



Contents lists available at Jurnal IICET

**Jurnal Konseling dan Pendidikan**

ISSN: 2337-6740 (Print) ISSN: 2337-6880 (Electronic)

Journal homepage: <http://jurnal.konselingindonesia.com>



## Studi pendahuluan; kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa

Nur Azizi Amrizon<sup>1</sup>, Ifdil Ifdil<sup>1\*</sup>, Herman Nirwana<sup>1</sup>, Rima Pratiwi Fadli<sup>2</sup>, Nilma Zola<sup>1</sup>, Yola Eka Putri<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Padang, Indonesia

<sup>2</sup>Institut Agama Islam Sumatera Barat, Indonesia

<sup>3</sup>Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy, Padang, Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received Feb 27<sup>th</sup>, 2022

Revised Mar 25<sup>th</sup>, 2022

Accepted Apr 22<sup>th</sup>, 2022

#### Keyword:

*Body dysmorphic disorder* (BDD)

Mahasiswa

Bimbingan dan Konseling

### ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kondisi awal *body dysmorphic disorder* (BDD) pada mahasiswa. Jenis penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif deskriptif. Responden dalam penelitian ini adalah 10 mahasiswa, teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis tema dan triangulasi. Penelitian ini mengungkapkan responden merasa memiliki kekurangan atau kecacatan pada bagian tubuh yang dapat merusak penampilannya. Responden merasa tidak menarik yang mengakibatkan munculnya rasa takut ketika diberikan penilaian negatif oleh orang sekitar, responden menjelaskan kekurangan yang dirasakan pada tinggi badan, berat badan, warna kulit dan wajah yang berjerawat dan akan mencari cara untuk menutupi bagian tubuh yang dianggap kurang. Kondisi perlu direduksi dengan pelayanan professional konseling.



© 2022 The Authors. Published by Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET). This is an open access article under the CC BY license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

### Corresponding Author:

Ifdil, I.,

Email: [ifdil@fip.unp.ac.id](mailto:ifdil@fip.unp.ac.id)

## Pendahuluan

Masa remaja dimulai pada usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada rentang usia 18 hingga 22 tahun (Santrock, 2007). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa mahasiswa digolongkan kedalam masa remaja akhir untuk menuju masa dewasa awal (Maulida Muttaqin, Asyanti, & Psi, 2019). Bagi kalangan remaja penampilan fisik sangat penting dan dijadikan sebagai identitas diri mereka (Gracia & Akbar, 2019). Masa remaja merupakan periode yang identik dengan perubahan bentuk fisik yang pesat dan juga menimbulkan perkembangan secara psikologis (Nur & Daulay, 2020).

Masa remaja merupakan masa yang paling penting bagi perkembangan dan integrasi kepribadian (Yusuf, 2011). Perubahan secara fisik yang dialami remaja menimbulkan dampak psikologis yang tidak diharapkan, kebanyakan anak muda lebih mengutamakan penampilan dan pada aspek kehidupan yang lainnya (Denich & Ifdil, 2015). Penampilan fisik yang menarik akan meningkatkan kepuasan terhadap diri sendiri (Santoso, Fauzia, & Rusli, 2020).

Seiring dengan perkembangan zaman yang semakin modern, remaja memahami dan mengerti tentang gengsi. Mayoritas remaja tidak mampu menerima keadaan dirinya sehingga akan mencari cara untuk menutupi bagian tubuh yang dianggapnya kurang (Indrati & Aprilian, 2018). Ketidakpuasan tubuh pada masa remaja yang berlebihan dapat berkembang menjadi sebuah gangguan yang disebut dengan *body dysmorphic disorder* (Yunistika, 2018). Ketidakpuasan tubuh pada masa remaja yang berlebihan dapat berkembang menjadi sebuah gangguan yang disebut dengan *body dysmorphic disorder* (Candra & Asep, 2018).

