J-CEKI : Jurnal Cendekia Ilmiah
Vol.3, No.6, Oktober 2024

Hubungan *Self-Esteem* Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (Bdd) Pada Siswi SMAN 4 Sinjai

Anriani[1], Widyastuti[2*], Novi Yanti Pratiwi[3]
Universitas Negeri Makassar
E-mail: driiandriani99@gmail.com[1], widyastuti@unm.ac.id[2], novi.yanti.pratiwi@unm.ac.id[3]

Article History:
Received: 28 Agustus 2024
Revised: 27 September 2024
Accepted: 01 Oktober 2024

Keywords: *body dysmorphic disorder,* remaja putri*, self-esteem.*

Abstract: *Self-esteem berperan penting dalam kehidupan remaja karena salah satu tugas perkembangan pada masa ini adalah seseorang mendapatkan harga dirinya. Self-esteem rendah menjadi penyebab remaja menilai dirinya secara buruk dan hal ini berpengaruh terhadap munculnya kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD) pada remaja putri di SMAN 4 Sinjai. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian ini adalah remaja putri SMAN 4 Sinjai berusia 15-19 tahun dengan sampel sebanyak 145 menggunakan metode purposive sampling. Instrumen penelitian ini adalah skala self-esteem yang disusun berdasarkan teori Coopersmith (1967) dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,863. Skala kecenderungan BDD disusun berdasarkan teori Phillips (2009) dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,753. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi product moment pearson dengan bantuan IBM SPSS Statistic 25 for windows, koefisien korelasi diperoleh sebesar r=-0,604 (p<0,05). Nilai tersebut menunjukkan bahwa variabel self-esteem memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecenderungan BDD. Semakin tinggi self-esteem maka semakin rendah remaja memiliki kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD) dan sebaliknya semakin rendah self-esteem maka semakin tinggi remaja memiliki kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD). Implikasi dalam penelitian ini adalah mengidentifikasi bagaimana meningkatkan self-esteem untuk mengurangi resiko terjadinya BDD.*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap yang penting dan kompleks yakni setiap individu mencari identitasnya dan membentuk kepribadian. Masa remaja merupakan periode transformasi diri dari

fase kanak-kanak menuju fase dewasa yaitu dimana remaja tentunya akan mengalami perubahan secara drastis salah satunya perubahan dalam bentuk tubuh. Hal tersebut menjadi dasar dan faktor internal bahwa remaja akan cenderung memperhatikan penampilan fisiknya (Gracia & Akbar, 2019).

Penampilan merupakan suatu hal yang menjadi penting bagi remaja khususnya remaja putri sebagai bentuk penerimaan diri pada sebuah lingkungan (Fristy, 2012). Remaja akan mulai memperhatikan penampilan fisiknya yang dipengaruhi beberapa faktor eksternal yaitu salah satunya ialah *peer-group* yang merupakan faktor yang paling memberikan pengaruh. Bukowski mengemukakan bahwa *peer-group* merupakan faktor yang mewakili gaya dan nilai dari suatu generasi remaja yang dianggap dalam bagian dari dirinya. Nilai yang ada pada sebuah peer group dibentuk dari adanya pengetahuan budaya global yang mana pada saat menilai individu itu adalah dilihat dari proporsi tubuh yang ideal (Gracia & Akbar, 2019).

Usia 15-17 tahun merupakan masa remaja yang memperoleh titik tertinggi dalam berbagai aspek psikologis. Umumnya, saat diusia tersebut remaja akan mengalami perubahan fisik yang menjadi matang, remaja yang mulai memiliki minat dan kesadaran akan bentuk tubuhnya (Gracia & Akbar, 2019). Hurlock (2006) mengemukakan bahwa remaja memiliki berbagai tantangan selama masa remajanya, salah satunya adalah kemampuan remaja dalam menerima keadaan fisik. Individu yang mempersepsikan dirinya merasa tidak sesuai dengan standar atau proporsi yang ideal, akhirnya remaja cenderung tidak dapat memenuhi tugas perkembangan. Remaja akan mengalami distorsi citra diri secara berlebihan, yang mengakibatkan munculnya kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah individu dengan obsesi terhadap kekurangan dalam bentuk tubuh atau kekurangan pada penampilan yang dimiliki. *National Health Service* (NHS) Inggris (Salsabilah & Maryatmi, 2023) menjelaskan bahwa *body dysmorphic disorder* merupakan keadaan dimana individu menghabiskan banyak waktu untuk mencemaskan kekurangan pada penampilannya, meskipun tidak terlihat sama sekali oleh orang lain.

