan tabel 1 diketahui tingkat *self acceptance* mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh sebesar 57,1% yaitu 129 mahasiswi yang memiliki tingkat penerimaan diri / *self acceptance* sedang.

Tabel 2. Kategorisasi Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Niai	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$X \geq 48$	Tinggi	31	13,7%
$32 \leq X < 48$	Sedang	119	52,7%
$X < 32$	Rendah	76	33,6%
Jumlah		226	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa frekuensi dan presentase tingkat *body dysmorphic disorder* UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh sebesar 52,7,% yaitu 119 mahasiswi yang memiliki tingkat *body dysmorphic disorder* sedang dari total subjek sebanyak 226 mahasiswi.

Selanjutnya peneliti melakukan uji normalitas dan uji linieritas pada kedua variabel. Penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah Kolmogorov-smirnov dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Klasifikasi	Nilai Asymp. Sig. (-taioled)	Keterangan
<i>Self Acceptance dan Body Dysmorphic Disorder</i>	0,200	Berdistribusi Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi 0,200 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal. Kemudian, peneliti menggunakan uji linieritas menggunakan bantuan SPSS yaitu dengan test for linearity.

Tabel 4. Hasil Uji Linieritas

Klasifikasi	Nilai Sig.	Keterangan
<i>Self Acceptance dengan Body Dysmorphic Disorder</i>	0,350	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas diketahui nilai Signifikan deviation from linearity sebesar Sig. (p) 0,350 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel *self acceptance* dan variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Kemudian peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi sederhana.

Tabel 5. Tabel Hasil Signifikansi

Mean Square	F	Sig.
13095,336	402,668	0,000

Dari tabel diatas diketahui bahwa F hitung = 402,668 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel partisipasi atau dengan kata lain ada pengaruh variabel *self acceptance* (X) terhadap variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Y)

DISKUSI

Berdasarkan hasil uji deskriptif pada data hipotetik dapat diketahui bahwa tingkat *self acceptance* pada mahasiswi perempuan angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil penelitian dari data hipotetik dapat diketahui bahwa sebesar 57,1% yaitu 129 mahasiswi yang memiliki tingkat penerimaan diri / *self acceptance* sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar telah memiliki *self acceptance* yang cukup baik. Pada tingkat sedang ini, aspek tingkat *self acceptance* mahasiswi sudah terpenuhi namun hanya sebagian saja. Karena belum semua aspek terpenuhi, mahasiswi yang masuk dalam kategori sedang harus dapat meningkatkan lagi *self acceptance* yang dimiliki, agar bisa mengatasi tingkat *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Menurut Carson & Butcher 1992 (dalam Handayani 1998,48) Penerimaan diri dapat dicapai apabila aspek-aspek dari *self acceptance* dalam keadaan *congruence*, di mana penerimaan diri individu sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan keadaan yang diinginkannya.

Sedangkan hasil uji analisis deskriptif yang dilakukan pada variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* mendapatkan hasil kategorisasi sedang. Kategori sedang memperoleh hasil skor sebesar 52,7,% yaitu 119 mahasiswi yang memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang, mereka memikirkan penampilan tetapi tidak menjadi masalah besar untuk berinteraksi dengan oranglain, masih percaya diri untuk tampil di depan orang lain. Artinya

sebagian mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim cukup mampu mengontrol rasa tidak puas akan penampilan atau kondisi fisik yang ia miliki. Menurut Watkins (dalam Ramdani,2021: 54),kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) adalah cacat penampilan fisik yang dibayangkan atau fokus berlebihan pada cacat yang sebenarnya tidak diperlukan.

Berdasarkan hasil data yang telah diuraikan bahwa jika semakin rendah tingkat *self acceptance* individu akan semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* individu. Hal ini terjadi dikarenakan individu yang kurang mampu menerima kekurangan yang ada dalam dirinya. Individu yang selalu merasa kekurangan dengan segala yang dia miliki maka akan terus ada pemikiran negatif tentang kekurangan pada penampilannya tersebut. Pemikiran negatif pada individu dan tidak dapat menerima kekurangan yang dimiliki yang menyebabkan individu dapat mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa tingkat *self acceptance* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang masuk dalam kategori sedang pada setiap aspeknya. Dimana mahasiswi harus bisa meningkatkan *self acceptance* tersebut agar dapat mengurangi tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Meningkatkan tingkat *self acceptance* dengan menerapkan faktor-faktor penerimaan diri seperti faktor penerimaan diri menurut Hurlock (2009) yaitu dengan pertama pengetahuan diri terdiri dari kesadaran untuk jujur dan menerima diri sendiri apa adanya. Kedua yaitu realistis akan apa yang ingin dicapai agar memiliki kesempatan lebih besar untuk mencapainya. Selanjutnya yaitu tidak adanya tekanan emosional yang berat dengan tidak usah memikirkan kekurangan, tidak menyalahkan diri sendiri, tidak membandingkan, dan fokus pada kelebihan yang dapat dikembangkan.

