

Citra Tubuh dan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*: Seberapa Penting Penampilan Fisik bagi Remaja?

Dwi Amalia Putri

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Eben Ezer Nainggolan

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Sayidah Aulia UI Haque

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: dwiamaliaptr17@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between body image and body dysmorphic disorder tendencies in teenagers in Surabaya. This study used a correlational quantitative research method. The participants in this study were all teenagers in Surabaya with the age range of 18-21 years. The number of participants in this study was 272 participants taken with reference to the Krejcie table with a confidence of 90%. The sample technique used was Accidental Sampling. The data analysis used is Spearman Rho. The results of this study showed a rho correlation coefficient value of -0.616 with a significance level of 0.000 ($p \leq 0.05$). Thus, there is a negative relationship between the two variables which shows that the higher the body image owned, the lower the tendency of body dysmorphic disorder, conversely the lower the body image owned, the higher the tendency of body dysmorphic disorder.

Keywords: *Body Dysmorphic Disorder; Body Image; Teenagers*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja di Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Partisipan dalam penelitian ini adalah seluruh remaja di Surabaya dengan rentan usia 18-21 tahun. Jumlah partisipan pada penelitian ini adalah sebanyak 272 partisipan yang diambil dengan mengacu pada tabel krejcie dengan confidence sebesar 90%. Teknik sampel yang digunakan adalah *Accidental Sampling*. Analisis data yang digunakan adalah *Spearman Rho*. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi rho sebesar - 0,616 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p \leq 0,05$). Dengan demikian, terdapat hubungan negatif antara dua variabel yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *body image* yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder*nya, sebaliknya semakin rendah *body image* yang dimiliki maka semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* nya.

Kata kunci: *Body Dysmorphic Disorder; Body Image; Remaja*

Pendahuluan

Setiap manusia mempunyai masa tahapan perkembangannya seperti masa bayi, anak-anak, remaja, dewasa hingga lanjut usia. Tahapan paling penting dan menentukan dalam perkembangan manusia adalah masa remaja. Menurut Santrock (2007), masa remaja dimulai sekitar usia 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18-22 tahun. Pada periode tersebut, individu akan mengalami transisi pertumbuhan dan perkembangan dari masa anak-anak menuju dewasa, dimana pada periode tersebut akan melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Selama masa remaja, terjadi perubahan fisik seperti peningkatan berat badan dan tinggi badan. Karakteristik seksual juga mengalami transformasi, seperti pertumbuhan buah dada dan perubahan area pinggul serta timbulnya menstruasi pada perempuan. Sementara itu, pada laki-laki, perubahan mencakup perubahan suara menjadi lebih berat, tumbuhnya jakun dan kumis.

Dalam beberapa kasus tertentu, seseorang bisa mengalami kecemasan atau ketakutan yang berlebihan terkait dengan kekurangan pada tubuhnya. Seperti individu yang merasa tubuhnya terlalu kurus, meskipun orang lain menganggap kondisi tubuhnya normal. dalam tahap perkembangannya, remaja mulai sadar akan pentingnya membentuk identitas diri dan menunjukkan minat terhadap lawan jenis. Kesadaran ini mendorong remaja untuk lebih memperhatikan penampilan fisik mereka. Fenomena ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh menjadi hal yang umum pada remaja sekarang. Menurut Indrati & Aprilian (2018), sebagian remaja mungkin tidak dapat menerima keadaan tubuhnya sehingga mencari cara untuk menyembunyikan bagian tubuh yang dianggap kurang. Banyak remaja mengalami kekhawatiran terkait aspek-aspek tertentu pada tubuh mereka, termasuk masalah jerawat, bentuk tubuh, berat badan, tinggi badan, dan sebagainya. Remaja cenderung lebih responsif terhadap penampilan mereka, dan hal ini dapat mengakibatkan penilaian negatif terhadap citra tubuh, hal inilah yang dapat mengembangkan suatu gangguan yang dikenal sebagai "*Body Dysmorphic Disorder*"