*Body dysmorphic disorder* adalah perasaan tidak puas yang dimiliki oleh individu terhadap penampilan tubuh, menimbulkan perasaan tidak cantik dan mempersepsikan yang salah mengenai penampilan tubuh

(Oz, Roizen, & Michael, 2010). Kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan gangguan yang dialami seseorang karena ketidakpuasan terhadap tubuh yang dimiliki (Afriliya, 2018). *Body dysmorphic disorder* (BDD) adalah suatu gangguan psikologis yang menimbulkan kecenderungan berpikiran negatif terkait kekurangan fisik sehingga tidak dapat menjalankan kehidupan sehari-hari dengan baik dan optimal (Adlya & Zola, 2020).

Ada dua kriteria BDD, yaitu preokupasi diartikan sebagai pikiran yang terfokus kepada bagian tubuh yang dianggap cacat pada penampilan dan penurunan fungsi (*distress*) mencakup perasaan sedih, depresi, khawatir, takut, pikiran dan perasaan negatif lainnya (Phillips, 2009). *Distress* adalah suatu keadaan emosional negatif yang berupa perasaan sedih, gelisah, marah, cemas, panik, stres (Isnain, 2019). Kecenderungan *body dysmorphic disorder* diartikan jika individu memiliki perilaku yang mengarah pada indikasi umum *body dysmorphic disorder*. Sedangkan gangguan *body dysmorphic disorder* jika individu sudah terdiagnosis, untuk mengetahui gangguan tersebut membutuhkan pengukuran (Fardhillah, 2022).

Seseorang yang beranggapan memiliki kecacatan pada tubuhnya akan selalu menganggap dirinya tidak *perfect* (Murliana, 2019). Dampak dari *body dysmorphic disorder* yaitu menimbulkan kondisi individu merasa menderita, stress, dan bahwa melakukan bunuh diri (Singh & Veale, 2019). Individu yang demikian akan berulang kali memperhatikan dan mengecek penampilan yang sesuai dengan standar yang diharapkan. Bahkan ia akan berulang kali bercermin yang melebihi batas normal hanya untuk memastikan penampilannya tidak terlihat buruk dipandang orang lain dan lingkungan sekitar (Diana, 2019). Penelitian lain juga menemukan bahwa individu yang mengalami *body dysmorphic disorder* diidentifikasi sebagai kondisi merasa asyik untuk menilai memiliki penampilan yang cacat atau rusak dan pengecekan penampilan dilakukan berulang kali dan memiliki masalah dalam kepercayaan diri (Bjornsson, Didie, & Phillips, 2022; Singh & Veale, 2019).

Adapun *World Health Organization* (WHO) mengidentifikasi bahwa individu yang memiliki *body dysmorphic disorder* cenderung memiliki penilaian bahwa ada keyakinan orang memperhatikan, menilai atau berbicara tentang cacat atau kekurangan yang dirasakan (Organization, 2018). Faktor-faktor penyebab kecenderungan *body dysmorphic disorder*, yaitu (1) faktor genetik/biologis, terdiri dari gen, evolusi, selektif dan detail, serta *serotonin* dan *neurotransmitter*; (2) faktor psikologis, terdiri dari pengalaman hidup, ejekan, penganiayaan, nilai dan sifat kepribadian, estetika, peristiwa, serta sosial budaya (Pardede, 2021).

Penyebab gangguan dismorfik tubuh atau *body dysmorphic disorder* ini mengakibatkan citra tubuh negatif, menurunkan harga diri, menghambat optimalisasi potensi diri, dan munculnya pikiran harga diri yang rendah. Individu yang mengalami BDD akan menimbulkan gejala-gejala seperti, sering merasa cemas, merasa tidak nyaman, tidak aman, dan kurang percaya diri (Ramdani, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi *body dysmorphic disorder* (BDD) pada mahasiswa.

