

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Setiap manusia memiliki fase pertumbuhan dan perkembangannya seperti masa bayi, anak-anak, remaja, dewasa serta lanjut usia. Dari fase-fase tersebut masa remaja merupakan fase penting dalam masa pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Masa remaja tentu akan berbeda dengan masa anak-anak yang hanya bermain dan belajar, pada masa remaja akan meninggalkan sifat anak-anak dan mulai mempelajari pola perilaku dan sikap baru yang lebih baik lagi untuk menuju masa dewasa. Masa remaja dapat dikategorikan sebagai masa peralihan, peralihan tidak berarti terputus atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih seperti sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya (Marwoko, 2019).

Menurut Santrock (dalam Denich & Ifdil, 2015) masa remaja dimulai sekitar usia 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18-22 tahun. Pada masa remaja akan ada sebuah perubahan pada bagian fisik seperti bertambahnya berat badan dan tinggi badan, perubahan seksual karakteristik seksual seperti membesarnya buah dada, membesarnya area pinggul dan menstruasi pada perempuan sedangkan pada anak laki-laki seperti berubahnya suara menjadi lebih berat, tumbuhnya jakun serta kumis dan mengalami mimpi basah. Seperti ciri perkembangan fisik dimasa remaja menurut Santrock (2012) pada bukunya "Life-Span Development, Perkembangan Masa Hidup" yaitu mengalami pubertas yang merupakan sebuah periode kematangan fisik yang berlangsung secara cepat, berkembangnya otak dimana pada masa remaja area otak yang bertanggung jawab dalam tingkah laku impulsif sedang dalam proses pembentukan dan berkembangnya seksualitas.

Pada masa ini remaja mulai memiliki perkembangan pada pola pikir dan mentalnya pun mengalami perkembangan. Seperti pendapat Santrock (2012) bahwa pada fase remaja ini pencapaian identitas diri akan sangat menonjol, pemikiran akan semakin logis, abstrak dan idealistis, serta remaja

akan semakin banyak waktu yang diluangkan di luar keluarga. Individu yang termasuk dalam fase masa remaja akan memiliki kecenderungan berada dalam situasi keadaan labil dan emosional karena pada fase masa remaja ini akan mengalami banyak perubahan-perubahan yang akan berlangsung secara cepat. Pada fase ini perubahan yang terjadi meliputi perubahan biologis dan kognitifnya. Perubahan pada biologis seperti pertumbuhan pada tinggi badan, penambahan berat badan, perubahan pada hormon dan kematangan organ seksual yang dialami pada saat remaja pubertas, perubahan pada kognitif seperti perubahan yang terjadi dengan melibatkan perubahan pikiran dan intelegensi.

Menurut Hartini (2017) berbagai perubahan yang terjadi pada masa remaja akan berdampak pada munculnya kondisi yang membingungkan, kecemasan dan apabila perubahan ini mengalami hambatan dan gangguan dalam proses perkembangannya kemudian akan sehingga akan menghambat pencapaian tugas perkembangan fase selanjutnya yaitu fase dewasa, pada masa remaja terdapat fase pubertas yang merupakan suatu periode kematangan fisik atau tubuh, perubahan kematangan organ seksual yang terjadi secara pesat terlebih pada awal masa remaja. Menurut Az-Za'balawi (dalam Diananda, 2019) fase pubertas memiliki proses dan bukan peristiwa yang tiba-tiba terjadi, pubertas merupakan bagian dari suatu proses pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi secara berangsur-angsur atau gradual. Periode perubahan berawal dari bertumbuhnya kerangka tubuh dan organ seksual yang terjadi secara pesat. Sependapat dengan Kusumawati et al., (2018) bahwa meskipun perkembangan biasanya akan mengikuti suatu pola atau urutan tertentu namun urutan perkembangan pada masa pubertas tidak akan sama pada setiap anak. Anak laki-laki biasanya akan lebih lambat pada masa pubertas ini daripada anak perempuan.