Phillips (2009) memberikan definisi BDD sebagai kekhawatiran yang "sangat berlebihan" terhadap bagian tubuh seseorang. Umumnya, mereka merespons secara berlebihan terhadap kecacatan kecil yang dianggap berdampak pada kehidupan mereka. Pada kenyataannya, kekurangan yang dirasakan oleh penderita BDD mungkin tidak ada pada area tubuh yang tidak disukai dan tampak normal. Menurut Phillips (2009), gangguan BDD umumnya mulai muncul pada masa remaja, bahkan mungkin sudah ada sejak masa kanak-kanak tetapi belum terdiagnosa. BDD melibatkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang terus-menerus, menciptakan perasaan ketidakpuasan. Permasalahan ini terkait dengan cara individu tersebut salah mempersepsi dirinya sendiri, terutama dalam hal citra tubuh atau *body image*. Oleh karena itu, harga diri secara tidak langsung dapat dipengaruhi oleh hubungan antara citra tubuh dan gejala BDD. Dalam bukunya yang berjudul "*Understanding Body Dysmorphic Disorder*" Phillips (2009) menyatakan bahwa penelitian dari beberapa negara, termasuk Amerika Serikat, menemukan bahwa hampir 1% hingga

2,4% remaja mengalami BDD. Fakta ini menjadikan BDD sebagai salah satu gangguan mental yang serius, sejajar dengan gangguan bipolar, gangguan panik, dan skizofrenia. Selain itu, hampir 76% individu dengan kecenderungan BDD akan mengunjungi dokter bedah plastik. Individu dengan gejala BDD akan cenderung selalu tidak merasa puas sehingga berulang kali melakukan prosedur bedah plastik, seperti rhinoplasty, sedot lemak, rekonstruksi payudara.

Data-data mengenai bedah plastik di beberapa negara menurut sebuah jejak pendapat terbaru di Korea menyatakan bahwa 77 persen wanita di Korea merasa perlu melakukan operasi plastik (Korean times). Menurut ASAPS (*American Society for Aesthetic Plastic Surgery*), jumlah pasien estetik meningkat dari tahun ke tahun. Di Indonesia, sebenarnya operasi plastik juga bukan “barang baru” lagi. Bedah plastik estetik di Indonesia mulai berkembang sejak awal periode 1980-an. Namun, jumlah pasiennya memang belum sebanyak saat ini. Misalnya di RSUPN Cipto Mangunkusumo, jumlah pasien bedah plastik estetik sepanjang tahun 2005 mencapai 126 orang, dan di klinik Bedah Plastik Bina Estetika, tiap tahun menerima sekitar 1.500 pasien. Menurut sumber institusi kesehatan Mitra Keluarga, di Indonesia sendiri terdapat sejumlah 150.000 kasus mengenai gangguan BDD per tahun. Akan tetapi masih kurangnya data statistik mendetail dalam skala besar oleh pemerintah Indonesia mengenai gangguan ini. Sehingga di Indonesia belum mendapatkan data secara pasti berapa jumlah pasien yang telah melakukan bedah plastik estetik setiap tahunnya (Gunawan dan Anwar, 2012).

Menurut Boroughs dkk., (2010), terdapat beberapa faktor psikologis yang dapat menyebabkan munculnya gejala BDD pada individu, seperti perbandingan penampilan, kepuasan terhadap tubuh, evaluasi penampilan, dan harga diri. Rosen dan Reiter (1996) menambahkan bahwa beberapa faktor psikologis lainnya yang dianggap berpengaruh terhadap perkembangan BDD yaitu melibatkan citra tubuh dan harga diri yang negatif. Menurut *American Psychiatric Association* (2013), BDD dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor lingkungan, di mana BDD dikaitkan dengan pengabaian dan pelecehan yang terjadi pada masa kanak-kanak. Dalam pandangan faktor genetik, kemungkinan terjadinya BDD dapat terlihat pada individu yang memiliki latar belakang keluarga dengan riwayat gangguan obsesif-kompulsif. Faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi BDD melibatkan faktor sosial dan budaya. Faktor sosial dapat terkait dengan interaksi dan pengalaman dalam kehidupan, seperti pengalaman negatif, termasuk ejekan terkait kondisi fisik, yang dapat memengaruhi pikiran dan emosi individu, sehingga memunculkan gejala BDD.