Phillips (2009) mengemukakan bahwa *body dysmorphic disorder* berkembang pada rata-rata usia 16 tahun dan biasanya gejala BDD dimulai dari usia 13 tahun. Rahmania dan Yuniar, (2012) mengemukakan bahwa sebanyak 100 remaja yang berusia 15-18 tahun mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* yakni sebanyak 35 orang (35%) termasuk kategori tinggi, sebanyak 36 orang (36%) termasuk kategori sedang, dan 29 orang (29%) termasuk kedalam kategori rendah. Higgins dan Wysong (2018) juga mengemukakan bahwa lebih dari 70% individu mengalami *body dysmorphic disorder* dimana itu terjadi pada fase remaja dimulai dengan usia 18 tahun keatas, namun terdapat beberapa kasus *body dysmorphic disorder* terjadi pada individu yang telah mengalami *monopause*.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada dasarnya banyak berkembang pada usia remaja 16-17 tahun. Gangguan ini merupakan gangguan yang banyak dialami oleh perempuan yang gejalanya mulai muncul pada usia rata-rata 15 tahun, yang merupakan masa remaja, Kaplan dan Sadock (Nurlita & Lisiswanti, 2016). Enander, Ivanov, Cols, Halkola, Ljotsson, Lundstrom, Vigil, Monzani, Lichtenstein, dan Ruck (2018) dalam penelitiannya bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* lebih banyak terjadi pada usia 15 tahun dengan persentase sebanyak 49%, kemudian 18 tahun sebanyak 39%, dan usia 20-28 tahun sebanyak 37%.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* dapat dialami oleh semua kalangan, baik laki-laki maupun perempuan. Namun, sebanyak 1,7% remaja memiliki kemungkinan untuk mengalami *body dysmorphic disorder* tanpa memperhatikan perbedaan jenis kelamin (Schneider,

Turner, Mond, & Hudson, 2017). Akan tetapi perlu digaris bawahi bahwa meskipun tidak ada perbedaan jenis kelamin terkait peluang bagi remaja memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*, namun pada kenyataannya fakta mengindikasikan bahwa *body dysmorphic disorder* banyak terjadi pada remaja putri dengan persentase sebanyak 70 % dengan permulaan kasus yang terjadi sebelum usia 18 tahun (Wahyudi & Yuniardi, 2018).

International OCD Foundation USA (Salsabilah & Maryatmi, 2023) mengemukakan bahwa *body dysmorphic disorder* memberikan pengaruh sebesar 1,7% sampai dengan 2,9% terhadap populasi, yang berarti 1 diantara 50 orang memiliki *body dysmorphic disorder*. Veale dan Neziroglu (2010) juga mengemukakan bahwa 1 sampai dengan 1,5% populasi di dunia memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*, dimana kecenderungan tersebut akan terus meningkat apabila remaja memiliki budaya yang mengutamakan penampilan. Enander, dkk (2018) mengemukakan dalam penelitiannya, bahwa prevalensi *body dysmorphic disorder* secara klinis data lebih tinggi terjadi pada perempuan (1,3-3,3%) jika dibandingkan dengan laki-laki (0,2-0,6%). Sehingga, tingginya kasus kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang dialami oleh remaja umumnya dikarenakan adanya perasaan tidak puas pada remaja terhadap tubuh yang dimiliki.

Remaja yang mempunyai kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan selalu sadar terhadap kekurangan pada tubuh dan penampilannya dan menekankan dirinya pada kekurangan fisik yang dimiliki. Remaja akan menilai dirinya terutama remaja putri akan mengevaluasi nilai dirinya sendiri yang kemudian memberikan dampak terhadap *self-esteem* mereka. Penelitian Phillips, Pinto, dan Jain terkait "*self-esteem in body dysmorphic disorder*'' bahwa faktor psikologis yang berhubungan dengan *body dysmorphic disorder* adalah *self-esteem* yakni sikap individu dalam menghargai dan menilai baik itu secara positif maupun secara negatif terhadap dirinya (Mruk, 2013). Serta, *self-esteem* individu memiliki peran yang penting dalam perkembangan terjadinya *body dysmorphic disorder* (Phillips 2009).

Self-esteem adalah sebuah penilaian yang menyeluruh dari *value* individu. Remaja yang selalu menuntut dirinya atas kesempurnaan diri, kerap meremehkan hal penting yang menarik dalam dirinya dan malah memperlihatkan apa yang disukai oleh orang lain. *Self-esteem* sangat berperan penting dalam membentuk citra diri individu yang memiliki keterlibatan yang besar terhadap sikap dan perilaku yang dimiliki (Srisayekti, Wilis, Setiady, David, Sanitioso, dan Rasyid, 2015). Individu yang mempunyai *self-esteem* tinggi akan bersikap tegas, percaya diri, dan berpikir positif terhadap dirinya. Begitu pun sebaliknya, dimana individu yang memiliki *self-esteem* rendah akan melihat dirinya dan berpikir negatif tentang dirinya, Michener & DeLamater (Sari dkk 2006).