## Metode

Penelitian ini merupakan studi pendahuluan dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif (Hatch, 2002; Hennink, Hutter, & Bailey, 2020; Lapan, Quartaroli, & Riemer, 2012). Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis terkait kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) yang terjadi dikalangan mahasiswa serta dampak yang ditimbulkannya. Penelitian ini dilakukan terhadap 10 orang key informan dan analisis terhadap benda seperti dokumen. *Key informan* penulis merupakan subjek yang mengemukakan data-data yang dibutuhkan oleh peneliti, sedangkan benda adalah sumber data dalam bentuk dokumen seperti artikel dan berita yang mendukung tercapainya tujuan penelitian (Hatch, 2002).

Penelitian ini dilaksanakan melalui kegiatan wawancara langsung yang dilakukan terhadap key informan penelitian ini. Adapun dalam proses penelitian, peneliti menggunakan pedoman wawancara (Lapan et al., 2012). Pedoman wawancara tersebut disusun menjadi beberapa pertanyaan. Aspek yang dipertanyakan pada penelitian ini yaitu sebagai berikut 1) merasa kurang/cacat pada tubuh; 2) merasa tidak menarik pada tubuh; 3) berulang kali memperhatikan penampilan; 4) mencari cara menutupi kekurangan; 5) menetapkan standar ideal cantik/tampan; 6) kecewa ketika standar ideal tidak tercapai; 7) takut diberikan penilaian negatif; 8) meminta pendapat orang lain terhadap penampilan. Masing-masing key informan diberi pertanyaan mencakup kepada delapan tema tersebut. Setelah data yang didapat penulis nilai sudah memenuhi tingkat kejenuhan.

Data yang dianalisis dengan analisis kualitatif melalui analisis tema (Gibson & Brown, 2009; Vaismoradi & Snelgrove, 2019), *query* analisis (Gao & Liu, 2017; Stolte, 2003) dan triangulasi (Bazeley & Richards, 2000; Flick, 2007; Olsen, Haralambos, & Holborn, 2004). Analisis dilakukan dengan menggunakan bantuan

nVivo12 (Bazeley & Richards, 2000). Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, membaginya menjadi unit-unit, mensintesiskannya, menyusunnya menjadi pola-pola, memilih apa yang penting dan apa yang Anda selidiki, dan menarik kesimpulan bahwa data tersebut akan dibagikan kepada orang lain (Pakpahan et al., 2022; Zakariah, Afriani, & Zakariah, 2020).

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, hasil penelitian disajikan dan dianalisis berdasarkan tujuan penelitian, yaitu menginterpretasikan kondisi *body dysmorphic disorder* (BDD) pada mahasiswa bimbingan dan konseling.

Tema 1 : Merasa memiliki kekurangan/kecacatan pada bagian tubuh tertentu

Dari 10 orang responden keseluruhan menyatakan bahwa merasa memiliki kekurangan/kecacatan pada tubuhnya, Analisis query ditunjukkan pada Gambar 1. Dan juga beberapa muncul sebagaimana hal ini tertuang pada skrip di bawah ini:

“... iya saya merasa kurang pada bagian tinggi badan, saya merasa terlihat pendek dibandingkan teman-teman saya”. (R1)

“...setiap manusia memiliki kekurangan begitu juga dengan saya hanya saja saya tidak menghiraukan. Kekurangan yang saya rasakan sekarang mungkin merasa kurang tinggi”. (R3)



Gambar 1 <Merasa Kurang/Cacat pada Tubuh>

Gambar 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden pernah merasa memiliki memiliki kekurangan/kecacatan pada bagian tubuh tertentu. Misalnya merasa kurang tinggi jika dibandingkan dengan teman-teman yang ada disekitarnya. Beberapa responden menganggap bahwa tidak memenuhi standar tinggi ideal tertentu adalah merupakan suatu kecacatan pada tubuh mereka.

Selanjutnya mayoritas responden pernah juga merasa bahwa tubuh mereka tidak menarik. Hal ini terjadi karena adanya standar tertentu untuk tubuh yang menarik dimasyarakat. Misalnya tubuh yang tidak tinggi itu kurang menarik atau berat badan yang tidak ideal adalah suatu kekurangan yang harus diperbaiki. Kemudian warna kulit yang gelap adalah suatu unsur yang membuat tubuh seseorang menjadi tidak menarik.