Dari penjelasan tersebut, dan data-data yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan periode di mana terjadi berbagai perubahan, termasuk perubahan hormonal, fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan fisik pada masa ini dapat menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Sebagian besar remaja cenderung lebih memperhatikan penampilan mereka daripada aspek-aspek lain dalam diri mereka. Dengan kata lain, individu yang mengalami gejala BDD memiliki masalah atau isu terkait dengan citra tubuh atau cara

Citra Tubuh dan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*: Seberapa Penting Penampilan Fisik bagi Remaja?

mereka melihat penampilan fisik mereka, bukan dengan penampilan fisik yang sebenarnya. Dimulai dari penampilan fisik mereka sendiri, remaja mulai membentuk gambaran dan persepsi tentang bentuk fisik, kemudian melibatkan penilaian terhadap penampilan fisik orang lain, serta menciptakan standar tubuh yang dianggap ideal untuk setiap remaja perempuan dan laki-laki. Gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik tersebutlah yang dikenal sebagai "*Body Image*". Menurut Honigman dan Castle (2014), citra tubuh atau *body image* adalah gambaran mental seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya. Hal ini mencakup cara individu tersebut memandang dan menilai ukuran dan bentuk tubuhnya, serta bagaimana mereka percaya bahwa orang lain akan menilai mereka. Cash dan Pruzinsky (2002), mendefinisikan *body image* sebagai sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya, yang dapat mencakup penilaian positif dan negatif. *Body image* bisa bersifat positif atau negatif tergantung pada bagaimana individu tersebut menghadapinya.

Menurut Dacey dan Kenny (dalam Kinanti, 2009), persepsi negatif remaja terhadap citra tubuh dapat menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan remaja lainnya. Hal ini dapat diartikan bahwa remaja yang memiliki pandangan negatif cenderung terus memikirkan kekurangan tubuhnya dan mungkin menjadi lebih enggan berinteraksi dengan orang lain. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan Ravena dan Tanti (2020) dengan penelitian yang berjudul "Hubungan antara citra tubuh dan harga diri dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada remaja Kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 5 Jakarta". Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara citra tubuh dengan kecenderungan BDD akan muncul jika remaja tidak puas dengan penampilan, selalu melihat kekurangan bentuk tubuh menjadi suatu masalah yang besar, dan menimbulkan keinginan untuk mengubah beberapa bentuk tubuh yang dirasa kurang maka citra tubuh yang muncul negatif sehingga menjadikan remaja tersebut mengalami kecenderungan BDD. sebaliknya jika remaja puas dengan bentuk tubuhnya maka citra tubuh yang muncul adalah positif yang dapat membuat remaja memiliki kepuasan terhadap penampilan dan bentuk tubuh kemungkinan rendah tingkat kecenderungan BDD pada remaja tersebut.

Berdasarkan hasil riset yang peneliti amati, bahwa remaja yang sensitif dengan penampilannya dapat menyebabkan penilaian negatif terhadap *body image* yang dapat mengembangkan faktor risiko munculnya BDD. Penelitian ini dilakukan karena minimnya pengetahuan mengenai konsep citra tubuh atau *body image* dan BDD pada remaja di Indonesia. Sebagian besar remaja yang mengalami gangguan ini tidak menyadari bahwa gangguan yang dialami merupakan sebuah gejala gangguan mental yang cukup serius. Tidak menutup kemungkinan bahwa BDD dapat berkembang pada kalangan remaja di masa depan. Melihat kenyataan bahwa terus meningkatnya perkembangan penggunaan media-media dari teknologi yang salah satunya yakni media massa setiap tahunnya. Oleh karena itu, penulis melakukan penelitian untuk meningkatkan *awareness*, pengetahuan, dan pemahaman remaja

mengenai gangguan *Body Dysmorphic Disorder*.

Metode

Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, di mana dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui besarnya hubungan antara variabel yang akan diteliti. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu *body image* sebagai variabel bebas dan *body dysmorphic disorder* sebagai variabel terikat.

