

Body Image and Body Dysmorphic Disorder Tendency of Women Social Media Users

Body Image dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Perempuan Pengguna Media Sosial

Nurul Islamiyah¹, Sitti Murdiana², Ismalandari Ismail³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

Email: ¹ Nhurulnislam30@gmail.com, ² Sittimurdiana@gmail.com, ³ Ismalandari@unm.ac.id

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 2023-07-21

Revisi 2023-08-13

Diterima 2023-09-19

Keyword:

Body Dysmorphic Disorder;
Body Image;
Social Media

ABSTRACT

Body image is a psychological factor that causes body dysmorphic disorder tendencies. Where, individuals feel satisfied or dissatisfied with the shape of the body so that they try to achieve the desired body. The purpose of the study was to determine the relationship between body image and the tendency of body dysmorphic disorder in female social media users. The survey of this study was 202 subjects. The study used quantitative methods using Spearman rho correlation data analysis techniques with a coefficient of -0.469 with $p=0.00$ ($p<0.05$). The results show that there is a very significant negative relationship between body image and the tendency of body dysmorphic disorder in female social media users. This means that the lower the body image, the higher the tendency of body dysmorphic disorder and vice versa, the higher the body image, the lower the tendency of body dysmorphic disorder in social media users. So, a female social media user may feel satisfied with herself. However, she can also unconsciously develop an obsession to be better, cover up flaws and continue to change her appearance.

ABSTRAK

Body image merupakan faktor psikologi penyebab terjadinya kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Dimana, individu merasa puas ataupun kurang puas dengan bentuk tubuh sehingga mengusahakan tercapainya tubuh yang di inginkan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada perempuan pengguna media sosial. Survei penelitian ini adalah 202 subjek. Penelitian menggunakan metode kuantitatif menggunakan teknik analisis data korelasi Spearman rho dengan hasil koefisien sebesar -0,469 dengan $p=0,00$ ($p<0,05$). Hasil menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada perempuan pengguna media sosial. Hal ini berarti bahwa semakin rendah *body image*, semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* begitupun sebaliknya, semakin tinggi *body image*, semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada pengguna media sosial. Jadi, perempuan pengguna media sosial bisa saja merasakan kepuasan terhadap dirinya. Tetapi, dia juga bisa tidak sadar mengembangkan obsesi untuk menjadi lebih baik, menutupi kekurangan dan terus mengubah penampilan dirinya.

Kata Kunci

Body Dysmorphic Disorder;
Body Image;
Media Sosial

Copyright © 2023 Nurul Islamiyah, Sitti Murdiana & Ismalandari Ismail

Korespondensi:

Nurul Islamiyah

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

Email: Nhurulnislam30@gmail.com



LATAR BELAKANG

Kehidupan manusia yang selalu bergerak maju yang tidak terlepas dari perubahan-perubahan yang tidak bisa dihindari (Oktaviani, 2019). Zaman yang sudah canggih media sosial banyak digunakan oleh masyarakat. Lewat media sosial masyarakat memperoleh berbagai jenis informasi salah satunya terkait dengan tolak ukur tubuh yang ideal. Menurut Kumalasari dan Rahayu (2022) mengenai tubuh perempuan tentunya merujuk pada pembicaraan tubuh ideal, dimana perempuan menilai tubuh yang ideal, umumnya dipengaruhi lingkungan sosial dan budaya. Masyarakat industrialis saat ini sangat memperhatikan bentuk tubuh perempuan yang berakibat pada penampilan tubuh yang menjadi hal yang penting pada zaman sekarang ini (Astila & Murdiana, 2021). Banyak pengguna media sosial berbasis foto dan video mengarah pada peningkatan internalisasi gambaran tubuh ideal dan peningkatan perbandingan tersebut (Andini, 2020). Informasi dari perbandingan sosial tersebut bisa mempengaruhi perasaan, tindakan, tujuan, dan bagaimana individu melihat dan mengevaluasi dirinya sendiri dengan orang lain (Wood, 1989).