Tema 2 : Merasa tidak menarik pada bagian tubuh yang dianggap kurang/cacat.

Dari 10 orang responden keseluruhan menyatakan bahwa merasa tidak menarik pada bagian tubuh yang dianggap kurang/cacat. R1, R3, R4, R6, R9 dan R10 menyatakan kekurangan yang dirasakan pada tinggi badan mereka merasa kurang tinggi sehingga terlihat pendek. R5, R7 dan R3 menyatakan terlihat terlalu kurus atau gemuk tidak sesuai dengan standar yang di inginkan, kemudian R2 dan R9 menyatakan kekurangan yang dirasakan pada bagian wajah merasa memiliki kulit yang terlihat gelap dan mudah berjerawat. Hal ini juga ditampilkan pada Gambar 2. Dan juga berdasarkan skrip di bawah ini:

“...kadang-kadang iya, saya melihat teman-teman yang laki-laki memiliki tinggi 160 meter keatas sedangkan saya hanya 159 meter”. (R1)

“...dua tahun yang lalu bisa dikatakan berat badan ini ideal, sekarang merasa apa yang dimakan selalu jadi daging jadi berdampak keberat badan. Merasa aneh dengan perubahan yang sekarang, perut terlihat lebih buncit”. (R5)

“...tinggi badan dan pada warna kulit wajah merasa terlihat lebih gelap dan mudah jerawat”. (R2, R9)



**Gambar 2 <Merasa Tidak Menarik pada Bagian Tubuh yang Dianggap Kurang/Cacat>**

Selanjutnya Gambar 2 menjelaskan bahwa mayoritas responden pernah merasa bahwa tubuh mereka tidak menarik. Hal ini terjadi karena adanya standar tertentu untuk tubuh yang menarik dimasyarakat. Misalnya tubuh yang tidak tinggi itu kurang menarik atau berat badan yang tidak ideal adalah suatu kekurangan yang harus diperbaiki. Kemudian warna kulit yang gelap adalah suatu unsur yang membuat tubuh seseorang menjadi tidak menarik.

Tema 3 : Sering memperhatikan dan mengecek tubuh yang dianggap kurang

Dari 10 orang responden R6 menyatakan tidak terlalu sering untuk mengecek bagian tubuh yang dianggap kurang, sedangkan responden yang menyatakan ada dan sering dilakukan, sebagaimana skrip di bawah ini:

“...jika ada cermin disekitar saya kemungkinan iya, seperti ketika diparkir bisa bercermin di kaca mobil atau di spion motor” (R1)

“...iya ada, saat sebelum mandi saya coba mengukur badan dengan memberikan tanda pada dinding melihat apakah ada peningkatan atau tidak” (R3)

“...iya setiap hari saya selalu melihat kondisi badan ini bagaimana, dan sehari ini bisa berulang kali. Apalagi jika ada cermin seperti termenung memperhatikan badan” (R5)





Tema 6 : Muncul perasaan takut dikomentari buruk oleh orang lain.

Dari 10 orang responden R2 menyatakan tidak takut jika diberikan penilaian buruk oleh orang lain dia lebih merasa terganggu dan tersinggung dengan pandangan orang lain yang memperhatikannya, sedangkan responden yang lain menyatakan merasa takut dan muncul perasaan kecewa, sebagaimana skrip di bawah ini:

“...ada, karena kalau terlihat pendek itu pasti ditertawai orang. Penilaian buruk yang diberikan seperti mengatakan “kamu kecil dan pendek ya”. (R4)

“...iya, terkadang orang yang lebih mengenal saya secara langsung men-*judge*. Seperti masalah berat badan ada yang memberi komentar sekarang lebih terlihat gendut ya”. (R6)

“...iya ada, teman-teman memberikan komentar pada *outfit* atau gaya berpakaian, seperti “si eka itu tidak bisa dandan, tidak pintar memilih *outfit* terlihat kampungan” mereka memberikan komentar tidak langsung tapi dibelakang Eka”. (R9)