Dalam penelitian ini partisipan diambil dengan menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Jumlah partisipan pada penelitian ini adalah sebanyak 272 partisipan yang diambil dengan mengacu pada tabel *Krejcie* dengan Confidence sebesar 90%. Partisipan dalam penelitian ini adalah seluruh remaja laki-laki dan wanita di Surabaya dengan rentan usia 18 sampai 21 tahun. Penelitian ini menggunakan instrumen yang berbentuk skala. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Adapun pilihan jawaban di antaranya yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju (KS), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Pada setiap bulir pertanyaan mempunyai pertanyaan favourable dan unfavourable.

Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner melalui Google Form yang berisi pertanyaan seperti data diri. Skala *body image* diukur dengan menggunakan tiga aspek yang dikemukakan oleh Cash (2000) yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, dan kepuasan terhadap bagian tubuh. Skala *body image* berjumlah 29 pertanyaan yang terdiri dari 24 pertanyaan favourable dan lima pertanyaan unfavourable. Sementara itu skala *body dysmorphic disorder* diukur dengan menggunakan dua aspek yang dikemukakan oleh Phillips (2009). Skala BDD berjumlah 21 pertanyaan yang terdiri dari 14 favourable dan 7 pertanyaan unfavourable.

Uji hipotesis dalam penelitian ini dengan menggunakan statistik *Spearman Rho* dengan bantuan SPSS 16.0 *Statistik for Windows*. Uji korelasi *Spearman Rho* digunakan untuk mengetahui keeratan hubungan dua variabel dengan hasil yang bersifat kuantitatif.

Hasil

Sebelum melakukan uji analisis data, peneliti melakukan uji prasyarat, di mana uji prasyarat menentukan teknik analisis data apa yang akan di gunakan peneliti dalam menganalisis data penelitian. Dalam penelitian ini, uji prasyarat yang di lakukan adalah uji normalitas dan uji linearitas data yang berisi statistik deskriptif, uji asumsi, dan uji hipotesis yang kemudian dianalisis secara kritis.

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	p	Keterangan
<i>Body Dysmorphic Disorder</i>	0,182	0,000	Tidak Normal

Sumber: Output SPSS 16.0 For Windows

Berdasarkan hasil uji normalitas data penelitian diperoleh nilai koefisien Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,182 dengan $p=0,000$ ($p<0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa distribusi data variabel *body image* dan *Body Dysmorphic Disorder* tidak berdistribusi normal.

Tabel 2
Hasil Uji Linearitas

Variabel	F Deviation From Linearity	p	Keterangan
<i>Body Image</i> dengan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	2,701	0,000	Tidak Linear

Sumber: Output SPSS 16.0 For Windows

Berdasarkan hasil uji linearitas data penelitian yang dilakukan menggunakan *Test For Linearity* diperoleh nilai koefisien F sebesar 2,701 dengan $p=0,000$ ($p<0,05$). Dengan demikian, disimpulkan bahwa hubungan antara variabel *body image* dan *body dysmorphic disorder* memiliki hubungan yang tidak linear.

Tabel 3
Hasil Uji Spearman Rho

Variabel	Rho	p	Keterangan
<i>Body Image</i> dengan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	-0,616	0,000	Sangat Signifikan

Sumber: Output SPSS 16.0 For Windows

Berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian dengan statistik *Spearman rho* diperoleh koefisien korelasi *Spearman rho* sebesar -0,616 dengan $p=0,000$ ($p<0,05$). Dengan demikian, hasil tersebut sangat signifikan dan hipotesis yang menyatakan ada hubungan negatif antara *body image* dan *body dysmorphic disorder* pada remaja di Surabaya diterima. Semakin tinggi *body image* maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder*nya. Sebaliknya, semakin rendah *body image* maka semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder*nya.

Pembahasan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil korelasi antara body image dengan kecenderungan BDD pada remaja di Surabaya dengan nilai spearman correlation sebesar $-0,616$ dengan nilai probabilitas $p=0,000$ ($P<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara kedua variabel negatif dan sangat signifikan, artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *body image* dengan BDD pada remaja di Surabaya. Semakin tinggi body image yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan BDD nya.