Penilaian individu dengan diri dan membandingkan diri dengan orang lain, terutama para selebriti yang ada di media sosial, bisa dari pengaruh iklan yang menawarkan produk dengan iklan idola-idola tertentu, film, ataupun sinetron dengan menampilkan pola perilaku gaya hidup (Rombe, 2013). Dampaknya individu merasakan ketidaknyamanan dengan bentuk tubuh dan mempunyai obsesif tentang tubuh ideal ataupun sebaliknya mengembangkan rasa kenyamanan terhadap bentuk tubuhnya. Sekarang semua bisa di lihat di media sosial, standar suatu budaya di lingkungan individu yang membuat persepsi individu mengenai standar ideal. Meskipun tumbuh kesadaran bahwa media sosial menyampaikan penggambaran individu yang tidak realistis untuk tujuan promosi diri, ada kekhawatiran yang berkembang tentang bagaimana meminimalkan efek merugikan dari kehadiran media sosial terutama di kalangan wanita muda (Rodgers dkk., 2021).

Pada masa dewasa awal dimulai pada umur 18-40 tahun di mana terjadinya perubahan fisik dan psikologis, individu merasa perkembangan fisik dirinya sudah selesai dimasa remaja akan tetapi fisik terus mengalami perubahan hingga mati. Sehingga perempuan mulai mengembangkan body image dimana mulai menilai dirinya dengan orang lain mengenai bentuk tubuh. Menurut penelitian Santoso dkk (2019) wanita dewasa awal mempunyai keinginan untuk tetap tampil cantik, menarik, dan ideal. Keindahan penampilan fisik merupakan sesuatu yang sangat didambakan terutama wanita dewasa. Persepsi, pikiran, perasaan, keyakinan, dan tindakan individu dengan penampilannya seperti bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan sikap yang dibentuk individu terhadap karakteristik dari bagian tubuhnya merupakan *body image* (Cash, 2008).

Body image adalah pengalaman individu dalam persepsi terhadap tubuh ideal dan perilaku mengarah pada evaluasi diri terhadap penampilan fisik. Diana (2019) mengatakan persepsi individu terbagi dua penilaian *negative* atau positif, individu puas dengan kondisi fisiknya maka

penilaian yang muncul dalam dirinya adalah positif dan sebaliknya jika individu kurang puas dengan penampilan fisiknya maka yang muncul penilaian negatif (Andini, 2020). *Body image* positif yang dimiliki individu tersebut tinggi, memberikan kepuasan pada penampilan fisik individu tersebut sehingga memunculkan gejala *body dysmorphic disorder* yang rendah sebaliknya jika, *body image* negatif yang dimiliki individu tinggi akan memberikan ketidakpuasan pada penampilan fisik individu tersebut sehingga memunculkan gejala *body dysmorphic disorder* yang tinggi. Phillips (2009) mengatakan bahwa salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi *body dysmorphic disorder* adalah *body image*. Hal ini didukung oleh penelitian Santoso dkk. (2019) 58,2% *body image* memiliki pengaruh yang besar dengan munculnya kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Pandangan individu dewasa awal yang sering memperbaiki penampilan, sedikit yang menyangkal penampilan sesuai tingkat kepuasan dirinya. Namun, sebagian individu menganggap bahwa puas dengan penampilan menimbulkan tekanan di kehidupan sosialnya atau kesehatan metalnya. Ketidakpuasan berlebihan pada bagian tubuh disebut kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan perasaan yang berlebihan dengan ketidakpuasan terhadap tubuh, memiliki pikiran negatif mengenai keadaan tubuh (Annisyah & Susilarini, 2022). Kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang muncul, jika tidak ditangani secara efektif bisa mengarah menjadi gangguan (Prastuti & Mulyani, 2020).