Gambar 6 <Takut Diberikan Penilaian Negatif>

Selanjutnya pada Gambar 6 menunjukkan bahwa mayoritas responden merasa takut dikomentari buruk oleh orang lain mengenai bentuk tubuh atau fisik mereka. Ada beberapa aspek yang sangat sensitif untuk dikomentari yaitu, tinggi badan, berat badan, *outfit* atau gaya berpakaian. Beberapa orang merasa tidak nyaman saat dibandingkan penampilan. Adanya kecenderungan responden merasa buruk karena adanya penilaian tersebut oleh orang lain

Tema 7 : Meminta pendapat orang lain untuk memberikan penilaian pada penampilan

Dari 10 orang responden keseluruhan menyatakan meminta orang lain untuk memberikan penilaian terhadap penampilannya, hal ini dilakukan karena takut jika penampilannya terlihat buruk sehingga butuh penguatan dari orang sekitar, sebagaimana skrip di bawah ini:

“...ada, seperti bertanya kepada teman bagaimana pandangan dia tentang kulit saya. Ada beberapa yang mengatakan tidak dan ada juga yang mengatakan iya”. (R2)

“...sering, seperti bertanya “wajah aku bagaimana? Apa terlihat buruk? Cantik atau tidak?”. Terkadang juga melihat wajah orang terlihat lebih bersinar. (R4)



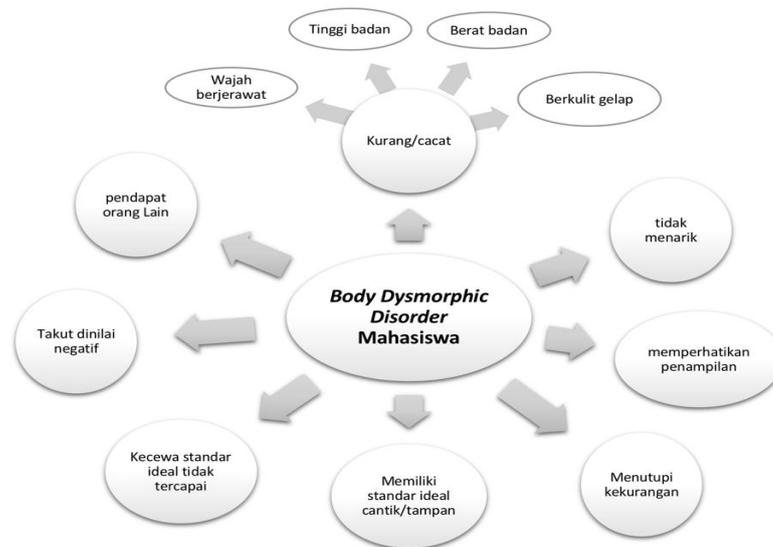


**Gambar 9 <Aspek yang Dirasa Kurang atau Cacat pada Tubuh dan Lainnya>**

Pada Gambar 9 dapat dilihat bahwa ada begitu banyak hal yang menjadi aspek yang dirasa kurang atau cacat pada tubuh responden. Dari sekian banyak aspek, tinggi badan merupakan salah satu aspek yang paling dominan dalam menentukan kekurangan atau kecatatan pada tubuh seseorang. Selanjutnya berat badan, warna kulit, bentuk wajah, bahkan sampai pada kemampuan untuk bergaya dalam berpenampilan (*outfit*).

Kondisi tinggi badan, merasa ada yang kurang, terutama pada aspek fisik menjadikan temuan yang dominan dalam penelitian ini. Aspek tersebut menjadikan para responden menghindari penilaian negatif yang diberikan orang-orang sekitar, responden menetapkan standar kecantikan atau ketampanan pada dirinya. Mereka mengharapkan dan berusaha memiliki kulit yang putih, postur badan yang tinggi seimbang antara berat badan dan tinggi badan, berwajah bersih, tidak berjerawat, bahkan ada yang menetapkan *role model* seperti artis korea.