Body image dalam penelitian ini menggunakan teori Cash (2002) yang menjelaskan bahwa *body image* merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya, yang dapat mencakup penilaian positif dan negatif. Pada teori ini *body image* dijelaskan dalam tiga aspek, yaitu evaluasi penampilan, hal ini dapat dilakukan individu dengan menilai dan memandang penampilan fisik secara positif. Individu yang dapat mengevaluasi diri secara positif akan lebih memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, sehingga individu tersebut tidak hanya terfokus pada satu bagian tubuhnya yang dapat menyebabkan rasa cemas dan khawatir secara berlebihan. Kedua yaitu orientasi penampilan, hal ini dapat dilakukan individu dengan berusaha untuk memperbaiki penampilan dirinya. Individu yang mampu meningkatkan penampilan dirinya terhadap orang lain akan merasa lebih percaya diri pada penampilannya, sehingga individu tersebut tidak merasa penampilannya terlihat buruk dihadapan individu lain yang dapat membuat perasaan dan pikiran negatif, sedih, dan takut. Aspek yang ketiga yaitu, kepuasan terhadap bagian tubuh, hal ini dapat dilakukan individu dengan selalu berpikir positif terhadap penampilan fisiknya. Sehingga individu tersebut tidak memiliki rasa ketidakpuasan pada tubuhnya yang 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.

Remaja yang cenderung lebih sensitif mengenai penampilan. Hal tersebut dapat menyebabkan penilaian negatif terhadap body image yang merupakan salah satu faktor risiko munculnya gejala *Body Dysmorphic Disorder*. Gejala BDD pada remaja dapat mengganggu proses perkembangan baik fisik, kognitif, psikososial, moral dan emosional. Hal ini dapat menyebabkan distres yang menimbulkan kondisi depresi pada remaja tersebut. Menurut Phillips (2009), BDD umumnya mulai muncul pada masa remaja, bahkan mungkin sudah ada sejak masa kanak-kanak tetapi belum terdiagnosa. Gejala BDD melibatkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang terus-menerus, menciptakan perasaan ketidakpuasan. Permasalahan ini terkait dengan cara individu tersebut salah mempersepsi dirinya sendiri, terutama dalam hal citra tubuh (*body image*). Beberapa remaja yang mengalami gangguan ini mungkin menghabiskan waktu berjam-jam secara berulang untuk memeriksa kekurangan-kekurangan mereka saat memandang diri sendiri di cermin.

Citra Tubuh dan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*: Seberapa Penting Penampilan Fisik bagi Remaja?

