

HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* (BDD) PADA MAHASISWA

Anggun Zoraya Br Sinaga

Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya
anggunsinaga16010664078@mhs.unesa.ac.id

Yohana Wuri Satwika

Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya
yohanasatwika@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa dengan status mahasiswa aktif dengan rentang usia 18 tahun sampai 22 tahun. Sampel diperoleh dari menggunakan metode *accidental sampling*, dengan partisipan penelitian yang berjumlah 214 orang mahasiswa yang berdomisili di Surabaya, Jawa Timur. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self-esteem* yang disusun berdasarkan Coopersmith (1967) dengan nilai reliabilitas sebesar 0,902. Skala *self-esteem* digunakan untuk mengungkapkan data *self-esteem*. Skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) yang disusun berdasarkan Phillips (2009) dengan nilai reliabilitas sebesar 0,904. Skala kecenderungan BDD digunakan untuk mengungkapkan data kecenderungan BDD. Hasil yang diperoleh dari analisis data menggunakan teknik *pearson product moment* dengan bantuan SPSS 22.0 for windows didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (Sig <0,05). Nilai tersebut menunjukkan bahwa variabel *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) memiliki hubungan yang signifikan. Hasil koefisien korelasi sebesar $r=-0,586$ (r hitung > r tabel) yang dapat disimpulkan bahwa memiliki hubungan signifikan yang sedang dengan tanda negatif yang memiliki arti bahwa saat *self-esteem* tinggi maka kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) yang dimiliki pada mahasiswa rendah, sebaliknya apabila *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa rendah maka kecenderungan mahasiswa untuk mempunyai kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) akan meningkat/tinggi.

Kata Kunci: *self-esteem*, kecenderungan *body dysmorphic disorder*, mahasiswa.

Abstract

This study aims to determine relationship between self-esteem and tendency of body dysmorphic disorder (BDD) in college students. This study uses quantitative research methods with the type of correlational research. The population of this study were students with active student status and an age range of 18 years to 22 years. The sample was obtained using the accidental sampling method, with research participants totaling 214 students who live in Surabaya, East Java. The instrument used in this study was a self-esteem scale based on Coopersmith (1967) with a reliability value of 0.902. The self-esteem scale is used to disclose of self-esteem data. The body dysmorphic disorder (BDD) tendency scale was compiled based on Phillips (2009) with a reliability value of 0.904. The BDD trend scale is used to disclose the tendency of BDD trend data. The results obtained from data analysis using the Pearson product moment technique with the help of SPSS 22.0 for windows obtained a significance value of 0.000 (Sig <0.05). This value indicates that the self-esteem variable with a tendency to body dysmorphic disorder (BDD) has a significant relationship. The results of the correlation coefficient of $r=-0.586$ (r count > r table) which can be concluded that having a significant moderate relationship and with a negative sign means that when self-esteem is high, the tendency of body dysmorphic disorder (BDD) in students is low, on the contrary, if student's self-esteem is low, the tendency to have body dysmorphic disorder (BDD) will increase/higher.

Keywords: *self-esteem*, *body dysmorphic disorder tendency*, *college student*.

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang melaksanakan pendidikan di perguruan tinggi demi keahlian pada suatu bidang. Menurut Santrock (2012) mahasiswa merasa lebih dewasa karena mempunyai banyak pilihan terhadap mata kuliah, memiliki banyak waktu untuk bersosialisasi dengan teman-temannya, kesempatan untuk mengeksplorasi nilai dan gaya hidup lebih besar, tertantang secara intelektual oleh tugas akademik, serta mempunyai kebebasan karena jauh dari orang tua. Di Indonesia mahasiswa meliputi usia 18 sampai 25 tahun. Mahasiswa juga merupakan individu yang berada dalam proses transisi (*emerging adulthood*) yaitu periode dimana individu melakukan transisi dari remaja akhir ke masa dewasa awal (Eva, Shanti, Hidayah, Bisri, 2020). Jika masa remaja tidak dilalui dengan baik, mereka dapat memiliki masalah. Maka dari itu mahasiswa sangat rentan untuk mempunyai masalah-masalah yang dapat mengganggu kehidupannya.

Mahasiswa yang masuk kedalam tahap perkembangan dewasa awal tidak lepas juga dari tahap perkembangannya pada saat remaja akhir, hal itu disebut masa transisi. Dewasa adalah suatu keadaan seseorang dimana ia tidak lari dari kenyataan, tidak memandang segala sesuatu dari sudut pandangnya sendiri dan tidak marah pada persoalan-persoalan kecil (Mahmud, 2018). Hurlock (2003) menjelaskan bahwa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai 40 tahun dengan ditandai perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik tersebut dikarenakan adanya perubahan hormon. Pada masa dewasa awal juga adalah masa puncak bagi perkembangan karena kondisi fisik berada pada titik yang tertinggi (Santrock, 2012).

Pada masa transisi tersebut perubahan fisik adalah yang paling menonjol diantara perubahan lain. Thalib (2010) menjelaskan bahwa perkembangan fisik merupakan dasar dari aspek lain psikis dan sosial, jika perkembangan fisik lancar maka aspek psiko dan sosial juga akan lancar sebaliknya jika perkembangan fisik terhambat maka sulit untuk mendapat tempat yang wajar saat dewasa

Masa dewasa awal menurut Freud (Donsu, 2017) menyebutkan bahwa masuk kedalam fase genital, yang ditandai dengan bentuk narsisme. Narsisme adalah suatu bentuk memperoleh kepuasan untuk mendapat pengakuan, eksistensi, dan pujian dari orang lain.

Dewasanya mahasiswa zaman sekarang tidak dapat terlepas dari *gadget* atau gawainya (Finikma, 2017). Penggunaannya yang sudah semakin meluas dari anak-anak hingga dewasa pun ikut ketergantungan dengan benda pintar tersebut. Akan tetapi dengan cepatnya perkembangan teknologi juga akan mempengaruhi cara berpikir seseorang, misalnya dengan internet kita dapat terhubung dengan banyak orang dan orang yang jauh serta

dengan internet juga kita dapat bertemu dengan orang baru di media sosial. Tidak hanya berteman, dengan kecanggihan teknologi, media sosial semakin banyak dan beragam manfaatnya seperti membagikan gambar, *video*, dan kegiatan sehari-hari penggunaannya.

Keberadaan media sosial banyak membuahkan manfaat positif juga negatif. Berdasarkan data statistik pengguna media sosial di Indonesia mencapai angka 202,6 juta jiwa dan jika diequivalenkan pengguna media sosial ada 61,8% dari jumlah keseluruhan populasi penduduk Indonesia (Wearesocial, 2021). Berarti lebih dari setengah penduduk Indonesia menggunakan media sosial. Hal tersebut membuat pengaruh dari media sosial sangat kuat bagi kehidupan seseorang dan yang banyak berdampak adalah psikologisnya terutama *self-esteem* (Martanatsha & Primadini, 2019)

Banyak orang yang mengunggah gambar dan *video* mereka untuk mendapatkan *like* dan *comment* dari pengikut mereka. Terkadang tidak menutupi kemungkinan juga mereka akan mendapat banyak kritik, *dislike*, bahkan ujaran kebencian atau di-*bully* mengenai penampilan fisik mereka, dimana hal tersebut membuat pengguna media sosial merasa tidak senang dan tidak puas dengan penampilannya sendiri.