World Health Organizationa (WHO) (Nourmalita, 2016) menyatakan bahwa perkembangan kesehatan jiwa sangat berefek pada masa remaja. Dimana pada masa remaja, kasus vitalitas (kesehatan jiwa) berada pada urutan ketiga terbanyak. Salah satu aspek pemicu dari permasalahan tersebut pada remaja adalah karena *self-esteem* yang cukup rendah terutamanya pada remaja putri. Nourmalita (2016) mengemukakan bahwa remaja putri cenderung mudah terpengaruh oleh citra tubuh yang ideal yang kerap memperlihatkan ketidakpuasan pada tubuh jika dibandingkan dengan laki-laki. Remaja putri sering menilai citra tubuhnya dengan negatif. Dimana penilaian negatif tersebut menjadi faktor yang mempengaruhi individu mengalami gejala *body dysmorphic disorder.*

Penampilan salah satu aspek yang penting bagi remaja putri yang disebabkan karena adanya stereotip bahwa mereka perlu menjaga penampilannya. Nurlita dan Lisiswanti (2016) mengemukakan bahwa sebanyak 30.000 ribu orang di US dengan data statistik yang diperoleh

yaitu sebanya 93% wanita dan 78% laki-laki memiliki kepedulian dan memperhatikan penampilannya serta berusaha untuk memperbaiki penampilannya. Hal tersebut menjadi faktor pendorong untuk mempercantik diri dan akan menilai dirinya secara positif apabila ia merasa bahwa penampilannya sudah menarik. Penilaian tersebut menjadi cerminan mengenai diri remaja putri, dikarenakan remaja putri kebanyakan suka untuk menggeneralisasi *self-esteem* berdasarkan dari bentuk tubuh dan penampilan saja, Harter (Srisayekti dkk, 2015).

Remaja putri yang mengalami obsesi terhadap penampilan dan bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan keinginan dan proporsi ideal menjadi penyebab *Self-esteem* yang menurun (Salsabilla & Maryatmi, 2023). Rasa ketidakpuasan terhadap dirinya sendiri yang dilakukan secara berlebihan membuat remaja putri akan merasakan obsesi yang berlebihan dan hanya memfokuskan dirinya terhadap kekurangannya saja, dengan rasa ketidakpuasan terhadap penampilan dirinya akan memicu terjadinya distorsi citra diri. Remaja yang memiliki keinginan besar terhadap kesempurnaan maka akan selalu memperhatikan penampilannya dan tidak akan pernah merasa puas terhadap dirinya. Oleh karena itu, adanya rasa ketidakpuasan terhadap penampilan fisik akan muncul apabila orang tersebut memiliki penerimaan diri, penilaian diri, serta harga diri yang dianggapnya negatif (Phillips, 2009).

Phillips (2009) juga mengemukakan bahwa remaja yang selalu memperhatikan penampilan dan bentuk serta rasa ketidakpuasan terhadap tubuhnya dikarenakan beberapa faktor yakni persepsi dan penilaian masyarakat terkait perempuan yang harus cantik dan memiliki tubuh ideal, banyaknya produk kosmetik dan kecantikan sehingga remaja memiliki keinginan mencoba dengan tujuan untuk terlihat lebih cantik. Serta adanya serangan melalui media atau *bullying* secara *verbal* dan *nonverbal*.

Berdasarkan studi pendahuluan peneliti yang telah dilakukan dengan metode observasi dan wawancara kepada remaja putri SMAN 4 Sinjai, diketahui bahwa remaja putri SMAN 4 Sinjai merasa memiliki kekurangan dalam bentuk tubuh atau fisik, *breakout* pada wajah, dan warna kulit sebagai faktor timbulnya rasa kekurangan terhadap penampilan. Selain itu, peneliti juga menemukan gejala perilaku berulang yang dilakukan oleh remaja putri SMAN 4 Sinjai seperti bercermin secara berlebihan untuk memastikan bahwa penampilannya baik-baik saja. Steketee & Barlow (2002) mengemukakan bahwa perilaku berlebihan diperlukan diagnosis bahwa obsesi dan kompulsi memakan waktu setidaknya 1 jam per hari, dan dalam kasus yang parah. Artinya, hal ini dapat menghabiskan sebagian besar waktu dalam tiap harinya. Penting untuk diketahui bahwa obsesi normal dan obsesi abnormal dan perilaku kompulsif pada suatu kontinum, berbeda dalam frekuensi dan intensitas obsesi yakni sejauh mana obsesi tersebut dan kompulsi ditolak dan dianggap meresahkan (Hooley, Butcher, Nock, & Mineka, 2017). Penggunaan kosmetik atau berdandan secara mencolok untuk terlihat sempurna dan lebih cantik. Sehingga, hal tersebut melanggar aturan sekolah untuk tidak menggunakan kosmetik baik itu menggunakan lipstik atau pensil alis dan lain-lain.

Aturan tiap sekolah memiliki kebijakan masing-masing dan nilai yang ditekankan. Data yang diperoleh dari lapangan bahwa terdapat perbedaan aturan pada SMAN 4 Sinjai dan SMA yang lain. Aturan sekolah SMAN 4 Sinjai meliputi beberapa hal seperti pertama, dalam hal berpakaian: panjang baju sekolah yang digunakan, bentuk rok (rok yang ketat) dan panjang span rok, dan jilbab yang digunakan kecuali bahan kaos. Kedua, aturan dalam berpenampilan seperti, larangan penggunaan kosmetik, berdandan secara mencolok, *lipstick/liptint, blush on* dan lai- lain. Pada beberapa sekolah lain yaitu memperbolehkan siswi-siswinya untuk menggunakan berbagai bahan atau model jilbab yang tidak menutupi area dada, panjang baju dan rok yang pendek dengan bentuk yang ketat.