Mahasiswa akan cenderung ingin terlihat sempurna tanpa kekurangan dimata orang lain, terutama pada bagian fisik yang akan menjadi daya tarik pertama seseorang untuk memberi penilaian. Ketika kesempurnaan itu tidak terlihat atau tidak tercapai, mahasiswa akan merasa gagal dan menimbulkan ketidakpuasan terhadap penampilan fisik yang dimiliki sehingga akan ada penilaian buruk terhadap dirinya. Perilaku mahasiswa ini dapat dikategorikan sebagai kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang dapat menyebabkan gangguan mental. Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Mahasiswa ditampilkan pada gambar 10 yaitu menganggap diri tidak menarik, merasa diri kurang/cacat, selalu memperhatikan penampilan, cenderung menutupi kekurangan, memiliki standar ideal cantik/tampan yang tinggi, memiliki kekecewaan standar ideal tidak tercapai, memiliki ketakutan dinilai negatif, serta selalu meminta pendapat orang lain terkait penampilan.



**Gambar 10 <Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Mahasiswa>**

Ketidakpuasan pada tubuh yang dialami remaja mengakibatkan berulang kali mengecek kondisi tubuhnya dikarenakan konsep diri yang negatif dan harga diri yang rendah, seperti mengukur tinggi badan, menimbang berat badan dan memperhatikan penampilan di depan cermin dengan frekuensi yang berlebihan (Nourmalita, 2016). Kecenderungan *body dysmorphic disorder* menimbulkan remaja merasa tidak puas terhadap penampilan, selalu memperhatikan kekurangan bagian tubuh menjadi suatu masalah yang besar. Banyak remaja berkeinginan untuk mengubah beberapa bentuk tubuh yang dirasa kurang, sehingga muncul citra tubuh negatif yang menjadikan remaja tersebut mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Ramdani, 2021).

*Body dysmorphic disorder* (BDD) ialah sebuah preokupasi atau penderita berimajinasi akan kerusakan atau kecacatan pada penampilan fisik, sehingga dampak yang diperoleh penderita yaitu merasa sulit menjalankan fungsi sosial dan bidang kehidupan lainnya (Vivenda & Hadiwono, 2019). Gejala-gejala timbulnya *body dysmorphic disorder* dikarenakan adanya penilaian negatif terhadap penampilan, perasaan malu terhadap penampilan, kepentingan berlebihan yang diberikan pada penampilan dalam evaluasi diri, menghindari aktivitas sosial, kamufase tubuh dan *body checking* (memperhatikan tubuh) secara berlebihan (Prakoso, Budiyan, & Rinaldi, 2020).

Hasil riset lain juga menemukan gejala-gejala BDD yang dialami oleh individu berkaitan dengan media sosial sehingga orientasi penilaiannya akan citra tubuhnya berdasarkan pada media sosial tersebut (Ryding & Kuss, 2020). Kondisi ini perlu menjadi perhatian bahwa individu yang mengalami BDD memiliki gangguan nyata dalam fungsi psikososial terutama gangguan kualitas hidup yang buruk dan tingkat bunuh diri yang tinggi (Bjornsson et al., 2022).

Adapun studi longitudinal juga dilakukan bahwa dalam masa lockdown pandemi covid-19 justru *body dysmorphic disorder* tidak ada perbedaan antara perempuan dan laki-laki, namun hal yang terjadi justru gejala gangguan makan. Kondisi ini dinilai karena individu tidak menjalin interaksi sosial dengan individu lain. Penelitian serupa juga menemukan bahwa individu memiliki kecenderungan mengalami social anxiety dalam melakukan interaksi dengan individu dan memiliki hubungan dengan terjadinya *body dysmorphic disorder* (Kelly, Walters, & Phillips, 2010). Individu yang mengalami *body dysmorphic disorder* memiliki fungsi sosial yang buruk misalnya mengalami social anxiety dan mempengaruhi kualitas hidup (Didie et al., 2006).