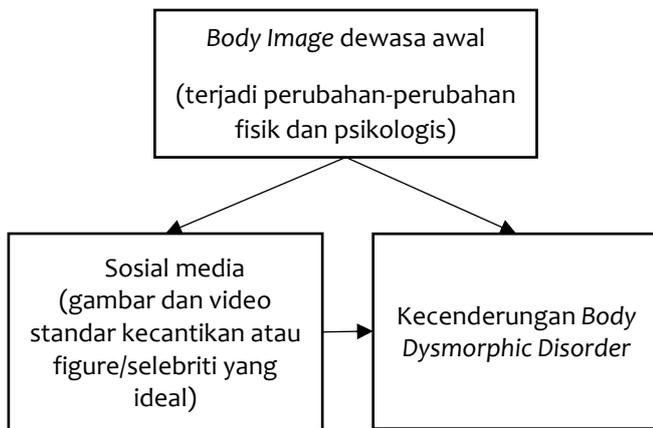
Davidson, Naele, dan Kring (2010) mengatakan bahwa *body dysmorphic disorder* masuk kedalam gangguan somatoform yang merupakan gangguan psikologis yang timbul dalam bentuk fisik dan tidak bisa dijelaskan secara fisiologis. Giulio (2020) mengatakan bahwa *body dysmorphic disorder* adalah gangguan dimana individu mengalami perubahan secara berlebihan dan tidak sadar perhatian individu tersebut dengan cacat fisik padahal cacat tersebut tidak diperhatikan atau diabaikan oleh individu lain bahkan menganggap tidak ada. Amrizon dkk (2022) mengatakan gangguan tersebut bisa berdampak pada kondisi individu di mana merasakan stress, menderita, bahkan bisa menimbulkan bunuh diri.

Seseorang mengalami gejala kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan sering memperbaiki penampilan saat berada pada lingkungan sosial. Menurut penelitian Annisyah dan Susilarini (2022) usaha yang dilakukan individu dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* seperti berusaha berdandan mempercantik penampilan, menjalani program diet untuk tubuh ideal, olahraga yang berlebih, atau upaya merubah bentuk tubuh seperti melakukan treatment tubuh dan wajah bahkan operasi kecantikan. Sementara penelitian Nourmalita (2016) usaha wanita dewasa dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* untuk mendapatkan tampilan fisik yang ideal untuk terlihat menarik, menggunakan pakaian yang sesuai ataupun melakukan perawatan tubuh dan wajah, namun itupun belum memuaskan penampilan mereka. Individu dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* selalu memikirkan

penampilan secara berulang dan perilaku-perilaku memakan waktu yang berlebih seperti memeriksa penampilan di cermin dan penggunaan *make-up* yang lama saat berhias.

Penelitian Wahyudi & Yuniardi (2019) di dapatkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh *body image* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Pada penelitian Nourmalita (2016) di dapatkan hasil penelitian bahwa *body image* memiliki pengaruh terhadap *body dysmorphic disorder*. Pada penelitian Santoso dkk (2019) di dapatkan hasil ada hubungan positif kepuasan *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Penelitian terbaru yang dilakukan Annisyah dan Susilarini (2022) di dapatkan hasil ada hubungan signifikan dengan arah yang negatif antara *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Peneliti ingin mengetahui apakah perempuan bermain media sosial bisa mengembangkan kepuasan pada penampilan fisik, bahagia dengan bentuk tubuh, tidak khawatir gemuk, menganggap tubuh ideal, dan orientasi penampilan baik, memunculkan kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang rendah atau sebaliknya, perempuan bisa mengembangkan ketidakpuasan pada penampilan fisik, tidak bahagia dengan bentuk tubuh, khawatir gemuk, menganggap tubuh tidak ideal, dan orientasi penampilan buruk, memunculkan kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang tinggi.



Gambar 1. Kerangka Pikir

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, peneliti melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada perempuan pengguna media sosial”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada perempuan pengguna media sosial. Peneliti berharap penelitian ini memberikan manfaat dalam bidang psikologi dan menjadi acuan peneliti sejenis tentang informasi *body image* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

METODE PENELITIAN

Variabel yang digunakan dari riset ini terdiri atas variabel independen *body image* (X) dan variabel dependen kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Y). *Body image*

adalah penilaian individu tentang tubuh ideal dan persepsi penampilan positif atau negatif individu tersebut terhadap karakteristik tubuhnya. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan perlakuan yang berulang-ulang dalam berpenampilan yang menarik, dimana individu tersebut merasa belum puas dengan penampilan fisik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian non parametrik menggunakan koefisien korelasi *Rank Spearman* untuk melihat korelasi hubungan antara karakteristik dua variabel penelitian. Hadi (2004) mengatakan bahwa *rank spearman correlation* adalah teknik statistik yang dilakukan untuk menunjukkan kekuatan hubungan linear dan arah hubungan dua variabel acak dengan besaran suatu korelasi berkisar +1 s/d -1.