Studi tambahan dilakukan peneliti dengan menyebar *survey* dengan responden sebanyak 16 remaja putri yang memperoleh hasil bahwa remaja putri menilai dirinya seperti tidak merasa puas karena ingin terlihat cantik, merasa penampilannya biasa-biasa saja, dan merasa *insecure* terhadap penampilannya sendiri. Sebanyak 56,3% remaja putri merasa tidak puas dengan penampilannya dan sebanyak 43,8% remaja putri merasa puas dengan penampilannya.

Hasil studi tambahan juga mengungkapkan bahwa salah satu gejala *body dysmorphic disorder* yaitu perilaku berulang (*obsesif compulsif*) yakni bercermin ditemui pada remaja putri. Hasil survey yang diperoleh sebanyak 31,2% remaja putri bercermin kurang dari 3 kali, 62,5% remaja putri bercermin lebih dari 5 kali, dan 6,3% remaja putri menyatakan tidak terkira ia bercermin dalam sehari.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Sinaga & Satwika (2022) tentang "hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) Pada Mahasiswa", menunjukkan hasil terdapat hubungan negatif secara signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar -0,568 yakni termasuk ke dalam kategori sedang. artinya, apabila *self-esteem* tinggi yang dimiliki individu maka akan semakin rendah individu tersebut untuk memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan apabila *self-esteem* individu semakin rendah maka kecenderungan *body dysmorphic disorder* orang tersebut semakin tinggi.

Hasil penelitian yang sama diperoleh dari penelitian Nisa, Pratiwi, dan Sari (2022) dan Indrati dan Aprilian (2018) yang menyatakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* individu disebabkan karena *self-esteem* yang dimiliki oleh orang tersebut. pada dasarnya *body dysmorphic disorder* salah satu gangguan yang mempengaruhi psikologis manusia, yaitu orang dengan gejala *body dysmorphic disorder* akan selalu menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan atau kelemahan. Remaja akan selalu memiliki perasaan ingin menjadi orang lain atau lebih dari orang lain.

LANDASAN TEORI

Phillips (2009) mengemukakan bahwa *Body dysmorphic disorder* adalah gangguan yang dialami oleh individu dengan fantasi akan kekurangan sehingga meningkatkan rasa keinginan untuk mengubah atau memperbaiki fisik yang dianggap cacat atau kurang. kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan suatu kecenderungan individu dengan gangguan psikiatris yang mempengaruhi emosionalnya, dan perhatian yang menjadi berlebihan terhadap bentuk tubuh atau fisiknya yang dianggap kurang Phillips (2009). Terdapat dua aspek-aspek *body dysmorphic disorder* (BDD) menurut Phillips (2009) ada dua yaitu *preoukupasi* dan *Distress* / *Impairment Function.*

Coopersmith (1959) mengemukakan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi atau penilaian individu yang memiliki kebiasaan untuk memandang dan melihat dirinya yang mengarah pada penerimaan atau penolakan diri, serta keyakinan yang dimiliki individu akan kemampuan yang dimiliki. *Self-esteem* individu dapat diukur melalui beberapa aspek menurut Coopersmith (1967) yaitu *self values* (penilaian diri), *leadesrship popularity, family parent,* dan *achievement.*

Hurlock (2003) mengemukakan bahwa remaja merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin "*adolescentia*" yang artinya tumbuh dewasa atau tumbuh hingga dewasa dimana masa pubertas dan remaja tidak berbeda dengan fase lainnya pada rentang kehidupan anak dan dianggap dewasa apabila mampu bereproduksi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Berdasarkan permasalahan dan tujuan dalam penelitian ini adalah hubungan antara dua variabel *independent variable* (X) yaitu *self-esteem* dan *dependent variable* (Y) yaitu kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMAN 4 Sinjai yaitu kelas X dan XI yang berjumlah sebanyak 231 responden. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *acidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 145 responden dengan taraf kesalahan 5%.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan *Skala likert.* Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala *self-esteem* yang mengacu pada teori oleh Coopersmith (1967) dan telah dimodifikasi peneliti sebelumnya oleh Malasari (2021) dan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* fokus pada teori Phillips (2009) yang telah diadaptasi oleh peneliti sebelumnya Afriliya (2018). Skala *self-esteem* yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan aspek-aspek alat ukur *Coopersmith Self-esteem Inventory* (CSEI) yang terdiri atas empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), Sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan pada aspek yang dikemukakan oleh Phillips (2009) yang terdiri atas lima alternatif jawaban yaitu Selalu (S), Sering (SR), Kadang-kadang (K), Jarang (J), dan Tidak pernah (TP).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji deskriptif dan uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis *product moment pearson* (r) yang bertujuan menentukan hubungan variabel X dan Y dan menguji terkait ada atau tidak adanya hubungan antar variabel X dan Y yang dapat memperoleh hasil positif ataupun negatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi partisipan penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMAN 4 Sinjai. Berikut ini adalah deskripsi responden berdasarkan usia:

Tabel 1. *Deskriptif responden berdasarkan usia*

Usia (tahun)	jumlah	persentase (%)
15	4	3
16	29	20
17	62	43
18	49	34
19	1	1
Total	**145**	**100**

Tabel diatas menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri SMAN 4 Sinjai yang terdiri dari usia 15 – 19 tahun yaitu 4 (3%) siswa yang berusia 15 tahun, 29 (20%) siswa yang berusia 16 tahun, 62 (43%) siswa yang berusia 17 tahun, 49 (34%) siswa yang berusia 18 tahun, dan 1 (1%) siswa yang berusia 19 tahun.