Individu yang mengalami BDD dipercaya menggunakan proses kognitif maladaptif yang terlalu menekankan pentingnya daya tarik yang dirasakan. Individu tersebut merasa bahwa fisiknya tidak proporsional atau tidak sempurna sesuai dengan yang diharapkan sehingga ia memandang dirinya negatif. Akibat dari perilaku tersebut membuat mereka mengalami rendah diri, malu, kecemasan, dan kesedihan, mereka sering melakukan metode koping maladaptif seperti bercermin atau menghindari sesuatu yang membuat berpikir buruk akan penampilan fisik (Adlya & Zola, 2020). Kondisi demikian dinilai bahwa BDD menjadi suatu fenomena sosial sehingga terjadinya penggunaan secara besar-besaran bedah kosmetik dan tren selfie (Perrotta, 2020).

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa fenomena *body dysmorphic disorder* dikalangan masyarakat khususnya mahasiswa menjadi fenomena sosial yang perlu mendapat perhatian bersama para praktisi pendidikan dan psikologis. Perlu adanya pemberian informasi dan treatment untuk menangani kondisi *body dysmorphic disorder* yang dialami oleh mahasiswa. Hal demikian diperlukan agar mahasiswa memiliki kondisi psikologis yang sehat secara dan mental dan memiliki kualitas hidup yang baik.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menginterpretasi kecenderungan BDD pada mahasiswa bimbingan dan konseling dinyatakan keseluruhan responden merasa memiliki kekurangan atau kecacatan pada bagian tubuh yang merusak penampilannya. Hal ini berdasarkan pernyataan responden takut diberikan komentar negatif, selalu memperhatikan penampilan secara berulang, hingga menetapkan standar ideal kecantikan atau ketampanan pada dirinya dan menimbulkan harga diri yang rendah, kurang percaya diri, tidak berani tampil apa adanya serta tidak mensyukuri anugerah fisik yang diberikan Tuhan YME. Diperlukan penelitian lanjutan dan layanan bimbingan dan konseling untuk mereduksi kecenderungan BDD.

## Referensi

- Adlya, S. I., & Zola, N. (2020). Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 4(2).
- Afriliya, D. F. (2018). *Berpikir positif dan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Bazeley, P., & Richards, L. (2000). *The NVivo qualitative project book*: Sage.
- Bjornsson, A. S., Didie, E. R., & Phillips, K. A. (2022). Body dysmorphic disorder. *Dialogues in clinical neuroscience*, 12(2), 221-232.