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh adalah fenomena yang banyak dijumpai sekarang, ketidakpuasan berlebihan terhadap suatu bagian tubuh disebut dengan *body dysmorphic disorder* atau disingkat dengan BDD. Awalnya BDD dicetuskan oleh psikiatris asal Italia bernama Enrico Morselli yang mana mengemukakan “*dysmorphobia*” dari bahasa Yunani “*dysmorphia*” yang mengacu pada kejelekan (Singh & Veale, 2019). Menurut Davidson, Neale, dan Kring (2010) menyebutkan bahwa BDD masuk kedalam gangguan somatoform, yaitu gangguan psikologis yang muncul dalam bentuk fisik dan tidak dapat dijelaskan secara fisiologis. Phillips (2009) menyebutkan bahwa *body dysmorphic disorder* (BDD) merupakan preokupasi dalam aspek penampilan yang memikirkan bahwa dirinya jelek, tidak atraktif atau “tidak benar”, dan orang-orang yang tidak berfungsi secara sosial dalam arti mereka terhalang untuk bersosialisasi karena mencemaskan penampilannya.

Tanda bahwa seseorang memiliki gangguan dismorpik tubuh atau BDD adalah ketika mereka memiliki kepercayaan yang salah atau persepsi berlebihan mengenai bagaian tubuh mereka yang tidak sempurna atau cacat (Phillips, 2009). Setiap orang yang memperhatikan dan mengkhawatirkan penampilan tidak dapat langsung dikategorikan sebagai penderita BDD. Menurut Singh dan Veale (2019) adapun kriteria untuk BDD biasanya ditentukan dari selama perkembangan penyakitnya, namun hal tampak yang sering dijumpai adalah 1) Individu akan melakukan perilaku berulang (misalnya, melihat cermin,

dandan berlebihan, *skin-picking* (mencabut, menggaruk, atau menarik kulit kering), dan *reassurance-seeking* (selalu minta ditenangkan oleh orang lain), 2) Keadaan mental (seperti membandingkan penampilan dengan orang lain) sebagai bentuk respon dari kekhawatiran mereka akan penampilan mereka dan emosi menyakitkan yang dihasilkan. Kriteria diatas merupakan perilaku mental yang tidak meyenangkan dan sulit untuk dikendalikan.

Phillips (2009) menyebutkan bahwa BDD biasanya mulai muncul dan tampak pada masa remaja atau dewasa awal. Sejalan dengan perubahan tubuh, gambaran diri mulai terbentuk yang terjadi karena adanya penilaian dari luar diri maupun sugesti dalam diri sendiri. Sugesti yang dipikirkan terus menerus dan berulang ulang menjadi perilaku, dan perilaku yang diulang terus menerus membentuk kepribadian. Menurut studi, lebih dari 70% BDD terjadi pada masa remaja dengan usia 18 tahun keatas, tetapi ada beberapa kasus yang terjadi setelah menopause (Higgins dan Wysong, 2018).

Seperti yang diketahui saat dewasa muda adalah masa dimana seseorang selalu memperhatikan penampilannya karena tuntutan pekerjaan, sosial, dan karena pada masa ini seseorang memiliki ketertarikan fisik yang tinggi untuk menikah (Santrock, 2012). Jadi, seseorang dapat menjadi sedih, risau, stress, depresi, bahkan bunuh diri karena fisik mereka tidak sempurna. Karena menurut sebuah penelitian BDD dapat meningkatkan risiko bunuh diri seseorang (Shaw, Hall, Rosenfield, dan Timpano, 2016) maka dari itu kaum wanita pada umumnya sangat memperhatikan penampilan mereka dan memiliki kepedulian tinggi untuk selalu berupaya agar penampilan mereka tetap prima, namun dari hal tersebut tidak menutup kemungkinan akan dirasakan oleh pria juga. Dari bukunya Phillips (2009) mengatakan bahwa penderita BDD tidak hanya wanita namun juga pria, dimana mereka banyak mencemaskan ketebalan rambut, berat badan, wajah, bentuk hidung, bentuk mulut, bahkan panjang kelamin. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Ganecwari dan Wilani (2019) yang menyatakan bahwa remaja lelaki cenderung lebih terobsesi dengan alat kelamin, bentuk tubuh, angkat beban secara berlebihan, rambut kusut/botak, dan penggunaan zat. Namun, studi juga melaporkan bahwa prevalensi wanita lebih tinggi dari pria (Higgins dan Wysong, 2018).

Phillips (2009) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi Body dysmorphic disorder (BDD) adalah salah satunya faktor genetik yang terdiri pengaruh evolusi, perhatian yang terlalu fokus pada hal kecil dan gen. Faktor berikutnya adalah faktor psikologis yang terdiri dari harga diri, pengalaman, lelucon kasar terhadap fisik, penganiayaan pada masa kecil, perfeksionis, dan faktor sosial budaya. BDD bukanlah sesuatu yang langka, menurut beberapa penelitian di beberapa negara termasuk

Amerika Serikat menunjukkan bahwa 1 – 2.4% dari seluruh populasi mempunyai gejala BDD (Phillips, 2009). BDD juga mempengaruhi tidak hanya populasi wanita namun juga pada pria serta BDD tidak memandang etnik dan kebangsaan.

Selain itu hal yang berperan dalam kemunculan BDD yaitu peran pengaruh orang tua (seperti pengaruh keluarga yang menyangkut kekhawatiran dan kritik anaknya tentang penampilan, berat badan dan tinggi tubuh), pengaruh teman sebaya (menyangkut ejekan tentang penampilan, dan status sosial yang ada dalam kelompok teman sebaya), serta media masa (menyangkut penyebaran stereotip tentang kecantikan) (Zinovyeva, Kazantseva, & Nikonova, 2016).

Kecenderungan *body dysmorphic* disorder tidak serta merta tumbuh begitu saja, hal yang mempengaruhinya adalah *self-esteem*. *Self-esteem* atau harga diri merupakan salah satu faktor penentu perilaku, dimana keinginan untuk menerima penghargaan positif dari orang lain akan membuat dirinya merasa berharga, berguna, dan berhasil bagi orang lain (Ghufron, 2014). *Self-esteem* atau harga diri menurut Coopersmith (1967) adalah penilaian diri yang dibuat oleh individu tersebut. Baron dan Byrne menyebutkan bahwa harga diri adalah evaluasi diri yang dibuat individu terhadap dirinya dalam hal positif maupun negatif (Prawesti & Dewi, 2016). Mruk (2006) mengutip sudut pandang dari Rosenberg yang mengatakan bahwa mempunyai *self-esteem* yang tinggi memberikan perasaan “cukup” pada individu, dan membuat perasaan layak secara manusiawi serta menghargai dirinya sendiri tetapi tidak mengharapkan kekaguman dari orang lain. Menurut Phillips (2009) terlihat menarik, tanpa cacat sangatlah penting bagi harga diri. Orang yang tidak asertif, terlalu emosional dalam menghadapi kritikan atau penolakan mempunyai harga diri rendah (Phillips, 2009).