Tabel 2. *Deskriptif responden berdasarkan kelas*

Kelas	Jumlah	Persentase(%)
X IPS 1	14	10
X IPS 2	12	8

X IPS 3	15	10
X IPA 1	14	10
X IPA 2	18	12
XI IPS 1	16	11
XI IPS 2	14	10
XI IPS 3	13	9
XI IPA 1	16	11
XI IPA2	13	9
Total	**145**	**100**

Tabel diatas menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri SMAN 4 Sinjai yang terdiri dari kelas X dan kelas XI yaitu 14 (10%) siswa kelas X IPS 1, 12 (8%) siswa kelas X IPS 2, 15 (10%) siswa kelas X IPS 3, 14 (10%) siswa kelas X IPA 1, 18 (12%) siswa kelas X IPA 2, 16 (11%) siswa kelas X IIPS 1, 14 (10%) siswa kelas XI IPS 2, 13 (9%) siswa kelas XI IPS 3, 16 (11%) siswa kelas XI IPA 1, dan 13 (9%) siswa kelas XI IPA 2.

Deskripsi Data Penelitian

Kategorisasi pada analisis deskriptif penelitian mengacu berdasarkan nilai rata-rata masing-masing variabel. Adapun nilai rata-rata dari masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3. *Deskripsi data empirik penelitian*

Variabel	**Empirik**			
	Min	***Max***	***Mean***	**SD**
Self-esteem	36	55	44,8	7,28
Kecenderungan *Body dysmorphic disorder*	34	72	52,7	3,11

Berdasarkan tabel tersebut, hasil nilai rata-rata yang diperoleh pada variabel dalam penelitian ini, pengkategorisasian data yang dilakukan oleh peneliti terbagi ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi.

Deskripsi Data *Self-esteem*

Tabel 4. *Kategorisasi skor self-esteem*

Interval	**Frekuensi**	**Persentase (%)**	**Kategori**
X<38	8	5,5	Rendah
38≤ X<52	119	82,1	Sedang
52≤X	18	12,4	Tinggi
Total	**145**	**100**	

Tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 8 (5,5%) siswa yang memiliki *self-esteem* kategori rendah, 119 (82,1%) siswa yang memiliki *self-esteem* kategori sedang, dan 18 (12,4%) siswa yang memiliki *self-esteem* kategori tinggi. Berdasarkan hasil persentase menunjukkan hasil bahwa sebagian besar remaja putri di SMAN 4 Sinjai memiliki *self-esteem* kategori sedang dengan persentase sebesar 82,1%.

Deskripsi Data Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Tabel 5. *Kategorisasi skor kecenderungan body dysmorphic disorder*

Interval	**Frekuensi**	**Persentase (%)**	**Kategori**
X<50	13	8,97	Rendah

50≤ X<56	132	91,03	Sedang
56≤X	0	0,00	Tinggi
Total	**145**	**100**	

Tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 13 (8,97%) siswa yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* kategori rendah, 132 (91,03%) siswa yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* kategori sedang, dan 0 (0,0%) siswa yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* kategori tinggi. Berdasarkan hasil persentase menunjukkan hasil bahwa sebagian besar remaja putri di SMAN 4 Sinjai memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* kategori sedang dengan persentase sebesar 91,03%.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan menentukan hubungan variabel X dan Y. Analisis uji hipotesis penelitian ini menggunakan uji *pearson corelation* untuk mengetahui ada atau tidak ada hubungan pada kedua variabel yang diteliti. Berikut tabel hasil analisis uji hipotesis variabel:

Tabel 6. *Hasil analisis uji hipotesis*

Variabel	r	r^2	p	Keterangan
Self-esteem terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder*	-0,604	0,3648	0,00	Ha diterima

Berdasarkan hasil uji analisis *pearson correlation* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.00 (p<0,05) dengan koefisien korelasi yang diperoleh sebesar -0,604. Artinya, bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* Ha diterima.

Gambaran deskriptif *self-esteem* pada remaja putri di SMAN 4 Sinjai

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa remaja putri SMAN 4 Sinjai memiliki *self-esteem* yang sedang dengan persentase sebesar 82,1%. Individu dengan *self-esteem* sedang akan memandang dirinya lebih baik daripada kebanyakan orang, akan tetapi tidak sebaik individu dengan *self-esteem* tinggi (Coopersmith, 1967). Nisa dkk (2022) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* kategori sedang termasuk yang memiliki sifat netral. Individu dengan *self-esteem* sedang dikatakan netral yakni individu tersebut menjalani hidupnya dengan santai, ada sedikit rasa harga diri rendah namun masih dapat diatasi.