Pertumbuhan tubuh dan perubahan hormon pada fase pubertas akan sangat berpengaruh terhadap penampilan. Bertepatan dengan perkembangan zaman yang kian kemari semakin modern, remaja mengerti tentang gengsi dan istilah *insecure*. Menurut Indrati & Aprilian (2018) bahwa mayoritas remaja tidak mampu untuk menerima keadaan dirinya sehingga akan mencari cara

untuk menutupi bagian tubuh yang dianggapnya kurang. Fenomena pubertas dengan mengedepankan penampilan yang ada pada kehidupan masyarakat yang beredar saat ini tentang stereotip penampilan untuk remaja yang menarik biasanya tidak jauh dari kriteria seperti berkulit putih dan bertubuh langsing pada perempuan dan pada laki-laki seperti berbadan atletis serta bertubuh tinggi. Sehingga membuat semua remaja berlomba-lomba untuk mendapatkan tubuh yang ideal.

Pendapat Casper dan Offer (dalam Hartini, 2017) yang menyatakan bahwa kepuasan tumbuh kembang dibedakan berdasarkan jenis kelamin yang menunjukkan bahwa kepuasan tubuh pada remaja laki-laki dikaitkan dengan fisik yang maskulin, berbeda dengan kepuasan remaja perempuan yang berkaitan dengan berat badan. Menurut Denich & Ifdil (2015) bahwa perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan, mayoritas anak muda lebih banyak memperhatikan penampilan mereka ketimbang aspek lain dalam diri mereka dan banyak diantara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. Perubahan pada penampilan memiliki kemungkinan meningkatkan penampilan dari diri remaja yang akan diterima dengan senang hati serta rasa bersyukur, sedangkan bila perubahan yang mengurangi atau bahkan dianggap tidak sesuai tentu akan ditolak dan tak jarang remaja mencari cara untuk menutupinya atau bahkan jika bisa untuk mengubahnya.

Remaja akan mempersepsikan bentuk penampilan idealnya baik dalam bentuk berat atau tinggi atau bentuk lainnya, jika remaja menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka mereka akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Keadaan seperti itu yang sering membuat seseorang tidak dapat menerima kondisi fisiknya secara apa adanya. Pandangan dan penilaian remaja terhadap bagian tubuhnya maupun penampilan fisiknya secara keseluruhan baik yang dipikirkan atau dirasakan belum tentu sama dengan penampilan yang mereka perlihatkan sebenarnya, mereka cenderung memikirkan persepsi atau penilaian diri yang subyektif. Kesadaran akan adanya reaksi sosial dari lingkungan terhadap bentuk tubuhnya yang

menyebabkan remaja merasa kecewa dengan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan apa yang mereka inginkan. Remaja melihat diri mereka sendiri dengan pandangan yang berisi akan ketidaksempurnaan, dan merasa memiliki kekurangan atau kecacatan pada bagian tertentu misalnya seperti kurang tinggi jika dibandingkan oleh teman-teman yang ada disekitarnya (Amrizon et al., 2022).

Menurut Santoso et al. (2019) rasa ketidakpuasan yang muncul dikarenakan oleh bentuk tubuh yang tidak memenuhi kriteria tubuh ideal menjadi salah satu faktor ketidakpuasan individu, rasa ketidakpuasan ini yang selanjutnya sering dialami individu dan menyebabkan adanya gangguan psikologis pada diri yaitu *body dysmorphic disorder*. Menurut Song et al. (2022) *body dysmorphic disorder* merupakan sebuah gangguan psikiatri yang timbul dengan ditandai adanya preokupasi ketidaksempurnaan tubuh yang sebenarnya tidak terlalu terlihat dan disadari oleh orang lain yang mengakibatkan perilaku obsesif dengan memeriksa penampilan berulang kali dan membandingkan penampilan diri dengan orang lain. Bagian tubuh yang terlibat pada perhatian yang paling umum meliputi bagian kepala atau wajah terutama kulit dan pada bentuk badan atau berat badan. Gangguan ini dapat timbul dari berbagai faktor pendukung seperti faktor biologis, psikologis, dan sosiokultural.

Remaja yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* biasanya cenderung akan selalu merasa bahwa pada tubuhnya terdapat kekurangan. Remaja yang merasa tidak puas terhadap tubuhnya dapat menimbulkan rasa benci dengan diri sendiri, selalu merasa bahwa dirinya jelek dan tidak menarik, sering melakukan perbandingan dengan tubuh orang lain, serta terkadang merasa iri dengan kesempurnaan tubuh orang lain. Pendapat Rachmayadi dan Susilarini (2020) bahwa rasa ketidakpuasan diri akan membuat remaja melakukan hal-hal yang mengkhawatirkan dan selalu merasa bahwa dirinya buruk meskipun telah memperbaiki diri atau merawat dirinya, dan perlunya kesadaran bahwa perilaku seperti itu mengarah kepada hal negatif yang dapat merugikan.