Aspek-aspek yang terkandung dalam *self-esteem* menurut hasil studi Coopersmith (1967) ada empat aspek, yaitu terdiri dari: 1) *Power* (kekuatan) adalah kemampuan untuk mempengaruhi atau mengontrol tingkah laku dan mempengaruhi orang lain. 2) *Significance* (keberartian), yaitu perhatian dan kasih sayang orang lain serta diterimanya individu di lingkungannya. 3) *Virtue* (kebajikan), yaitu kepatuhan pada kode etik, etika, moral, dan agama yang ada di lingkungannya. 4) *Competence* (kemampuan), yaitu menunjukkan prestasi dan performa tinggi dalam mencapai tujuan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-esteem* menurut Mruk (2006) adalah: a) faktor paternal, yang mencakup keterlibatannya peran pola asuh orang tua, genetik, penerimaan, dan ekspektasi. b) faktor gender, faktor ini menyangkut dengan jenis kelamin yang seperti diketahui wanita lebih condong lebih memiliki masalah *self-esteem* terhadap kelayakannya dalam hal nilainya

dimata masyarakat akan diterima atau tidaknya ia di lingkungannya. Sedangkan pria lebih condong memiliki masalah *self-esteem* dimana kompetensinya (sukses dan gagal). c) faktor etnik, ras dan ekonomi, *Self-esteem* suatu kelompok atau golongan dapat mencerminkan *self-esteem* suatu individu, karena jika keseluruhan masyarakat memandang rendah suatu grup maka member dari grup tersebut harus memandang rendah dirinya sendiri hal tersebut disebut stigma internal (*internalized stigma*).

Penelitian *self-esteem* ini sudah pernah diteliti terkait dengan kecenderungan BDD oleh (Raharja & Yuniardi (2019); Prakoso, Budiyan, & Rinaldi (2020); Rahmania & Ika (2012); Indrati & Apriliana (2018)). Penelitian dari Pop (2016) meneliti *self-esteem* dengan keterkaitannya dengan *body image*. Sedangkan penelitian (Ganecwari & Wilani (2019); Santoso, Fauzia & Rusli (2019)) meneliti kecenderungan BDD dari sudut pandang citra tubuh.

Studi pendahuluan peneliti menggunakan kuisioner penyaringan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) yang diberikan kepada 10 mahasiswa acak. Berdasarkan hasil yang didapat, 60% mahasiswa memiliki kecenderungan BDD dan 20% diantaranya memiliki *self-esteem* yang sangat rendah. Hasil penelitian juga didapatkan bahwa mereka cemas akan hal-hal seperti jerawat, muka berminyak, berat badan, bentuk mata, wajah, dan bentuk bibir mereka. Menurut hasil studi pendahuluan juga ada 33,3% mahasiswa yang memiliki kecenderungan untuk memiliki *eating disorder* karena merasa tubuhnya gemuk.

Berdasarkan penjabaran diatas dan berdasarkan teori yang sudah disinggung maka peneliti bertujuan untuk meneliti: Hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa. Dengan diketahuinya hubungan antara BDD dengan *self-esteem* diharapkan dapat mendorong untuk penelitian-penelitian lanjutan sebagai sumber daya dalam menghadapi dampak kecenderungan BDD pada setiap individu. Selain itu, penelitian pada topik ini diharapkan menjadi wadah untuk mencegah adanya BDD pada seseorang.

METODE

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD). Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasi. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang menggunakan angka sebagai data dan hasil penelitiannya (Jannah, 2018). Penelitian ini menggunakan jenis korelasi karena melibatkan hubungan satu variabel bebas antara variabel terikat, variabel tersebut kemudian akan dianalisis menggunakan instrumen psikologi dan diuji menggunakan uji statistik.

Populasi merupakan generalisasi dari suatu wilayah yang terdiri dari subjek atau objek yang mempunyai karakteristik atau kuantitas tertentu yang ditetapkan peneliti untuk diteliti (Siyoto & Sodik, 2015). Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa dengan status mahasiswa aktif. Sampel diperoleh dari menggunakan metode *accidental sampling*, teknik sampel aksidental ditentukan dengan berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan berada dapat dipakai sebagai sampel (Siyoto & Sodik, 2015). Berarti keseluruhan populasi yang dapat dijangkau dan dilibatkan dalam penelitian ini.

Penelitian ini menggunakan instrumen yang berbentuk skala. Skala adalah alat ukur psikologis yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang tidak langsung untuk mengungkap indikator perilaku dari subjek yang bersangkutan sehingga jawaban subjek bersifat proyektif yaitu berupa proyeksi dari perasaannya (Azwar, 2018). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Skala likert merupakan skala yang berguna untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi seseorang tentang objek atau fenomena (Siregar, 2014).

Fenomena yang ditetapkan peneliti disebut dengan variabel penelitian. Dalam skala likert, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel yang selanjutnya indikator tersebut dijadikan pedoman untuk menyusun aitem-aitem berupa pertanyaan/ atau pernyataan. Adapun pilihan jawaban diantaranya adalah: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Pada setiap bulir pertanyaan mempunyai pertanyaan *favorable* (F) dan *unfavorable* (UF). Pertanyaan *favorable* adalah pertanyaan yang mendukung atau memunculkan respon positif, sedangkan pertanyaan *unfavorable* (UF) adalah pertanyaan tidak mendukung atau pertanyaan yang memunculkan respon negatif (Azwar, 2018).

Pengumpulan data digunakan dengan membagikan kuisioner lewat *google form* yang berisi pertanyaan-pertanyaan seperti data diri dan alat ukur BDD dan *self-esteem* yang disusun oleh peneliti. Variabel *self-esteem* diukur menggunakan skala *self-esteem* dari Coopersmith (1967) dan variabel BDD diukur menggunakan skala *body-dysmorphic disorder* oleh Phillips (2009). Data untuk mengukur *self-esteem* dibentuk berdasarkan aspek yang telah dijabarkan oleh Coopersmith (1967) yang terdiri dari 21 aitem yang mengukur 4 aspek yaitu *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence*. Sedangkan data untuk mengukur kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) disusun berdasarkan aspek yang dipaparkan oleh Phillips (2009) yang terdiri dari 21 aitem dan mengukur dua aspek yaitu preokupasi dan *distress*.