Self-esteem yang rendah menunjukkan gejala atau ciri-ciri memiliki penilaian tentang kemampuan, harapan, kebermaknaan dirinya yang bersifat positif dan lebih moderat. Individu yang memiliki *self-esteem* negatif disebabkan karena terjadinya masalah psikologis yang berkaitan dengan karakter kepribadian yang inferior, menarik diri, putus asa, pasif, apatis, mudah serta penuh dengan ketakutan dan kecemasan sering kali dirasakan oleh remaja.

Rahmania dan Yuniar (2012) bahwa *self-esteem* pada individu yang awalnya tinggi pada masa kanak-kanak. *Self-esteem* akan mengalami penurunan secara signifikan pada saat individu memasuki masa remaja. Penurunan *self-esteem* yang terjadi akibat dari stereotip yang ada pada suatu lingkungan dengan konsep penilaian pada remaja mengenai dirinya dan menjadi dampak yang mempengaruhi harga diri remaja.

Shanti dan Zahra (2022) mengemukakan bahwa tinggi rendahnya *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja karena disebabkan adanya rasa ketidakpuasan pada kondisi fisik dan penerimaan diri yang kurang. Febrina, Suharso, dan Saleh (2018) juga mengemukakan bahwa komponen yang

mempengaruhi tinggi rendahnya *self-esteem* individu yaitu adanya umpan balik *signification others,* perasaan, pengetahuan tentang diri sendiri, dan sadar akan potensi yang dimiliki. Bukan hanya itu, tinggi rendahnya *self-esteem* dipengaruhi pula oleh lingkungan, ras, keluarga, jenis kelamin, etnis, dan sebagainya (Febrina dkk, 2018).

Berdasarkan penjelasan diatas individu yang memiliki *self-esteem* yang buruk akan merasa tidak puas pada kondisi fisik dan penerimaan diri yang kurang. Individu yang memiliki *self-esteem* yang baik individu akan menghargai dirinya dan menilai dirinya lebih baik.

Gambaran deskriptif kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMAN 4 Sinjai

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa remaja putri di SMAN 4 Sinjai memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* kategori sedang dengan persentase sebesar 91,03%. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) relatif sedang dikarenakan terdapat faktor lain yang mempengaruhi kecenderungan BDD selain *self-esteem.* Prakoso, Budiyanti, dan Rinaldi (2020) juga memperoleh hasil penelitian bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) berada pada kategori sedang namun masih memiliki kepercayaan diri, dan masih mampu berpikir positif.

Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*/BDD dianggap sedang ketika gejala yang dialami seseorang memenuhi kriteria diagnostik yang ditetapkan dalam panduan klinis seperti DSM V-TR-TM. pertama, Obsesi terhadap Ketidaksempurnaan Fisik: Individu dengan BDD mengalami obsesi secara intens terhadap satu atau lebih ketidaksempurnaan pada penampilan fisik. Kedua, Perilaku Kompulsif: Individu dengan BDD cenderung melakukan perilaku kompulsif sebagai bentuk respon dari obsesi yang mencakup memeriksa diri di cermin berulang kali. Ketiga, *Distress* yang signifikan: gejala BDD sering kali menyebabkan distress emosional yang signifikan bagi individu tersebut sperti perasaan malu atau tidak puas dengan penampilan mereka. Dan keempat, Kriteria Diagnostik: untuk diagnosis BDD secara patologis, gejala tersebut harus bertahan minimal enam bulan dan tidak dapat diatribusikan secara eksklusif pada beberapa gejala gangguan pengendalian impuls, atau gangguan obsesif-kompulsif lainnya. Gejala BDD juga tidak boleh semata-mata akibat dari ketidaksempurnaan fisik yang nyata atau merupakan respons normal terhadap perubahan fisik yang terjadi.

Hasil dari 91,03% yang termasuk ke dalam kategori sedang memiliki kecenderungan BDD, tidak dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki gangguan BDD. Penegakan gangguan BDD harus berdasarkan kriteria DSM V-TR-TM yakni gejala dari dari gangguan BDD *obsesive compulsive, anxiety, preoukupasi,* dan *distress / impairment function* harus bertahan minimal enam bulan dan dilakukan secara terus-menerus selama setidaknya satu jam perhari, gangguan BDD ini merupakan gangguan yang langka hanya 1-2% populasi yang mengalami (Hooley).

Remaja putri yang memiliki kecenderungan BDD akan membandingkan penampilan dengan orang lain, memeriksa dan melakukan perawatan serta menutupi area pada bagian tubuh yang tidak disukai (seperti, memaki topi, memakai masker, atau dengan menggunakan *make up*) serta melakukan perilaku yang berulang (Mulyarny & Prastuti, 2020). Remaja putri SMAN 4 Sinjai, sebagian besar menunjukkan perilaku menutupi atau merawat bagian tubuhnya yang dianggap kurang atau cacat (seperti muka yang berjerawat, warna kulit yang tidak terang, dll) dengan membawa alat *makeup,* dan *handbody* dan menggunakan secara langsung di sekolah. Selain itu, remaja putri SMAN 4 Sinjai sering membawa cermin dan bercermin meskipun sedang berjalan dengan temannya. Hal tersebut merupakan perilaku berulang yang menunjukkan gejala dari kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

Remaja putri SMAN 4 Sinjai yang memiliki kategori sedang terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* karena disebabkan beberapa faktor. Munculnya kecenderungan BDD pada individu disebabkan oleh faktor sosial budaya, faktor biologis, dan faktor psikologis. Rahmania dan Yuniar (2012) mengemukakan bahwa *self-esteem* bukan faktor utama terjadinya kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada individu. Faktor lain yang mempengaruhi BDD salah satunya ialah genetik yang terdiri dadri evolusi, perhatian yang memfokuskan pada hal kecil secara detail serta gen Phillips (2009).