Jumlah subjek yang digunakan yaitu perempuan dewasa awal usia 18-40 tahun di kota Makassar yang memiliki media sosial aktif. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *Accidental Sampling*. Siyoto dan Sodik (2015) mengatakan bahwa teknik *Accidental Sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan kebetulan jadi, mengambil siapa saja yang kebetulan ditemui sepanjang proses penelitian berlangsung, sepanjang cocok dengan kriteria responden yang sudah ditetapkan sebagai sumber data.

Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala mengukur *body image* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang telah diadaptasi oleh Wahyudi dan Yuniardi (2019). nilai reliabilitas skala *body image* sebesar 0,762 serta skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 0,848, disimpulkan kalau kedua instrument tersebut reliabel karena mempunyai nilai koefisien > 0, 7. Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert. Tahap ini peneliti menyebarkan skala quisioner secara *offline* dan *online*. Jumlah aitem setelah uji coba yaitu 19 aitem untuk skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan 12 aitem untuk skala *body image*.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 202 subjek. Analisis data dalam penelitian ini berdasarkan pada usia, jenis pekerjaan, jenis sosial media yang digunakan, dan perilaku dominan subjek dalam kedua variabel.

Tabel 1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
18 tahun	21	10%
19 tahun	53	26%
20 tahun	33	16%
21 tahun	52	26%
22 tahun	24	12%
23 tahun	10	5%
24 tahun	4	2%
25 tahun	4	2%
26 tahun	1	1%
Total	202	100%

Tabel 2. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Pekerjaan

Usia	Jumlah	Persentase
Mahasiswa	199	99%
Pegawai Wiraswasta	3	1%
Total	202	100%

Berdasarkan tabel 1 dan 2 diketahui dari 202 subjek. Subjek dominan direntang usia 19 tahun berjumlah 53 dan usia 21 tahun berjumlah 52 dengan persentase 26% dan subjek lebih dominan berprofesi sebagai mahasiswa yakni 185 (92%).

Tabel 3. Deskripsi Subjek Berdasarkan Media Sosial Aktif

Media Sosial	Persentase
Instagram	44%
Tiktok	25%
Youtube	19%
Facebook	12%
Total	100%

Berdasarkan tabel 3 diketahui dari 202 subjek. Subjek sebanyak 186 (44%) memiliki media sosial aktif Instagram.

Body Image

Tabel 4. Persentase Skor Kategorisasi Body Image

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 28	7	3,47
Sedang	28 - 44	149	73,76
Tinggi	44 <	46	22,77
Total		202	100,00

Berdasarkan tabel 4 Hasil kategorisasi dari 202 subjek menunjukkan sebagian besar yakni 149 (73,76%) memiliki tingkat *body image* yang sedang.

Tabel 5. Persentase Skor Kategorisasi Body Image

Aspek	Kriteria	Frekuensi	kategorisasi	Persen
<i>Apparance Evaluation</i>	< 5	23	Rendah	11,39
	5 - 7	151	Sedang	74,75
	7 <	28	Tinggi	13,86
<i>Appearance Orientation</i>	< 5	4	Rendah	1,98
	5 - 10	120	Sedang	59,41
	10 <	78	Tinggi	38,61
<i>Body Area Satisfaction</i>	< 7	7	Rendah	3,47
	7 - 11	135	Sedang	66,83
	11 <	60	Tinggi	29,70
<i>Overweight Preoccupation</i>	< 2	24	Rendah	11,88
	2 - 4	126	Sedang	62,38
	4 <	52	Tinggi	25,74
<i>Self Classified Weight</i>	< 7	19	Rendah	9,41
	7 - 11	118	Sedang	58,42
	11 <	65	Tinggi	32,18

Berdasarkan tabel 5 dari 202 subjek. Kategori tinggi yang paling dominan pada aspek *Apparance orientattion* 36.81% lebih tinggi dari semua kategori tinggi pada seluruh aspek X. Sedangkan jika di hitung frekuensi subjek dominan pada aspek *Apparance evaluation* pada kategori sedang.