Validitas dan reliabilitas pada skala penelitian ini dilakukan dengan melakukan uji coba pada 30 orang

partisipan yang bergabung dalam penelitian ini. Uji validitas dilakukan menggunakan *product moment pearson* dan uji reliabilitas menggunakan *alpha cronbach* yang dibantu menggunakan SPSS *Statistic Editor Version 22.0 for Windows*. Berdasarkan hasil data yang didapat dapat diketahui bahwa validitas dari skala *self-esteem* dinyatakan ada 19 aitem yang valid. Sama dengan skala kecenderungan BDD dinyatakan ada 19 aitem yang valid. Sedangkan reliabilitas dari skala *self-esteem* memiliki nilai koefisien sebesar 0,902 dan reliabilitas dari skala kecenderungan BDD didapat hasil nilai koefisien 0,904. Azwar (2015) menyebutkan bahwa jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka data memiliki reliabilitas yang tinggi. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa skala *self-esteem* dan skala kecenderungan BDD adalah sangat reliabel dan layak digunakan untuk mengukur *self-esteem* dan kecenderungan BDD.

Uji normalitas penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Syarat suatu data dinyatakan berdistribusi normal adalah apabila nilai signifikannya lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) (Sugiyono, 2016). Berdasarkan hasil dari uji normalitas yang telah dilakukan didapatkan hasil yaitu signifikan sebesar $sig = 0,200$ dimana hasil signifikan lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) dan dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini berdistribusi normal, sehingga uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji parametik *product moment pearson*. Perhitungan statistik didalam penelitian ini menggunakan aplikasi IBM SPSS *Statistic Editor Version 22.0 for Windows*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut ini hasil analisis statistik deskriptif menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistic Editor Version 22.0 for windows*:

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Kategori	Jumlah	Presentase
Usia		
18 tahun	45 orang	21%
19 tahun	91 orang	42,5%
20 tahun	65 orang	30,4%
21 tahun	12 orang	5,6%
22 tahun	1 orang	0,5%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	44 orang	20,6%
Perempuan	170 orang	79,4%

Berdasarkan tabel karakteristik, subjek penelitian mayoritas partisipan merupakan mahasiswa dengan kategori umur 19 tahun (42,5%) yaitu sebanyak 91 orang, dengan minoritas pada kategori umur 22 tahun (0,5%)

yaitu 1 orang. Jenis kelamin subjek penelitian mayoritas berjenis kelamin perempuan (79,4%) dengan jumlah 170 orang, serta untuk laki-laki sebanyak 44 orang (20,6%).

Tabel 2. Statistik Deskriptif Skala Self-esteem dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder

	N	Min	Max	Mean	Std. Dev
<i>Self-esteem</i>	214	15	50	32.20	7.825
BDD	214	0	44	19.60	9.653

Berdasarkan uji data deskriptif, hasil data yang didapatkan dari 214 subjek mahasiswa mendapatkan nilai variabel *self-esteem* dengan nilai maksimum skala *self-esteem* adalah 50 dan nilai maksimum skala BDD adalah 44 sedangkan untuk nilai minimum skala *self-esteem* berjumlah 15 dan nilai minimum skala BDD sebesar 0. Sementara itu didapatkan *mean self-esteem* sebesar 32,20 dan *mean BDD* sebesar 19,60 dengan standar deviasi *self-esteem* sebesar 7,825 sedangkan standar deviasi BDD sebesar 9,653.

Variabel *self-esteem* yang memperoleh nilai standar deviasi sebesar 7,825 dan *mean* sebesar 32,20 dengan variabel BDD yang standar deviasinya sebesar 9,653 dan *mean* sebesar 19,60. Nilai standar deviasi yang lebih kecil dari *mean* menandakan variabel *self-esteem* dan BDD bersifat homogen.

Tabel 3. Kategori Self-Esteem dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder

Variabel	Kategori					
	Rendah	%	Sedang	%	Tinggi	%
<i>Self-esteem</i>	34	15,9	139	65	41	19,2
Kecenderungan BDD	149	69,6	59	27,6	6	2,8

Menurut data yang sudah diolah dari 214 orang subjek mahasiswa, didapatkan data bahwa mahasiswa yang memiliki kecenderungan BDD yang tinggi sebanyak 6 orang (2,8%), mahasiswa yang memiliki kecenderungan BDD sedang sebanyak 59 orang (27,6%) dan mahasiswa yang memiliki kecenderungan BDD rendah sebanyak 149 orang (69,6%). Melalui data dapat disimpulkan bahwa presentase mahasiswa yang mempunyai kecenderungan BDD hanya 6 orang, jumlah tersebut masih dikatakan sedikit hal tersebut berbanding lurus dengan hasil yang diperoleh pada kategori *self-esteem* pada mahasiswa psikologi. Data menyebutkan bahwa mahasiswa yang mempunyai *self-esteem* rendah adalah sebanyak 34 orang

(15,9%), mahasiswa yang memiliki *self-esteem* sedang sebanyak 139 orang (65%) dan mahasiswa yang memiliki *self-esteem* tinggi adalah sebanyak 41 orang (19,2%). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa semakin tinggi *self-esteem* mahasiswa maka semakin rendah juga ia memiliki kecenderungan BDD.

1. Hasil Uji Asumsi

Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data-data memiliki distribusi yang normal atau tidak. Proses menguji normalitas data, peneliti menggunakan uji Kolmogrov-Smirnov dengan bantuan SPSS versi 22.0 *for windows*. Menurut Sugiyono (2016) yang menyatakan bahwa syarat suatu data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05.

Adapun karakteristik normalitas data yang digunakan adalah :

Tabel 4. Kategorisasi Distribusi Normal Data

Nilai F Sig	Karakteristik
Sig > 0,05	Distribusi Data Normal
Sig < 0,05	Distribusi Data Tidak Normal

Berikut hasil dari uji normalitas yang telah dilaksanakan menggunakan uji Kolmogrov-Smirnov dengan bantuan SPSS versi 22.0 *for windows*:

Tabel 5. Uji Normalitas

Unstandardized residual		
N		214
Normal	Mean	.0000000
Parameters^{a,b}	Std. Dev	7,82521526
Most Extreme	Absolute	.054
Differences	Positive	.054
	Negative	-.040
Test Statistic		.054
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

Berdasarkan hasil uji normalitas Kolmogrov-Smirnov menggunakan SPSS versi 22.0 *for windows* diatas dapat diperoleh bahwa nilai signifikan variabel *self-esteem* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) sebesar 0,200. Berdasarkan hasil, maka dapat disimpulkan bahwa variabel *self-esteem*

dan kecenderungan BDD memenuhi syarat uji normalitas karena sebaran data (Sig > 0.05) lebih besar yaitu 0,200 maka dapat dikatakan sebaran data penelitian ini berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui korelasi atau hubungan dari variabel yang akan diteliti (Jannah, 2018). Jika kedua variabel yaitu variabel *self-esteem* (X) dan variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) (Y) dapat dikatakan linier apabila nilai linieritas memiliki signifikansi kurang dari 0,05 (Sig<0,05) (Sugiyono, 2016). Pengujian linieritas dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS versi 22.0 *for windows*.