Menurut Santrock (dalam Denich & Ifdil, 2015) menyatakan bahwa masa remaja disebut juga masa pubertas yang dimana perkembangan tubuh berlangsung secara pesat yang menyebabkan remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh dan penampilannya serta membangun citra tubuh atau *body image*. Adanya citra tubuh sangat berpengaruh terhadap bagaimana remaja memandang dan mempersepsikan dirinya sendiri. Citra tubuh juga memiliki peran yang cukup berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari remaja. *Body image* atau citra diri ini merupakan sebuah persepsi yang dimiliki remaja tentang apa yang ada pada dirinya sebagai makhluk visual yang mempunyai fisik.

Menurut Gracia dan Akbar (2019) penampilan fisik bagi kalangan remaja dianggap sangat penting dan dijadikan sebagai identitas diri mereka. Penampilan fisik yang menarik merupakan sebuah potensi yang dapat dimanfaatkan serta menguntungkan dan memberikan kepuasan diri tersendiri kepada remaja. Kepuasan pada penampilan berkaitan dengan bagaimana remaja memiliki penilaian terhadap citra tubuhnya. Seperti pendapat Cash dan Pruzinsky (2002) bahwa citra tubuh merupakan sebuah sikap yang dimiliki individu terhadap tubuhnya berupa penilaian positif maupun negatif.

Pada umumnya setiap remaja ingin menampilkan yang dirinya dengan sebaik mungkin dengan selalu memperhatikan penampilan fisik. Ketertarikan dan terlalu fokus terhadap penampilan fisik dapat mengakibatkan adanya perbandingan-perbandingan baik dengan orang sekitar atau figur yang memiliki tubuh ideal. Citra tubuh sendiri tidak hanya terbatas pada ciri-ciri individu yang elok dengan mempertimbangkan kesehatan tubuh, seksualitas dan lain sebagainya.

Remaja akan menilai dan memiliki pandangan terhadap tubuhnya sendiri sesuai dengan apa yang mereka inginkan serta konsep ideal yang ada. Citra tubuh sendiri memiliki dua persepsi yaitu citra tubuh positif dan citra tubuh negatif. Individu yang memiliki citra tubuh positif tentu akan bisa mempersepsikan bahwa dirinya menarik bagi dirinya sendiri maupun orang lain atau setidaknya mereka akan dapat menerima dirinya sendiri dengan apa adanya, sedangkan individu yang memiliki citra tubuh negatif akan

mempersiapkan dirinya sebagai seseorang yang tidak menarik atau jelek dan tentu saja mereka tidak menerima dirinya atau bahkan memiliki keinginan untuk mengubah dirinya.

Remaja yang mampu memiliki pandangan dan penilaian yang baik terhadap tubuhnya dan mereka memiliki rasa nyaman dengan keadaan tubuhnya maka akan muncul rasa percaya diri. Remaja yang memiliki *body image* positif, mereka mampu menghargai tubuhnya dan memiliki rasa bangga atas apa yang ada di tubuhnya. Remaja yang memiliki penilaian dan pandangan yang buruk terhadap tubuhnya dan memiliki rasa tidak nyaman dengan keadaan tubuhnya maka akan muncul rasa tidak percaya diri atau minder. Remaja yang memiliki *body image* negatif, mereka tidak mampu untuk menghargai tubuhnya dan menolak atas apa yang ada di tubuhnya, mereka akan sulit untuk menerima diri apa adanya dan pesimis terhadap pujian. Sependapat dengan Amrizon et al. (2022) bahwa mayoritas remaja merasa takut dikomentari buruk oleh orang lain mengenai bentuk tubuh dan fisik mereka.