Body Dysmorphic Disorder

Tabel 6. Persentase Skor Kategorisasi Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 37	27	13,37
Sedang	37 - 59	163	80,69
Tinggi	59 <	12	5,94
Total		202	100,00

Berdasarkan tabel 6 Hasil kategorisasi dari 202 subjek menunjukkan sebagian besar yakni 172 (85,15%) memiliki tingkat *body dysmorphic disorder* yang sedang.

Tabel 7. Persentase Skor Kategorisasi Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder

Aspek	Kriteria	Frekuensi	kategorisasi	Persen
Preokupasi (obsesi) pada penampilan fisik yang senantiasa dipikirkan individu tersebut	< 5	20	Rendah	9,90
	5 - 7	111	Sedang	54,95
	7 <	71	Tinggi	35,15
Merasakan kecatatan ataupun kurang puas dengan penampilan yang membuat individu merasa tidak menarik dan jelek	< 5	41	Rendah	20,30
	5 - 7	126	Sedang	62,38
	7 <	35	Tinggi	17,33
Sering memperhatikan cermin atau menghindari cermin	< 7	73	Rendah	36,14
	7 - 11	125	Sedang	61,88
	11 <	4	Tinggi	1,98
Menjauhi situasi sosial	< 7	49	Rendah	24,26
	7 - 11	146	Sedang	72,28
	11 <	7	Tinggi	3,47
Tidak ada rasa kepuasan melakukan perawatan kecantikan sehingga dilakukan terus menerus	< 2	9	Rendah	4,46
	2 - 4	157	Sedang	77,72
	4 <	36	Tinggi	17,82
Tidak ada rasa kepuasan ketika pengambilan foto atau gambar diri individu tersebut	< 5	20	Rendah	9,90
	5 - 7	125	Sedang	61,88
	7 <	57	Tinggi	28,22
Memakai riasan atau pakaian berlebihan untuk menutupi kekurangan diri individu tersebut	< 7	43	Rendah	21,29
	7 - 11	147	Sedang	72,77
	11 <	12	Tinggi	5,94

Berdasarkan tabel 7 dari 202 subjek. Kategori tinggi yang paling dominan pada aspek Preokupasi (obsesi) pada penampilan fisik yang selalu dipikirkan individu tersebut

35.15% lebih tinggi dari semua kategori tinggi pada aspek Y. Sedangkan jika dihitung dari frekuensi subjek dominan pada aspek menjauhi situasi sosial dengan kategori sedang.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis Menggunakan Korelasi Spearman Rho

Variabel	r	p	Keterangan
Body image dan kecenderungan body dysmorphic disorder	-0,472	0,000	Signifikan

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan didapatkan hasil nilai korelasi *body image* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar $r = -0,469$ dengan nilai probabilitas $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara kedua variabel negatif dan signifikan, tetapi angka korelasinya lemah. Hipotesis dalam penelitian ini diterima, yang berarti terdapat hubungan *body image* dengan *body dysmorphic disorder* pada perempuan pengguna media sosial.

PEMBAHASAN

Adapun temuan dari hasil penelitian ini dalam 202 subjek dominan direntang usia 19 tahun berjumlah 53 dan usia 21 tahun berjumlah 52 dengan persentase 26%, subjek lebih dominan berprofesi sebagai mahasiswi yakni 185 (92%) pernyataan tersebut didukung dengan teori Hurlock (1999) mengatakan bahwa pada masa dewasa awal dimulai pada umur 18-40 tahun dimana terjadinya perubahan-perubahan fisik dan psikologis, kebanyakan individu menganggap dirinya telah menyelesaikan perkembangan fisik dimasa remaja

tetapi faktanya tubuh terus mengalami perubahan sampai mati. Sehingga, perempuan sering membandingkan dirinya dengan yang orang lain terkait tubuh yang ideal. Subjek lebih dominan bermain instagram yakni 186 (44%), Brown dan Tiggemann (2020) mengatakan bahwa semakin banyak individu melakukan perbandingan penampilan saat melihat gambar kecantikan (selebriti) di instagram, semakin besar peningkatan ketidakpuasan tubuh dan penurunan apresiasi tubuh. Selain itu, Wood (1989) juga mengatakan bahwa informasi dari pembanding di media sosial bisa mempengaruhi perasaan, tindakan, tujuan, dan bagaimana individu melihat dan mengevaluasi dirinya sendiri dengan orang lain.