Tabel 6. Kategorisasi Distribusi Linieritas Data

Nilai F Sig	Karakteristik
Sig < 0,05	Data linier
Sig > 0,05	Data tidak linier

Berikut hasil uji linieritas menggunakan bantuan SPSS versi 22.0 *for windows* yang telah dilaksanakan adalah:

Tabel 7. Uji Linieritas

Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
<i>Self-esteem</i> *BDD	.000	Linier

Hasil uji linier diatas menggunakan bantuan SPSS versi 22.0 *for windows* didapatkan nilai signifikan variabel X dan Variabel Y sebesar 0.000 dimana nilai tersebut kurang dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa variabel *self-esteem* dan kecenderungan BDD memiliki hubungan linier, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang berarti antara *self-esteem* dengan kecenderungan BDD. Keputusan ini berdasarkan pada pendapat Azwar (2018) jika signifikansi variabel kurang dari 0,05 (Sig<0,05) dapat dikatakan bahwa variabel saling berhubungan secara linier. Selain melakukan uji linieritas, linieritas dapat diuji menggunakan uji *Deviation from Linearity* dengan kriteria data yaitu jika data dikatakan linier apabila nilai dari signifikansinya lebih besar dari 0,05 (sig>0,05), sedangkan jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05 (sig<0,05) maka kedua variabel tidak memiliki hubungan yang linier (Azwar, 2018). Berikut ketentuannya sebagai berikut:

Tabel 8. Ketentuan Linearitas Data

Nilai Sig	Karakteristik
Sig > 0,05	Data linier
Sig < 0,05	Tidak linier

Berdasarkan dari uji linieritas yang sudah dilakukan menggunakan SPSS 22.0 for windows, hasil dari *deviation from linearity*:

Tabel 9. Hasil Uji Linieritas Berdasarkan Deviation from Linearity

Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
Self-esteem*Kecenderungan body dysmorphic disorder	0,615	Linier

Berdasarkan dari tabel diatas, hasil dari *deviation from linearity* dengan menggunakan bantuan SPSS 22.0 for windows diperoleh hasil dari variabel self-esteem dan kecenderungan BDD sebesar 0,615 dimana hasil tersebut lebih besar dari 0,05 (sig>0,05) maka berdasarkan hasil yang didapat membuktikan bahwa variabel self-esteem dan kecenderungan BDD memiliki hubungan data yang linier.

2. Hasil Uji Hipotesis

Setelah melalui tahap uji asumsi yang bertujuan untuk mengukur data yang memiliki asumsi parametrik dan sudah memenuhi syarat untuk pengujian ke tahap selanjutnya. Uji normalitas penelitian menunjukkan sebaran data berdistribusi normal. Uji linieritas menunjukkan bahwa kedua variabel adalah data yang linier. Hasil dari uji asumsi dan uji linieritas yang telah didapat maka teknik analisa data yang dapat digunakan dalam melakukan uji hipotesis ini adalah analisis *product moment* dengan menggunakan SPSS 22.0 for windows.

Pada tahap uji hipotesis dilakukan untuk melihat hubungan antara dua variabel yaitu variabel yaitu variabel bebas (X) self-esteem dan variabel terikat (Y) kecenderungan BDD. Uji hipotesis penelitian ini dilakukan menggunakan *Product Moment Correlation* dari Karl Pearson dengan bantuan SPSS versi 22.0 for windows. Menurut Pearson yang dimaksud dengan *Product Moment Correlation* yaitu melukiskan hubungan antara 2 buah variabel yang sama-sama berjenis interfal dan rasio (Jannah, 2018). Adapun pedoman yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 10. Kriteria Pedoman Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Kriteria
--------------------	----------

<0,20	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Tinggi
0,80-1,00	Sangat Tinggi

Variabel X dan variabel Y dikatakan mempunyai hubungan kolerasi berdasarkan pada pedoman dari penelitian jika data penelitian menghasilkan nilai signifikansi kurang dari 0,05 (sig<0,05) maka data dikatakan tidak memiliki kolerasi atau hubungan yang signifikan, dan jika nilai signifikasi lebih dari 0,05 (sig>0,05) maka data memiliki hubungan yang signifikan (Azwar, 2018). Berikut tabel pedoman yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 11. Pedoman Uji Hipotesis

Nilai F Sig	Karakteristik
Sig < 0,05	Data berkolerasi
Sig > 0,05	Tidak berkolerasi

Rumusan masalah yang sudah dirumuskan adalah *apakah ada hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswa?* Uji hipotesis ini menggunakan kolerasi *pearson product moment* dengan bantuan SPSS versi 22.0 for windows Didapatkan hasil dari korelasi *product moment* adalah sebagai berikut:

Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Perarson Correlation	Nilai Sig.	Keterangan
Self-esteem*Kecenderungan body dysmorphic disorder	-0,586	0,000	Hubungan signifikan

Berdasarkan tabel diatas, hasil dari korelasi *pearson product moment* yang sudah dihitung menghasilkan nilai signifikan yang diperoleh dari variabel self-esteem dan kecenderungan BDD adalah sebesar p=0.000 (p<0.05). Hasil tersebut menunjukkan bahawa variabel self-esteem memiliki hubungan yang signifikan dengan *body dysmorphic disorder* (BDD).

Berdasarkan tabel diatas juga menunjukkan bahwa hubungan antara self-esteem dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) adalah sebesar p=-0.586 dengan rentang kolerasi yang berada pada interval 0,40-0,599 yang menunjukkan bahwa adanya hubungan korelasi sedang antara variabel self-esteem dengan kecenderungan BDD.

Tanda negatif menunjukkan arti bahwa saat *self-esteem* cenderung tinggi maka kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) rendah, sebaliknya apabila *self-esteem* rendah maka kecenderungan BDD akan meningkat. *Self-esteem* memiliki hubungan yang relatif sedang dengan kecenderungan BDD, maka dari itu terdapat pengaruh-pengaruh selain dari *self-esteem* yang dapat mempengaruhi kecenderungan BDD. Menurut Guindon (2010) semakin tinggi *self-esteem* seseorang maka lebih mudah mereka untuk menghadapi perubahan-perubahan dengan positif, fleksibel, percaya diri, dan dengan penuh *self-affirmation*. Maka dari itu individu yang mempunyai *self-esteem* tinggi kecenderungan untuk mempunyai BDD sedikit, tetapi walaupun *self-esteem* relatif stabil namun sifat dari *self-esteem* dapat bertambah dan berkurang tergantung dari perubahan-perubahan yang dialami individu tersebut (Guindon, 2010). Variabel *self-esteem* dan kecenderungan BDD memiliki nilai signifikan sebesar 0,000 yang mana hasil tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) yang mengakibatkan hipotesis penelitian yang telah dirumuskan “terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa” dapat diterima.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada Mahasiswa. Hipotesis nol (H_0) penelitian ini yang berbunyi tidak ada hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan BDD ditolak. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil analisis koefisien korelasi yaitu sebesar -0,586 ($p = -0.586$) dan signifikannya sebesar 0,000 menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan BDD. Penjelasan diatas membuktikan teori dari Phillips (2009) yang mengatakan bahwa faktor psikologis yang memiliki peran penting terhadap perkembangan kecenderungan BDD pada seseorang adalah *self-esteem* yang artinya *self-esteem* atau harga diri berpengaruh terhadap ada tidaknya BDD pada individu. Maka dari itu Hipotesis alternatif (H_a) diterima karena terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan BDD pada mahasiswa. Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada mahasiswa.