Penilaian dan pandangan yang negatif tentang tubuh pastinya akan mempengaruhi pemikiran negatif yang dirasakan oleh remaja tentang dirinya sendiri. Remaja cenderung tidak senang dengan apa yang ada di tubuhnya, hal tersebut sangat mempengaruhi tentang dirinya sendiri. Kepercayaan diri yang rendah, pola makan yang tidak sehat dan kekecewaan dengan diri sendiri yang secara langsung akan berdampak pada stress emosional yang sangat mempengaruhi *body image* menjadi negatif. Pada kenyataannya tubuh yang sehat muncul dari berbagai bentuk dan ukuran. Sebagian remaja berpikir tentang diri yang menari itu meliputi aspek fisik, penampilan dan berparas cantik. Sedangkan menurut Alidia (2018) *body image* itu sendiri lebih dari apa yang orang pikirkan, *body image* positif muncul jika seseorang menerima tentang tubuhnya, yakin dan peduli dengan diri.

Menurut Dacey dan Kenny (dalam Nourmalita, 2016) mengemukakan bahwa persepsi negatif remaja terhadap gambaran tubuhnya akan menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan yang positif dengan remaja lain. Remaja yang memiliki *body image* negatif berada pada situasi

ketidakpuasan dan terkadang lebih memilih untuk menghindar dari kegiatan sosial dan menarik diri. Ketidakpuasan dan sulit menerima diri ini berakibat pada remaja sehingga memiliki *body image* negatif dan tidak mencintai dirinya sehingga dapat menghambat tercapainya tugas-tugas perkembangan.

Menurut Wahyudi (2022) manusia tercipta dengan karakteristik yang berbeda karena adanya standar kecantikan yang diembuskan industri di masyarakat yang membuat hanya bentuk-bentuk tubuh tertentu yang dihargai masyarakat dan mereka yang tidak memiliki tubuh sesuai standar kecantikan tersebut sering dianggap jelek dan tidak dihargai. Terlalu memusatkan perhatian dan memikirkan penampilan sulit dikendalikan dan bahkan bisa menyusahkan, bila dalam tempo yang lama dan berulang akan memicu timbulnya perilaku obsesif kompulsif. Profesor Psikiatri Universitas Cornell dalam tulisannya di situs Yayasan Gangguan Obsesif Kompulsif Internasional (IOCDF) menyebut prevalensi penderita gangguan citra tubuh atau gangguan dismorfik tubuh mencapai 1,7 persen sampai 2,9 persen dalam populasi umum, dengan jumlah penduduk Indonesia yang mencapai 273,9 juta orang pada akhir 2021, maka ada 4,7 juta sampai 7,9 juta orang yang memiliki gangguan citra tubuh (Wahyudi, 2022).

Menurut Ramdani (2021) remaja lebih rentan mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Hal ini didasari dari beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa remaja lebih kesulitan dalam menerima kondisi diri sehingga menyebabkan remaja tidak mencintai dirinya dan timbulnya *self-image* yang negatif. Pada wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 7 orang siswa pada SMAN 3 Tambun Selatan pada tanggal 03 Oktober 2022, guna memperkuat data bahwa memang benar terjadi fenomena yang hendak diteliti. Berdasarkan survey wawancara yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa dari data tersebut didapatkan beberapa siswa memiliki kecenderungan masalah pada *body image* atau citra tubuhnya yang dapat menimbulkan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Hasil wawancara dengan beberapa siswa antara lain, pada subjek berinisial B bahwa subjek mengaku pernah merasa minder dan merasa tidak terlalu puas dengan apa yang ada ditubuhnya serta merasa khawatir jika

tubuhnya dianggap jelek oleh orang lain. Subjek suka menggunakan produk kecantikan seperti *skincare* untuk merawat diri dan *make up* untuk mempercantik diri. Subjek kerap kecewa dengan tubuhnya yang dianggap gemuk dan merasa tidak percaya diri serta takut jika berat badannya bertambah.

Peneliti melakukan wawancara terhadap subjek berinisial N, subjek mengaku bahwa tidak puas dengan tubuhnya serta memiliki kekhawatiran jika tubuhnya akan dianggap jelek oleh orang lain. Subjek merasa kecewa dengan tubuhnya dan subjek juga mengaku jika terkadang membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain. Subjek suka seringkali menutupi wajahnya yang berjerawat dengan *concealer*.

Wawancara selanjutnya dengan subjek berinisial S, subjek mengaku bahwa tidak terlalu percaya diri. Subjek juga kadang kala berolahraga, menjaga pola makan dan kerap kali untuk menggunakan *skincare*. Subjek mengaku jarang membandingkan diri karna nantinya akan menambah rasa kurang percaya diri.