Hasil kategorisasi juga menunjukkan sebagian besar subjek yakni 149 (73,76%) memiliki tingkat body image yang sedang, Ganeswari dan Wilani (2019) mengatakan bahwa body image dengan kategorisasi sedang memiliki arti merasa memiliki kekurangan pada tubuhnya, namun masih merasa puas terhadap bentuk tubuhnya. Selain itu, sebagian besar subjek yakni 163 (80,69%) memiliki tingkat kecenderungan body dysmorphic disorder yang sedang, Adriani dkk (2021) mengatakan bahwa kecenderungan body dysmorphic disorder yang sedang memiliki pemikiran yang berlebihan terkait penampilan seperti merasa ada yang salah dengan penampilannya atau merasa jelek.

Sedangkan hasil kategori berdasarkan aspek menunjukkan pada skala aspek body image individu lebih dominan pada aspek appearance evaluation dengan kategori sedang di mana individu mengevaluasi penampilan, mengukur penampilan secara keseluruhan pada bagian tubuh apakah menarik ataupun tidak menarik dan memuaskan atau tidak memuaskan (Cash & Pruzinsky, 2002). Sedangkan pada skala aspek kecenderungan body dysmorphic disorder individu lebih dominan kategori sedang pada aspek tidak puas melakukan perawatan kecantikan yang dilakukan terus menerus sampai individu merasa puas dengan penampilan idealnya.

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan didapatkan hasil nilai korelasi body image dan kecenderungan body dysmorphic disorder sebesar $r = -0,469$ dengan nilai probabilitas $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan korelasi antara kedua variabel negatif dan signifikan, tetapi hasil korelasinya lemah. Hipotesis penelitian ini diterima, berarti ada hubungan body image dengan body dysmorphic disorder pada perempuan pengguna media sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin rendah body image yang dimiliki suatu individu maka semakin tinggi perempuan tersebut terkena body dysmorphic disorder dan sebaliknya.