Pada hasil dari distribusi data menghasilkan nilai signifikan sebesar 0,200 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa data peneliti merupakan data yang berdistribusi normal, maka dari itu uji asumsi menggunakan korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS 22.0 for windows. Hasil koefisien korelasi yang menunjukkan angka yaitu

sebesar -0.586 mengindikasikan bahwa hubungan antar variabel bersifat sedang. Penyebab hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan BDD pada mahasiswa sedang karena walaupun *self-esteem* bukan satu-satunya faktor yang besar pengaruhnya terhadap kecenderungan BDD pada mahasiswa, terdapat faktor lain yang mempengaruhinya seperti faktor biologis yaitu mencakup genetik dan faktor psikologis. Pernyataan tersebut sejalan dengan ungkapan Phillips (2009) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi BDD adalah salah satunya genetik yang terdiri dari evolusi, perhatian yang terlalu fokus pada hal kecil (detail), dan gen. Faktor psikologis berperan pada harga diri, pengalaman, perlakuan kasar, kekerasan pada masa kecil, sifat perfeksionis dan faktor budaya dan sosial yang memberi tekanan pada mahasiswa untuk selalu berpenampilan menarik dan memiliki fisik yang sempurna (Rahmania & Ika, 2012).

Berdasarkan koefisien korelasi juga menunjukkan bahwa variabel *self-esteem* mempunyai arah hubungan negatif dengan variabel kecenderungan BDD yang mengindikasikan bahwa hubungan antara variabel berbanding terbalik. Berbanding terbalik artinya semakin tinggi *self-esteem* seseorang maka semakin rendah kecenderungan BDD-nya. Sebaliknya jika *self-esteem* semakin rendah maka kecenderungan seseorang untuk mempunyai BDD semakin tinggi.

Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi mampu menerima dirinya dengan apa adanya, memiliki pendapat yang positif terhadap dirinya yang akan memudahkannya dalam menjalin hubungan sosial dan interaksi sosial. Sebaliknya, pada individu yang memiliki *self-esteem* rendah akan mudah mendapatkan hambatan atau rintangan untuk menemukan kelebihan yang ada dalam dirinya sendiri sehingga akan menghambat kemampuan interaksinya. Menurut Michener dan Delamater (dalam Prawesti & Dewi, 2016) mengemukakan bahwa individu yang mempunyai *self-esteem* tinggi bersikap terbuka, asertif dan mempunyai kepercayaan terhadap dirinya. Penjabaran diatas sejalan dengan pendapat Papalia & Feldman (2015) yang menyebutkan bahwa jika seseorang mempunyai rasa percaya diri dan mampu menerima dirinya maka harga dirinya akan meningkat, sedangkan pada seseorang yang menilai buruk dirinya sendiri dan tidak mampu untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungannya maka ia akan mempunyai harga diri rendah.

Coopersmith (1967) menjelaskan bahwa *self-esteem* mempunyai empat aspek yaitu, *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence*. *Power* (kekuatan) merupakan kekuatan untuk mengontrol tingkah laku, menekankan pengendalian diri individu dalam berperilaku di lingkungan sekitarnya. *Significance* (keberartian) mengacu pada penerimaan diri individu di lingkungan sekitarnya dan

diterima atau tidaknya individu di lingkungannya. *Virtue* (kebaikan) mengacu pada nilai atau standar yang ada di lingkungannya. *Competence* (kemampuan) mengacu pada prestasi atau performa yang ingin atau sudah dicapai.

Hasil interpretasi dari kuisioner penelitian menyatakan bahwa banyak dari mereka yang mencemaskan kekurangan atau ketidaksempurnaannya. Kekhawatiran mereka bervariasi seperti hidung yang besar, mata terlalu sipit atau besar, rambut yang tipis, tubuh yang gemuk dan banyak lagi. Tidak sedikit pula subjek penelitian yang khawatir dengan penampilan mereka akan menjadi bahan pembicaraan atau olokan orang. Menurut Phillips (2009) orang yang memiliki kecenderungan BDD mempunyai pemikiran dan preokupasi yang menyebabkan rasa emosi yang menyakitkan. Emosi tersebut meliputi seperti kesedihan, depresi, putus asa, kecemasan, rasa takut, malu, hina, kekecewaan, marah, frustrasi, dan rasa bersalah. Data yang didapat menyatakan bahwa perasaan sedih dan marah muncul karena penurunan fungsi (*distress*) yang dialami mahasiswa adalah sebanyak 11,4%, penurunan fungsi tersebut terjadi karena preokupasi yang dialami individu pada penampilan atau suatu bagian dari tubuhnya yang ia tidak senangi dan hal tersebut menyebabkan perasaan yang sangat amat sakit (Phillips, 2009).

Ketidakpuasan seseorang pada suatu anggota tubuh terutama diikuti dengan rasa tidak suka yang intens adalah ekspresi dari *self-esteem* yang rendah dan keyakinan bahwa penampilannya tidak memenuhi standar pribadinya atau standar yang ditetapkan oleh masyarakat sekitarnya. Persepsi pada tubuh yang tidak ideal mungkin saja dapat berasal dari harga diri yang rendah (Merlina, 2016).

Rasa tidak puas yang intens yang dapat menurunkan *self-esteem* individu juga dapat menghambat hubungan sosial individu juga. Seperti data yang didapat bahwa sebanyak 17,9% responden subjek tidak keluar rumah jika mereka tidak menutup kekurangannya dengan riasan atau baju. Sebesar 11,1% respon mahasiswa yang memilih mengabaikan aktivitas normalnya karena penampilannya kurang. Mengutip dari Phillips (2009) mengatakan bahwa masalah yang paling umum dijumpai pada penderita BDD adalah gangguan pada hubungan sosial dan percintaan, 99% dari penelitian melaporkan gejala negatif yang mempengaruhi hal ini.

Remaja mulai sadar jika memiliki penampilan menarik maka individu tersebut akan lebih dihargai dibandingkan dengan seseorang yang kurang menarik (Papalia & Feldman, 2015). Kekurangan tersebut akan menimbulkan kekhawatiran dan menghambat individu untuk menerima dirinya. Hal ini didorong oleh Santrock (2012) yang menyebutkan bahwa kecantikan akan membawa dampak pada pemahaman individu terhadap dirinya dan akan memengaruhi *self-esteem* individu, hal

tersebut dikarenakan *self-esteem* merupakan bagian dari aspek *body image*.