Selanjutnya wawancara dengan subjek berinisial P, subjek mengaku jika merasa tidak percaya diri. Subjek sering merasa tidak puas dengan tubuhnya dan khawatir jika tubuhnya dianggap jelek oleh orang lain. Subjek memiliki kekhawatiran jika berat tubuhnya bertambah.

Wawancara selanjutnya dengan subjek berinisial ZS, subjek mengaku jika sering merasa tidak percaya diri dengan tubuhnya dan memiliki kekhawatiran jika tubuhnya dianggap jelek oleh orang lain. Subjek seringkali membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain. Subjek merasa kecewa dengan tubuhnya serta takut jika berat badannya bertambah.

Wawancara selanjutnya dengan subjek berinisial ZK, subjek mengaku jika tidak percaya diri. Subjek sering merasa tidak puas dengan tubuhnya dan subjek memiliki kekhawatiran jika tubuhnya dianggap jelek oleh orang lain. Subjek mengaku jika suka membandingkan dirinya dengan orang lain.

Wawancara selanjutnya dengan subjek berinisial A, subjek mengaku sering merasa tidak percaya diri dengan tubuhnya. Subjek merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Subjek juga mengaku jika memiliki kekhawatiran

jika tubuhnya dianggap jelek oleh orang lain, dan sering membandingkan diri dengan orang sekitar.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut diperoleh bahwa remaja mampu memperhatikan penampilan fisiknya, sehingga remaja dapat menampilkan bagaimana cara mereka berpikir dan melakukan penilaian terhadap tubuhnya yang kemudian di jadikan sebagai penilaian terhadap tubuh ideal bagi diri mereka. Pada masa pubertas remaja cenderung memiliki keinginan untuk memperbaiki penampilan fisiknya dengan berbagai macam cara. Hal tersebut dapat mempengaruhi kehidupan serta tumbuh kembangnya. Menurut Amrizon et al. (2022) pada masa pubertas, mayoritas remaja merasa takut dikomentari buruk oleh orang lain mengenai bentuk tubuh dan fisik mereka. Oleh karena itu peneliti memilih fenomena ini untuk diteliti agar dapat meningkatkan pemahaman tentang *body image* atau citra tubuh terutama tentang *body image* positif. Terkait dengan hal tersebut, maka judul yang akan diajukan peneliti untuk rencana penelitian ini adalah “Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Remaja”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan dari latar belakang diatas maka peneliti dapat meninjau beberapa penelitian terdahulu yang memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal tema. Berikut ini pemaparan mengenai penelitian terkait *Body Dysmorphic Disorder* sudah pernah dilakukan, antara lain:

Pengamatan penelitian terdahulu oleh Nourmalita (2016) yang berjudul “Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Gejala *Body Dismorphic Disorder* yang Dimediasi Harga Diri Pada Remaja Putri”. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel penelitian sebanyak 155 remaja putri kisaran umur 17-21 tahun dengan menggunakan alat ukur *Body image avoidance scale*, *self esteem scale* dan skala *body dismorphic disorder*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh citra diri terhadap gejala *body dismorphic disorder*. Hal menunjukkan citra tubuh memiliki pengaruh terhadap BDD ( $\beta = -0.239$ ,  $p = 0.001$ ), ketika dimediasi oleh harga

diri menunjukkan pengaruh ( $\beta = -0.450$ ,  $p = 0.000$ ). Sumbangan efektif citra tubuh sebesar 12,56% sedangkan harga diri sebesar 23,64% terhadap BDD.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Prakoso et al. (2020) yang berjudul “Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswi”. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel penelitian sebanyak 107 mahasiswi dengan menggunakan alat ukur skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* untuk mengukur gangguan kecenderungan dismorfik dan skala kepercayaan diri untuk mengukur kepercayaan diri. Metode yang digunakan yaitu analisis korelasi. Hasil pada penelitian ini memperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy} = -0,475$ ) dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan kepercayaan diri. Hal tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti yaitu semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* maka semakin rendah kepercayaan diri, dan sebaliknya semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* maka semakin tinggi kepercayaan diri pada mahasiswi.