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) selalu menganggap dirinya kurang atau cacat, diri yang kurang sempurna, dan merasa orang lain lebih baik dari dirinya.

Hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada remaja putri di SMAN 4 Sinjai

Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri SMAN 4 Sinjai dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 <0,05 yang artinya bahwa hipotesis (Ha) diterima. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,604. Nilai koefisien korelasi -0,604 menunjukkan bahwa tingkat hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* memiliki tingkat hubungan yang kuat (signifikan).

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan tinggi apabila remaja putri memiliki *self-esteem* yang rendah. Begitupun sebaliknya, remaja putri yang memiliki *self-esteem* tinggi maka kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan rendah. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* tidak serta merta menimbulkan gejala pada individu, melainkan terdapat faktor yang mempengaruhinya salah satunya adalah *self-esteem.* Individu yang tidak asertif dan memiliki kepribadian emosional dalam menghadapi kritikan dan penilaian atau penolakan memiliki *self-esteem* (harga diri) rendah (Phillips, 2009).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Sinaga dan Satwika (2022), Rahmania dan Yuniar (2012), dan Raharja dan Yuniardi (2019) yang memperoleh hasil keofisien negatif antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*, yang berarti semakin rendah *self-esteem* individu maka semakin tinggi individu tersebut untuk memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Phillips (2009) mengemukakan bahwa faktor psikologis yang berperan penting terhadap perkembangan terjadinya kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada individu adalah *self-esteem.*

Prawesti dan Dewi (2016) mengemukakan bahwa individu memiliki karakteristik yang berbeda-beda dan *self-esteem* mempengaruhi cara berinteraksi individu. Individu yang memiliki *self-esteem* sedang masih mempunyai sikap positif ataupun negatif terhadap dirinya, dimana individu masih dapat menerima dan menghargai dirinya serta masih dapat berinteraksi sosial dengan orang lain. Individu yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang dan *self-esteem* sedang dikarenakan individu merasa bahwa dirinya tidak sesuai dengan standar lingkungan yang berbeda dari lingkungan asalnya. Hal tersebut akan mengakibatkan individu merasa *insecure* dan mengalami distorsi citra diri yang berlebihan. Selain itu, adanya pemikiran dan preokupasi yang memberikan rasa emosi yang tidak stabil bagi individu yang memiliki kecenderungan BDD. Emosi yang dimaksud meliputi kesedihan, depresi, putus asa, rasa takut, malu, kecemasan, kecewa, frustrasi, rasa bersalah dan marah yang dapat memunculkan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Phillips, 2009).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD). Koefisien korelasi menunjukkan arah hubungan yang negarif atau semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah remaja memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) dan sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka semakin tinggi remaja memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD).

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, sebagai bentuk tindak lanjut peneliti memiliki saran untuk pihak terkait dalam penelitian yang dilaksanakan. Adapun saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi remaja, semoga dengan adanya penelitian ini diharapkan remaja yang memiliki *self-esteem* rendah agar dapat meningkatkan kepercayaan diri untuk memperbaiki tingkat *self-esteem* yang dimiliki serta dapat mencegah terjadinya kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD). Serta, dengan adanya penelitian ini dapat menambah wawasan bagi remaja terhadap keadaan dirinya.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk melakukan penelitian dengan lebih bervariasi dengan mempertimbangkan variabel lain yang mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* serta melaksanakan penelitian dengan subjek penelitian yang berbeda dengan uji beda untuk masing-masing *range* usia' dan memperbanyak jumlah subjek penelitian.
3. Bagi masyarakat, diharapkan agar dapat memberikan wawasan terkait pentingnya *self-esteem* bagi remaja dan pengetahuan untuk membantu remaja menghindari risiko kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan untuk meningkatkan *self-esteem* remaja.

DAFTAR REFERENSI

Afriliya, D. F. (2018). Berpikir Positif Dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. *Skripsi.* Universitas Islam Indonesia.

American Pschology Association. (2000). DSM IV-TR (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder). 4th edition.* Washington, DC: American Psychiatric Association Press.

American Psychiatric Association. (2022). *DSM V-TR-TM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders). 5 th edition.* Washington, DC: American Psychiatric Association Press.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco : Freeman and Company.

Enander, J., Ivanov, V.Z., Cols, D.M., Halkola, R.K., Ljotsson, B., Lundstrom, S., Vigil, A.P., Monzani, B., Lichtenstein, P., & Ruck, C. (2018). *Prevalence and Heritability of Body Dysmorphic Symptoms in Adolescents and Young Adults: A Population-Based Nationwide Twin Study.* Psychological Medicine. 48 (16), 2740-2747.