Menurut dari hasil, hal yang mengindikasikan bahwa pengaruh korelasi antara *self-esteem* dan BDD adalah sedang, yang mengindikasikan bahwa *self-esteem* tidak menjadi faktor utama adanya kecenderungan BDD pada seseorang, terdapat faktor lain yang juga mempengaruhi untuk munculnya kecenderungan BDD pada seseorang seperti faktor biologis (genetik), faktor sosial budaya, dan faktor psikologis (Rahmania & Ika, 2012).

Walaupun tidak besar, tidak bisa dipungkiri bahwa *self-esteem* adalah salah satu faktor terbentuknya kecenderungan BDD. Beberapa faktor yang mempengaruhi BDD salah satunya adalah faktor genetik, faktor psikologis dan faktor sosial budaya (Phillips, 2009). Selanjutnya, hal yang berperan dalam munculnya BDD menurut Zinovyeva, Kazantseva, & Nikonova (2016) adalah peran orang tua/keluarga, peran teman sebaya, dan media massa (tren kecantikan). Faktor peran orang tua dalam pola asuh anak penting dalam perkembangan *self-esteem* anak sejak dini. Hal-hal seperti genetik, dukungan, penerimaan, ekspektasi adalah bibit yang harus ditanam orang tua sejak dini.

Salah satu penelitian dari Rahmania dan Ika (2012) juga menyatakan bahwa tingkat *self-esteem* yang tinggi akan menghasilkan gambaran positif mengenai tubuh mereka. Gambaran positif tersebut menghasilkan rasa puas pada penampilan fisik yang membuat seseorang tidak begitu fokus akan kekurangan-kekurangan yang ada di tubuh mereka sehingga kecenderungan BDD menjadi rendah dan tidak terlalu ekstrim (Coopersmith dalam Mruk, 2006). Sebaliknya seseorang yang mempunyai *self-esteem* rendah akan selalu sadar (*self-conscious*) dengan penampilan mereka dan selalu merasa ada yang kurang dengan penampilannya dan tubuhnya. Perasaan tidak puas pun datang dan membuat seseorang sangat fokus pada penampilannya hingga menyebabkan kecenderungan BDD semakin tinggi. Orang yang tinggi tingkat kecenderungan BDD-nya akan selalu memikirkan detail kecil dari penampilan mereka yang dianggap tidak sempurna walaupun orang lain tidak mempersalahkan hal tersebut, bagi yang mempunyai kecenderungan BDD tinggi akan selalu memikirkan hal tersebut (preokupasi).

Self-esteem (harga diri) yang dimiliki seseorang memiliki karakteristik yang berbeda dan hal tersebut mempengaruhi cara berinteraksinya (Prawesti & Dewi, 2016). Rendahnya tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi perilakunya dalam bersosialisasi. Seseorang yang mempunyai kecenderungan BDD biasanya mempunyai harga diri rendah dan mempunyai rasa malu yang dalam pada dirinya, serta seseorang yang mempunyai kecenderungan BDD biasanya tidak sebenarnya jelek tetapi mereka percaya bahwa mereka jelek (Phillips 2009).

Menurut data yang sudah diolah dari 214 orang subjek mahasiswa, didapatkan data bahwa mahasiswa yang memiliki kecenderungan BDD yang tinggi sebanyak 6 orang (2,8%), mahasiswa yang memiliki kecenderungan BDD sedang sebanyak 59 orang (27,6%) dan mahasiswa yang memiliki kecenderungan BDD rendah sebanyak 149 orang (69,6%). Melalui data dapat disimpulkan bahwa presentase mahasiswa yang mempunyai kecenderungan BDD hanya 6 orang, jumlah tersebut masih dikatakan sedikit. Jumlah tersebut berbanding lurus dengan hasil yang diperoleh pada kategori *self-esteem* pada mahasiswa psikologi. Data menyebutkan bahwa mahasiswa yang mempunyai *self-esteem* rendah adalah sebanyak 34 orang (15,9%), mahasiswa yang memiliki *self-esteem* sedang ada sebanyak 139 orang (65%) dan mahasiswa yang memiliki *self-esteem* tinggi adalah sebanyak 41 orang (19,2%). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa semakin tinggi *self-esteem* mahasiswa maka semakin rendah juga mahasiswa memiliki kecenderungan BDD. Data yang diperoleh juga menyiratkan bahwa tidak semua mahasiswa yang memiliki *self-esteem* rendah mempunyai kecenderungan BDD yang tinggi, karena masih banyak faktor-faktor lain yang mendukung seorang individu mempunyai kecenderungan BDD yang tinggi.

Melalui penjabaran diatas hal tersebut dengan sejalan penjelasan Pop (2016) yang menyatakan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara *self-esteem* dan ketidakpuasan tubuh. Hal tersebut memperlihatkan bahwa *self-esteem* mempunyai peran bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri, dan apakah ia mempunyai gambaran positif atau negatif tentang tubuh atau penampilannya. Data juga menunjukkan bahwa mahasiswa dari setengahnya mempunyai gambaran diri yang tinggi pada dirinya dan hal tersebut menyebabkan kecenderungan BDD rendah. Hal tersebut juga diperkuat dengan adanya pernyataan oleh Raharja dan Yuniardi (2019) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai *self-esteem* tinggi akan mampu membuka diri, asertif dan mempunyai kepercayaan yang tinggi pada dirinya.

Hasil penelitian terdahulu juga sejalan dengan penelitian ini, hal tersebut terlihat dalam hasilnya yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan BDD pada remaja putri. Penelitian dari Rahmania dan Yuniar (2012) ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang mendeskripsikan jika semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah kecenderungan BDD sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka semakin tinggi kecenderungan BDD pada remaja putri. Dari data yang ada sebagian besar remaja putri mempunyai ketidaksesuaian persepsi dengan fakta yang ada, dalam hal ini adalah berat badan. Mereka merasa gemuk dibanding data yang ada hanya sebagian kecil yang mempunyai berat lebih (*overweight*), maka dari

itu ketidaksesuaian itu adalah gambaran dari *self-esteem* yang rendah yang menyebabkan adanya kecenderungan BDD. Melalui penelitian terdahulu, yang membedakan dengan penelitian ini dengan penelitian Rahmania dan Yuniar adalah penelitian ini menggunakan subjek yang berbeda yaitu mahasiswa dan mahasiswi dan penelitian ini menekankan pada aspek yang berbeda. Melihat dari sudut pandang berbeda, penelitian Dianningrum dan Satwika (2021) yang menjelaskan *self-esteem* dari sudut pandang citra tubuh remaja. Penelitiannya menjelaskan bahwa kepercayaan diri memiliki arahan positif dengan citra diri, yang mana menjelaskan bahwa jika *self-esteem* remaja tinggi maka remaja memiliki citra tubuh yang positif, dan jika citra tubuh yang dimiliki negatif maka *self-esteem*nya akan kurang.

Tidak hanya itu, penelitian dari Raharja dan Yuniardi (2019) juga menunjukkan hasil korelasi negatif pada hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan BDD pada mahasiswi. Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian milik Raharja dan Yuniardi adalah subjek penelitian terfokus hanya pada wanita/anak perempuan. Sedangkan pada penelitian ini selain mahasiswi, terdapat mahasiswa juga ikut yang berpartisipasi.