KESIMPULAN

1. Tingkat *self acceptance* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yaitu dari 226 mahasiswi sebesar 57,1% (129 mahasiswi) yang berada pada kategori sedang, yang artinya tingkat *self acceptance* mahasiswi sudah terpenuhi namun hanya sebagian saja.
2. Tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dari 226 mahasiswi sebesar 52,7,% (119 mahasiswi) yang berada pada kategori sedang, yang artinya mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim cukup mampu mengontrol rasa tidak puas akan penampilan atau kondisi fisik yang ia miliki.
3. Terdapat pengaruh yang negatif antara *self acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Artinya semakin tinggi *self acceptance* yang dimiliki mahasiswi maka akan semakin rendah mahasiswi tersebut mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

SARAN

Bagi subjek mahasiswi angkatan 2019 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mayoritas memiliki tingkat *self acceptance* (penerimaan diri) sedang. Dengan aspek yang paling rendah pada tingkat *self acceptance* yaitu aspek *self protection from negative judgment from other*, aspek ini berkaitan dengan perlindungan diri dari perkataan negatif dari orang lain. Aspek ini harus lebih ditingkatkan agar tidak terjadi kecenderungan *body dysmorphic disorder*, dengan cara menjadikan semua perkataan negatif dari orang lain sebagai masukan yang positif, menerima segala kritik dan saran dari oranglain, dan selalu percaya akan apa yang kita miliki.

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin menyempurnakan penelitian ini dan meneliti secara lebih jauh mengenai kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan *self acceptance*. Dapat memperluas ruang lingkup penelitian dengan

memperhatikan variabel lain yang dapat mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan *self acceptance*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, P. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Association, A. P. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorder*. Washington DC : American Psychiatric Publishing.
- Azwar,MA, S. (2005). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzura, S. S., & Andjarsari, F. D. (Maret 2023). Hubungan Antara Self Esteem dan Self Acceptance Dengan Kecenderungan Body. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif Vol 3 No 1* , 106-115.
- Chaplin, J. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Diana, N. N. (2019). Hubungan Self Esteem dan Self Acceptance dengan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswi.
- Gunarsa, S., & Gunarsa, Y. (1999). *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Handayani, M. M., Rahmawati, S., & Helmi, A. F. (1998). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*, No.2, 47-55.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jersild, A. T. (1957). *The Psychology of Adolescence*. New york: The Mc Millan.
- Mehmet, C., Michael, F., & Roizen. (2010). *Being beautiful :sehat cantik luar dalam*. Bandung: Qanita.
- Morgado, F. d., Campana, A. N., & Tavares, M. G. (2014). Development and Validation of the Sef Acceptance Scale For Persons with Early Bindness: The SAS-EB. *Journal PLOS*, <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0106848>.

- Muttaqin, M., & Itsna. (2019). Keterkaitan Harga Diri Dan Penerimaan Diri Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswa. *Skripsi Thesis*.
- Phillips, K. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder: An essential guide*. New York: Oxford University Press.
- Phillips, M.D, K. (September 1991). Body Dysmorphic Disorder: The Distress of Imagined Ugliness. *Am J Psychiatry* 148:9, S, 1138-1149.
- Puspitasari, A. (2017). Hubungan Social Comparison Dan Body Dissatisfaction Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 59-66.
- Rosen, J. C., Rieter, J., & Orosan, P. (1995 Vol.63 No.2). Cognitive-Behavioral Body Image Therapy For Body Dysmorphic Disorder. *Journal Of Consulting and Clinical Psychology*, 263-269.
- Salsabilla, S. S. (2022). Hubungan Antara Self Esteem dan Self Acceptance dengan Kecenderungan Body Dismorphic Disorder Pada Remaja Putri Di SMA BPS&K 1 Jakarta. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, Vol. 3 No,1.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: R&D.
- Supriatiknya A. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi : Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius.