- Candra, J., & Asep, D. (2018). Hubungan Citra Diri Dengan Harga Diri Pada Siswa Body Dysmorphic Disorders Di Sekolah Luar Biasa Kartini Kota Batam. *Zona Keperawatan: Program Studi Keperawatan Universitas Batam*, 9(1), 22-29.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep body image remaja putri. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(2), 55-61.
- Diana, N. N. (2019). *Hubungan self esteem dan self acceptance dengan body dysmorphic disorder pada mahasiswa*. (Strata 1), Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang.
- Didie, E. R., Tortolani, C., Walters, M., Menard, W., Fay, C., & Phillips, K. A. (2006). Social functioning in body dysmorphic disorder: assessment considerations. *Psychiatric Quarterly*, 77(3), 223-229.
- Fardhillah, I. (2022). *Hubungan Body Image dan Kebermaknaan Hidup dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Mahasiswi di Universitas Putra Indonesia "YPTK" Padang Tesis*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Riau.
- Flick, U. (2007). Triangulation of qualitative and quantitative research. *Managing Quality in Qualitative Research*, Sage Publications Inc, Thousand Oaks, CA pp, 91-107.
- Gao, Y., & Liu, Q. (2017). *Preference query analysis and optimization*: Springer.
- Gibson, W., & Brown, A. (2009). *Working with qualitative data*: Sage.
- Gracia, F., & Akbar, Z. (2019). Pengaruh harga diri terhadap kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja. *JPPP-Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 8(1), 32-38.
- Hatch, J. A. (2002). *Doing qualitative research in education settings*: Suny Press.
- Hennink, M., Hutter, I., & Bailey, A. (2020). *Qualitative research methods*: Sage.
- Indrati, C. E. N., & Aprilian, E. (2018). Pengaruh body dysmorphic disorder pada self esteem mahasiswa. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 8(1), 53-61.
- Isnain, M. A. (2019). *Hubungan antara kecenderungan Body Dysmorphic Disorder dengan perilaku diet pada remaja putri*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Kelly, M. M., Walters, C., & Phillips, K. A. (2010). Social anxiety and its relationship to functional impairment in body dysmorphic disorder. *Behavior Therapy*, 41(2), 143-153.
- Lapan, S. D., Quartaroli, M. T., & Riemer, F. J. (2012). *Qualitative research: An introduction to methods and designs*: Jossey-Bass/Wiley.
- Maulida Muttaqin, I., Asyanti, S., & Psi, S. (2019). *Keterkaitan Harga Diri Dan Penerimaan Diri Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswa*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Murliana, M. (2019). *Hubungan antara kecenderungan gangguan Anorexia Nervosa dengan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada siswa SMAN 02 Sidoarjo yang mengikuti Ekstrakurikuler Dance*. (Strata 1), UIN Sunan Ampel Surabaya, Surabaya
- Nourmalita, M. (2016). *Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala Body Dismorphic Disorder yang Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri*. Paper presented at the Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity. Psychology Forum UMM.
- Nur, H., & Daulay, N. (2020). *Dinamika Perkembangan Remaja*. Jakarta: Kencana.
- Olsen, W. K., Haralambos, M., & Holborn, M. (2004). Triangulation in Social Research:: Qualitative and Quantitative Methods Can Really Be Mixed *Developments in sociology*: Causeway Press Ltd.
- Organization, W. H. (2018). International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision).
- Oz, M. C., Roizen, M. F., & Michael, F. (2010). *Being Beautiful: Sehat Dan Cantik Luar Dalam Ala Dr Oz*. Oz. Bandung: Qanita.
- Pakpahan, M., Amruddin, A., Sihombing, R. M., Siagian, V., Kuswandi, S., Arifin, R., . . . Kato, I. (2022). *Metodologi Penelitian*: Yayasan Kita Menulis.
- Pardede, D. N. (2021). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja Putri di Yogyakarta*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta.
- Perrotta, G. (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.
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder*. New York: Oxford University Press.
- Prakoso, I. B., Budiyan, K., & Rinaldi, M. R. (2020). Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswi. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*, 15(1), 56-63.
- Ramdani, Z. (2021). Metode Systematic Literature Review untuk Identifikasi Body dysmorphic disorder pada Remaja. *Journal of Psychological Perspective*, 3(2), 53-58.

- Ryding, F. C., & Kuss, D. J. (2020). The use of social networking sites, body image dissatisfaction, and body dysmorphic disorder: A systematic review of psychological research. *Psychology of Popular Media, 9*(4), 412.
- Santoso, M. V., Fauzia, R., & Rusli, R. (2020). Hubungan Antara Kepuasan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Wanita Dewasa Awal di Kota Banjarbaru. *Jurnal Kognisia, 2*(1), 55-60.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja, edisi kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- Singh, A. R., & Veale, D. (2019). Understanding and treating body dysmorphic disorder. *Indian journal of psychiatry, 61*(Suppl 1), S131.
- Stolte, C. R. (2003). *Query, analysis, and visualization of multidimensional databases*: Stanford University.
- Vaismoradi, M., & Snelgrove, S. (2019). *Theme in qualitative content analysis and thematic analysis*. Paper presented at the Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research.
- Vivenda, G., & Hadiwono, A. (2019). Ruang Wisata Citra Tubuh. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa), 1*(1), 540-555.
- Yunistika, T. P. (2018). *Hubungan antara self esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswi prodi psikologi islam fakultas psikologi uin raden fatah palembang*. UIN Raden Fatah Palembang, Palembang.
- Yusuf, S. (2011). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zakariah, M. A., Afriani, V., & Zakariah, K. M. (2020). *Metodologi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Action Research, Research and Development (R n D)*: Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warrahmah Kolaka.