Febrina, D. T., Suharso, P. L., & Saleh, A. Y. (2018). Self-Esteem Remaja Awal: Temuan Baseline Dari Rencana Program Self-Instructional Training Kompetensi Diri. *Jurnal Psikologi Insight* 2(1), 43-56.

Fristy, F. (2012). Citra diri pada remaja putri yang mengalami kecenderungan gangguan body dysmorphic. (*Skripsi*). Diakses pada https://www.scribd.com/document/383826461/JURNAL-SKRIPSI

Gracia, F., & Akbar, Z. (2019). Pengaruh harga diri terhadap kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*: JPPP, 8(1), 32-38.

Higgins, S., Wysong, A. (2018). Cosmetic surgery and body dysmorphic disorder. *International Journal of Women's Dermatology*, 4, 43-48. https://doi.org/10.26740/jptt.v7n1.p1-8.

Hooley, J.M., Butcher, J. N., Nock, M. K., & Mineka, S. (2017). *Abnormal Psychology - Global Edition (17th edition).* Harlow: Pearson.

Hurlock, Elizabeth B. (2016). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta. Erlangga.

Indrati, N., Apriliana. E. (2018). Pengaruh Body dysmorphic disorder Pada Self Esteem Mahasiswa. *JIP: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 8(1), 53-61.

Malasari, F. A. (2021). *Hbungan Antara Body Image Dengan Self Esteem Pada Mahasiswi (Studi Pada Mahasiswi Uin Suska Riau). Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Mruk, C.J. (2013). *Self-esteem and Positive Psychology: Research, Theory, and Practice*. NY: Springer Publishing Company.

Mulyarny, H. T., & Prastuti, E. (2020). Harga diri dan citra tubuh sebagai prediktor kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 302-318.

Nisa, E. N. A., Pratiwi, A., & Sari, R. P. (2022). Hubungan Antara Self-esteem Dengan Kecenderungan Body dysmorphic disorder Pada Remaja Putri Di SMK PGRI 13 Cikupa Tahun 2021. *Nusantara Hasana Journal*, 2(2), 171- 180.

Nourmalita, M. (2016). Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala Body Dismorphic Disorder yang Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri. *Seminar Asean 2 Nd Psychology & Humanityean 2 Nd Psychology & Humanity*, 546–555.

Nurlita, D., & Lisiswanti, R. (2016). Body dysmorphic disorder. *Jurnal Majority*, 5(5). 1-16

Phillips, K.A. (2009). Un*derstanding body dysmorphic disorder: An essential guide*. New York: Oxford University Press.

Prakoso, I. B., Budiyani, K., Rinaldi, M. R. (2020). Kecenderungan Body Dismorphic Disorder dengan kepercayaan diri pada mahasiswi. *Psikosains*. 15(1). 56-63.

Prawesti, F. S., Dewi, D. K. (2016). Self esteem dan self disclosure mahasiswa psikologi pengguna blackberry messenger. *Jurnal Psiklogi Teori dan Terapan*. 7(1). 1-8.

Raharja, D. W., Yuniardi, M. S. (2019). Self-esteem dan kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswi. *Psyco Holistic*, 1(1) 23 – 29.

Rahmania, P. N., & Yuniar, I. (2012). Hubungan Antara Self-esteem Dengan Kecenderungan Body dysmorphic disorder Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*. 01 (02). 110-117.

Salsabilla, S. S., & Maryatmi, A. S. (2023). Hubungan Antara Self Esteem Dan Self Acceptance Dengan Kecenderungan Body dysmorphic disorder Pada Remaja Putri Di SMA BPS&K 1 Jakarta. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 11-21.

Sari. R. P., Andayani, T. R. & Masykur, A. M. (2006) Pengungkapan Diri Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*. 3(2), 11-25.

Schneider, S. C., Turner, C. M., Mond, J., & Hudson, J. L. (2017). Prevalence and correlates of body dysmorphic disorder in a community sample of adolescents. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 51(6), 595- 603.

Shanti, P., Zahra, A., & Chusna, A. (2022). Self esteem dan gratitude sebagai prediktor body image: Studi pada remaja laki-laki di Kota Malang. *Jurnal sains psikologi*, *11*(1), 71-85.

Sinaga, A. Z. B., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan Antara Self-esteem Dengan Kecenderungan Body dysmorphic disorder (BDD) Pada Mahasiswa. Character: *Jurnal Penelitian Psikologi*. 9(6). 174-185

Srisayekti, Wilis., Setiady, David A., Sanitioso, Rasyid Bo. (2015). Harga-diri (Harga Diri) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*. 42(2). 141-156.

Veale, D., & Neziroglu, F. (2010). *Body dysmorphic disorder: A Treatment Manual*. UK: Wiley-Blackwell.

Wahyudi, M. I., & Yuniardi, M. S., F. (2019). Body Image Dan Kecenderungan Body dysmorphic disorder Pada Mahasiswi. *Psycho Holistic*. 1(1). 30-37.