Sesuai dengan penjelasan teori tersebut, dapat diketahui bahwa salah satu faktor yang menyebabkan berkembangnya BDD adalah *body image*. Citra tubuh merupakan persepsi terhadap penampilan fisik seseorang, baik positif maupun negatif. Karena penampilan fisik memberikan kontribusi signifikan terhadap hubungan sosial setiap individu, citra tubuh memainkan peran penting dalam cara individu menjalani kehidupan sehari-hari. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ravena dan Tanti (2020) dengan penelitian yang berjudul "Hubungan antara Citra Tubuh dan Harga Diri dengan Kecenderungan BDD pada Remaja Kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 5 Jakarta". Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara citra tubuh dengan kecenderungan BDD akan muncul jika remaja tidak puas dengan penampilan, selalu melihat kekurangan bentuk tubuh menjadi suatu masalah yang besar, dan menimbulkan keinginan untuk mengubah beberapa bentuk tubuh yang dirasa kurang maka citra tubuh yang muncul negatif sehingga menjadikan remaja tersebut mengalami kecenderungan BDD, sebaliknya jika remaja puas dengan bentuk tubuhnya maka citra tubuh yang muncul adalah positif yang dapat membuat remaja memiliki kepuasan terhadap penampilan dan bentuk tubuh kemungkinan rendah tingkat kecenderungan BDD pada remaja tersebut.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *body image* dengan kecenderungan BDD pada remaja di Surabaya. Melalui uji non parametrik diperoleh koefisien korelasi Spearman Brown, ρ sebesar $-0,616$ dan $p=0,000$ ($p>0,05$). Dengan demikian, hasil tersebut sangat signifikan. Semakin tinggi *body image* pada remaja di Surabaya, maka semakin rendah kecenderungan BDD nya. Sebaliknya, semakin rendah *body image* pada remaja di Surabaya, maka semakin tinggi kecenderungan BDD nya. *Body image* memberikan kontribusi sebesar 34% terhadap rendahnya kecenderungan BDD pada remaja di Surabaya. Sisanya sebesar 66% berhubungan dengan faktor lain seperti budaya, sosial, kerusakan gen dan kepribadian.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran bagi remaja agar tetap memandang positif penampilannya, sehingga tidak terjadi kondisi dimana pikiran hanya terfokus pada satu titik tertentu saja, yang dapat menyebabkan perasaan cemas, khawatir berlebihan serta perasaan negatif lainnya. Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu agar lebih menggali data lebih dalam mengenai kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* agar data yang diperoleh dapat memberikan referensi tambahan mengenai gejala BDD, karena dibutuhkan penelitian lanjutan semacam ini agar dapat menemukan lebih banyak potongan teka-teki dan menyatukannya untuk memberikan gambaran yang koheren dan terpadu tentang bagaimana BDD berkembang. Pada akhirnya, pengetahuan ini akan mengarah pada pengobatan yang lebih efektif.

Referensi

- Adinda Wilistiyani¹, M. V. I. W. (2022). *Body Image dan Body Dysmorphic Disorder (BDD) pada Perempuan Usia 18 – 21 Tahun*. 14.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV-TR*. American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical Manual of mental disorders* (5th ed). American Psychiatric Publishing.
- Boroughs, M. S., Krawczyk, R., & Thompson, J. K. (2010). Body dysmorphic disorder among diverse racial/ethnic and sexual orientation groups: Prevalence estimates and associated factors. . Vol. (9-10),. *Sex Roles*, 63, 725–737.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*.
- Cash, T. F. (2000). *The multidimensional Body-Self Relations Questionnaire. MBSRQ User's Manual, Third Revision*.
- Gunawan, R. & Anwar, A. (2012). Kecemasan Body Image Pada Perempuan Dewasa Tengah Yang Melakukan Bedah Plastik Estetik. *Jurnal Psikologi*, 10, 2.
- Kinanti, I. (2009). *Gambaran Citra Tubuh Pada Universitas, Remaja Yang Obesitasi*.
- Nourmalita, M. (2016). Pengaruh citra tubuh terhadap gejala body dismorphic diorder yang dimediasi harga diri pada remaja putri. *Journal Psychology & Humanity*.
- Nurlita, D. & Lisiswanti, R. (2016). Body Dysmorphic Disorder. *Jurnal Majority*, 5.
- Nurul Islamiyah, S. M., & Ismail, I. (2023). Body Image dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Perempuan Pengguna Media Sosial. *Jurnal Imiah Psikologi*, 11.
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder: An essential guide*.
- Phillips KA, Didie ER, Menard W, Pagano ME, Fay C. (2006). *Clinical features of body dysmorphic disorder in adolescents and adults*. *Psychiatry Res*.
- Ravena, T. (2020). *Hubungan antara Citra Tubuh dan Harga Diri dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja Kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 5 Jakarta*. VOL 4.
- Rosen, J. C., & Reiter, J. (1996). *Development of The Body Dysmorphic Disorder Examination*. Elsevier. Vol. 34, 755–766.
- Rosen J., & R. J. c. (1996). *Cognitif-behavioral Body Imagetherapy for body Dysmorphic disorder*. *Journal in Department of Psychology*.
- Thompson, J. K. (2000). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*. American Psychological Association.

Citra Tubuh dan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*: Seberapa Penting Penampilan Fisik bagi Remaja?

Watkins, C. E. (2006). Body dysmorphic disorder. *The Journal of Northern County Psychiatric Associates*.