Penelitian oleh Ganeswari dan Wilani (2019) yang berjudul “Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) Pada Remaja Akhir Laki-Laki Di Denpasar”. Pada penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan sampel penelitian sebanyak 208 orang berjenis kelamin laki-laki berusia 17-22 tahun dengan menggunakan alat ukur skala citra tubuh dan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Metode yang digunakan yaitu korelasi spearman. Hasil pada penelitian ini menunjukkan hasil signifikansi sebesar 0,007 ( $p < 0,05$ ), sehingga kesimpulan penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir laki-laki di Denpasar.

Penelitian yang dilakukan oleh Santoso et al. (2019) yang berjudul “Hubungan Antara Kepuasan Citra Tubuh Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Wanita Dewasa Awal Di Kota Banjarbaru”. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel penelitian sebanyak 30 orang pengunjung klinik kecantikan dengan menggunakan alat

ukur skala kepuasan citra tubuh dan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Metode yang digunakan yaitu *correlational quantitative method*. Hasil pada penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif antara kepuasan citra tubuh dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada wanita dewasa awal, dilihat dari hubungan linier dengan nilai  $F = 32,227$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan nilai korelasi sebesar  $r = 0,763$ .

Penelitian oleh Rachmayadi & Susilarini (2020) yang berjudul “Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Harga Diri Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*”. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel penelitian berjumlah 148 orang remaja kelas X dan XI SMA dengan menggunakan angket *Body Image Scale* untuk mengukur citra tubuh, *Self Esteem Scale* untuk mengukur harga diri, dan *Body Dysmorphic Disorder Scale* untuk mengukur gangguan kecenderungan dismorfik pada tubuh. Metode penelitian yang digunakan yaitu *Bivariate Correlation, Multivariate Correlation, StepWise*, dan Normalitas Pengolahan Data. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan citra tubuh dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*, sumbangan afektif dari hasil pengujian *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* yaitu sebesar 7,4%.

Masa pubertas membuat remaja memperhatikan penampilan dan mencoba untuk menampilkan yang terbaik. Fenomena pubertas dengan mengedepankan penampilan yang ada pada kehidupan masyarakat yang beredar saat ini tentang stereotip penampilan untuk remaja memiliki tubuh menarik. Sehingga membuat semua remaja berlomba-lomba untuk mendapatkan tubuh yang ideal. Penampilan fisik bagi kalangan remaja dianggap sangat penting dan dijadikan sebagai identitas diri mereka (Gracia & Akbar, 2019).

Proses pencarian identitas diri ini, remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh dan penampilannya serta membangun citra tubuh atau *body image*. Dalam membangun citra tubuh, remaja mungkin akan mengalami distorsi citra tubuh yang mengakibatkan ketidakinginan dalam mempersepsikan ukuran serta bentuk tubuhnya yang jika berlebihan dapat

berubah menjadi gangguan yang disebut *Body dysmorphic disorder*. *Body dysmorphic disorder* sendiri merupakan sebuah gangguan psikiatri yang timbul dengan ditandai adanya preokupasi ketidaksempurnaan tubuh yang sebenarnya tidak terlalu terlihat dan disadari oleh orang lain yang mengakibatkan perilaku obsesif dengan memeriksa penampilan berulang kali dan membandingkan penampilan diri dengan orang lain (Song et al., 2022).

Dari uraian diatas maka dapat diungkapkan beberapa kebaruan serta perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini yang berjudul *Hubungan Antara Body Image Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja*. Subjek pada penelitian ini yaitu remaja usia rentang 17-18 tahun dan menggunakan alat ukur skala *Body Dysmorphic Disorder* dengan menggunakan aspek-aspek menurut Watkins (2006) dan skala *Body Image* dengan menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002)

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada data yang telah diuraikan diatas. Maka peneliti ingin menginvestigasi “Apakah terdapat hubungan *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian berkaitan dengan rumusan masalah yang sudah diuraikan. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk memahami lebih lanjut dalam ilmu psikologi, khususnya dalam kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan kepribadian yang terkait dengan *body image* pada siswa.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan wawasan ilmu kepada pembaca mengenai dampak dari *body image* negatif secara berlebihan yang dikhawatirkan dapat memicu kemungkinan munculnya *body dysmorphic disorder*. Penelitian ini juga bermanfaat sebagai referensi penelitian berikutnya yang ingin mengkaji tentang *Body Image* dan *Body Dysmorphic Disorder* dengan meninjau variabel lain.