Hasil penelitian diperkuat dengan hasil penelitian Wahyudi dan Yuniardi (2019) dan Ganeswari dan Wilani (2019) sebelumnya bahwa ada hubungan negatif body image dan kecenderungan body dysmorphic disorder. Asumsi penelitian ini perempuan pengguna media sosial bisa saja merasakan kepuasan terhadap dirinya tetapi dia juga bisa tidak sadar mengembangkan obsesi untuk menjadi lebih baik terutama dalam menutupi kekurangan dan terus mengubah penampilan dirinya.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini, ada hubungan negatif body image dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada perempuan pengguna media sosial, hipotesis diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin negatif body image yang dimiliki suatu individu maka semakin tinggi perempuan tersebut terkena kecenderungan body dysmorphic disorder dan sebaliknya. Didapatkan juga hasil bahwa body image dengan kategorisasi sedang memiliki arti merasa memiliki kekurangan pada tubuhnya, namun masih merasa puas terhadap bentuk tubuhnya dan kecenderungan body dysmorphic disorder yang sedang memiliki pemikiran yang berlebihan terkait penampilan seperti merasa ada yang salah dengan penampilannya atau merasa jelek. Jadi, perempuan pengguna media sosial bisa saja merasakan kepuasan terhadap dirinya tetapi dia juga bisa tidak sadar mengembangkan obsesi untuk menjadi lebih baik terutama dalam menutupi kekurangan dan terus mengubah penampilan dirinya. Keterbatasan atau kekurangan dalam penelitian pengambilan data pada penelitian ini menggunakan google form sehingga ada kemungkinan ada subjek yang tidak menjawab dengan jujur.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, R., Sagir, A., & Fadhila, M. (2021). Kebersyukuran terhadap Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder terhadap Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 136.
- Amrizon, N. A., Ildil, I., Nirwana, H., Zola, N., Fadli, R. P., & Putri, Y. E. (2022). Studi Pendahuluan; Kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD) pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(1), 87. <https://doi.org/10.29210/176900>
- Andini, S. F. (2020). Aktivitas dan Pengaruh Sosial Media terhadap Body Dissatisfaction pada Dewasa Awal. *Analitika*, 12(1), 34–43. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3762>
- Annisyah, K., & Susilarini, T. (2022). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Profesi Model di X Agency. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 2(3), 76–84. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v2i3.2129>
- Astila, S., & Murdiana, S. (2021). Hubungan antara Self-Compassion dengan Self-Objectification Pada Remaja Pengguna Instagram di Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 55–67. [http://eprints.unm.ac.id/26356/1/Hubungan antara Self-Compassion dengan Self-Objectification Pada Remaja Pengguna Instagram di Makassar.pdf](http://eprints.unm.ac.id/26356/1/Hubungan%20antara%20Self-Compassion%20dengan%20Self-Objectification%20Pada%20Remaja%20Pengguna%20Instagram%20di%20Makassar.pdf)
- Brown, Z., & Tiggemann, M. (2020). A picture is worth a thousand words: The effect of viewing celebrity Instagram images with disclaimer and body positive captions on women's body image. *Body Image*, 33, 190–198. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.03.003>
- Cash, T. (2008). *The body image workbook* (Second Ed.). CA: New Harbinger Publication Inc.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. The Guilford Press. http://www.drugs.am/upload/BODY IMAGE_1243919696562.pdf
- Davidson, G. C., Naele, J. M., Kring, A. M. (2010). *Abnormal Psychology*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Diana, D. (2019). Hubungan Body Image Dengan Perilaku Konsumtif Kosmetik Pada Remaja Putri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3), 433–440. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i3.4802>
- Ganeswari, A. A. I. G., & Wilani, N. M. A. (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD) pada remaja akhir laki-laki di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01), 67. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i01.p07>
- Giulio, P. (2020). The concept of altered perception in “body dysmorphic disorder”: The subtle border between the abuse of selfies in social networks and cosmetic surgery, between socially accepted

- dysfunctionality and the pathological condition. *Journal of Neurology, Neurological Science and Disorders*, 6(1), 001–007. <https://doi.org/10.17352/jnnsd.000036>
- Hadi, S. (2004). *Statistik* (jilid 2). Yogyakarta: Andi.
- Hurlock, B. E. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerbit Erlangga.
- Kumalasari, A. Y., & Rahayu, M. N. M. (2022). Self Esteem dan Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Pasca Melahirkan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 653. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.9099>
- Nourmalita, M. (2016). Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder yang Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri. *Seminar Asean 2 Nd Psychology & Humanityean 2 Nd Psychology & Humanity*, 19–20. mpsi.umm.ac.id/files/file/546-555_melina.pdf
- Oktaviani, M. A. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 549–556. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4832>
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder*. New York: Oxford University Press.
- Prastuti, E., & Mulyani, H. T. (2020). Harga diri dan citra tubuh sebagai prediktor kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja perempuan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 302–318. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3472>
- Rodgers, R. F., Lowy, A. S., Kodama, E., & Bujold, H. (2021). #Beautyunedited: Is labeling unedited selfies helpful for body image and mood among young women? *Body Image*, 39, 156–165. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.08.001>
- Rombe, S. (2013). Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), 228–236. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i4.3520>
- Santoso, M. V., Fauzia, R., & Rusli, R. (2019). Hubungan antara Kepuasan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Wanita Dewasa Awal di Kota Banjarbaru. *Kognisia*, 2, 55–60.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publisng.
- Wahyudi, M. I., & Yuniardi, M. S. (2019). Body Image dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Mahasiswi (Body Image and Trends of Body Dysmorphic Disorders in Students). *Psycho Holistic*, 1(1), 30–37. <http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic30>
- Wood, J. V. (1989). Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*, 231–248. <https://doi.org/10.1033-2909.106.2.231>