PENUTUP

Kesimpulan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel *self-esteem* dengan kecenderungan BDD. Hasil dari penelitian ini membuktikan bahwa nilai signifikansi antar variabel sebesar 0,000 (Sig<0,05) yang artinya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan BDD. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi yang didapatkan sebesar -0,586. Hasil -0,586 menunjukkan nilai korelasi masuk pada golongan sedang, sedangkan tanda negatif menunjukkan jika nilai korelasi bersifat negatif yang artinya semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah seseorang untuk mempunyai kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka semakin tinggi seseorang untuk mempunyai kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi “terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa” dapat diterima.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka didapat hasil penelitian, peneliti memberi saran untuk pihak yang terkait dalam penelitian yang telah dilakukan. Saran yang diberikan adalah:

- (a) Bagi mahasiswa, dengan adanya penelitian ini diharapkan mahasiswa yang mempunyai tingkat *self-esteem* rendah agar dapat meningkatkan kepercayaan dirinya guna memperbaiki tingkat *self-esteem*nya dan dapat mencegah serta mengendalikan munculnya kecenderungan *body dysmorphic disorder* agar tidak mengganggu interaksi sosialnya. Diharapkan juga penelitian ini dapat menambah wawasan mahasiswa terhadap keadaan dirinya.
- (b) Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan pada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk membahas *self-esteem* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* agar memperbanyak jumlah responden dan sebaiknya menentukan karakteristik responden yang akan menjadi subjek penelitian dan untuk selanjutnya memperbaiki aitem alat ukur pada skala *self-esteem* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Selain itu peneliti mengharapkan artikel penelitian ini dapat berguna untuk mengetahui *self-esteem* dengan kecenderungan BDD pada mahasiswa serta dapat diluaskan lagi ke berbagai variabel.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2018). *Dasar-dasar psikometrika*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Bjornsson, A. S., Didie, E. R., Phillips, K. A. (2010). Body dysmorphic disorder, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 12(2), 221-232. [10.31887/DCNS.2010.12.2/abjornsson](https://doi.org/10.31887/DCNS.2010.12.2/abjornsson).
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. USA : W. H. Freeman and Company
- Davidson, G. C., Naele, J. M., Kring, A. M. (2010). *Abnormal psychology* Jakarta: RajaGrafindo Persada
- Dianningrum, S.W., Satwika, Y.W. (2021). Hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 194-203. [Ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42611](http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42611).
- Donsu, J. D. T. (2017). *Psikologi keperawatan*. Yogyakarta: PUSTAKA BARU PRESS
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., Bisri, M. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan religuitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 122-131. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/12757/6331>.
- Finikma, F. F. (2017). Pengaruh smartphone dikalangan mahasiswa. <https://www.hipwee.com/opini/pengaruh-smartphone-di-kalangan-mahasiswa/>.
- Ganecwari, A. A. I. G., Wilani, N. M. (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir laki-laki Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 67-75. <https://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i01.p07>
- Ghufron, N., Risnawita, S. (2014). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Guindon, M. H. (2010). *Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions*. New York: Taylor and Francis Group
- Higgins, S., Wysong, A. (2018). *Cosmetic surgery and body dysmorphic disorder*. *International Journal of Women's Dermatology*, 4, 43-48.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang hidup*. Jakarta: Erlangga
- Indrati, N., Apriliana, E. (2018). Pengaruh body dysmorphix disorder pada self esteem mahasiswa. *JIP*, 8(1), 53-61. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/jrnspirasi>
- Jannah, M. (2018). *Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Martanatasha, M., & Primadini, I. (2019). The relation of self-esteem and bosity image under the exposure of instagram. *Ultimacomm: jurnal ilmu komunikasi*, 11(2), 158-172. ejournals.umu.ac.id/index.php/FIKOM/article/view/1278

- Mahmud, M. D. (2018). *Psikologi suatu pengantar*. Yogyakarta: Penerbit ANDI. Kognisia, 2(1). <https://doi.org/10.20527/jk.v2i1.1608>
- Merlina, N. (2016). Pengaruh Citra tubuh terhadap gejala *body dysmorphic disorder* yang dimediasi harga diri remaja putri. 2nd Psychology & Humanity: 546 - 555
- Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, & practice: Toward a positive psychology of self-esteem*. New York: Springer Pub
- Papalia, D. E., Feldman, R. D. (2015). *Menyelam perkembangan masa*. Jakarta Selatan: Salemba Humanika
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder an essential guide*. New York: Oxford University Press
- Pop, C. (2016). *Self-esteem and body image perception in a sample of university student*. Eurasian Journal of Educational Research, 64, 31-44. <http://dx.doi.org/10.14689/ejer.2016.64.2>.
- Purwanto. (2012). *Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi dan pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Prakoso, I. B., Budiyan, 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 Psikologi Teori dan Terapan, 7(1), 1-8. <https://doi.org/10.26740/jppt.v7n1.p1-8>.
- Raharja, D. W., Yuniardi, M. S. (2019). *Self-esteem* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi. Psycos Holistic, 1(1) 23 – 29.
- Rahmania, P. N., Ika, Y. C. (2012). Hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 1(2), 110-117.
- Santoso, M. V., Fauzia, R. Rusli, R. (2019). Hubungan antara kepuasan citra tubuh dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada wanita dewasa awal di kota Banjar Baru. Jurnal Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa-hidup edisi ketigabelas jilid II*. Jakarta: Erlangga
- Siregar, S. (2014). *Statistika paraetik untuk penelitian kuantitatif dilengkapi perhitungan manual dan aplikasi SPSS versi 17*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sugiyono. (2015). *Statistik nonparametris untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian & Pengembangan*. Bandung: Alfabeta.
- Shaw, A. M., Hall, K. A. A., Rosenfield, E., Timpano, K. R. (2016). *Body dysmorphic disorder symptoms and risk for suicide: The role of depression*. Body Image, 19, 169–174. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.09.007>
- Singh, A. R., Veale, D. (2019). Understanding and treating *body dysmorphic disorder*. Indian Journal of Psychiatry, 61(1). <http://www.indianpsychiatry.org>
- Siyoto, S., Sodik. M. A., (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing. https://www.google.co.id/books/edition/DASAR_METODOLOGI_PENELITIAN/QPhFDwAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=metode+penelitian+kuantitatif&printsec=frontcover.
- Thalib, S. B. (2010). *Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup. <https://books.google.co.id/books?id=gHADwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=thalib+psikologi&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwj89qbI6oLmAhW2zzgGHea8BGMQ6AEIKDAA#v=onepage&q&f=false>.
- Wearesocial. (2021). *Indonesian Digital Report 2021*. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2021/>.
- Zinovyeva, E. V., Kazantseva, T. V., Nikonova, A. N. (2016). *Self-esteem and loneliness in Russian adolescent with body dissatisfaction*. Social & Behavior Sciences, 367 – 371.