

## Hubungan Antara Self Esteem dan Self Acceptance Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Siswi SMA 109 Jakarta

Syahrani Syahla Azzura<sup>1</sup>, Fara Dwi Andjarsari<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I  
Jl. Diponegoro No. 74 Jakarta Pusat Indonesia

E-mail : [rani.azzura@gmail.com](mailto:rani.azzura@gmail.com)<sup>1</sup>, [andjarsarifaradwi@gmail.com](mailto:andjarsarifaradwi@gmail.com)<sup>2</sup>

### Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Populasi dan sampel penelitian adalah siswi kelas 12 SMA 109 Jakarta yang berjumlah 108 siswi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *saturated sampling* dan pengumpulan data menggunakan skala likert. Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala *body dysmorphic disorder* (15 item,  $\alpha = 0,904$ ), skala *self esteem* (19 item,  $\alpha = 0,876$ ), dan skala *self acceptance* (32 item,  $\alpha = 0,938$ ). Hasil penelitian ini menggunakan program komputer SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) *version 25.0 for windows* yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dan arah korelasi negatif antara *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan  $r$  sebesar  $-0,701$ . Terdapat hubungan signifikan dan arah korelasi negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan  $r$  sebesar  $-0,655$ . Selanjutnya, berdasarkan hasil analisis data dengan *multivariate correlation* diperoleh koefisien korelasi  $R = 0,728$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

**Kata kunci :** *Self Esteem, Self Acceptance, kecenderungan Body Dysmorphic Disorder*

### ***Abstractt***

*This study is a quantitative study that aims to determine the relationship between self esteem and self acceptance with the tendency of body dysmorphic disorder among student of 109 senior high school. The population and sample of the study was female students twelfth grade of 109 senior high school amounted to 108 students. The sampling technique used was saturated sampling and data was collected using likert scale. This study uses three scales, namely the tendency of body dysmorphic disorder scale (15 items,  $\alpha = 0,904$ ), self esteem scales (19 items,  $\alpha = 0,876$ ), self acceptance scale (32 items,  $\alpha = 0,938$ ). The result for this study using the SPSS (Statistical Product and Service Solution) version 22.0 for windows showed that there was a significant and negative relationship between self esteem and the tendency of body dysmorphic disorder with  $r = -0,701$ . There was a significant and negative relationship between self acceptance and the tendency of body dysmorphic disorder with  $r = -0,655$ . Based on the result of data analysis with multivariate correlations obtained a correlation coefficient of  $R = 0,728$  which means that there was a significant relationship between self esteem and self acceptance with the tendency of body dysmorphic disorder.*

***Keywords : Self Esteem, Self Acceptance, Tendencies Of Body Dysmorphic Disorder***

## PENDAHULUAN

Dalam budaya yang sangat mementingkan penampilan, remaja putri umumnya tidak puas dengan tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang lebih negatif daripada anak laki-laki. (dalam Santrock, 2003).

Berbagai cara dilakukan untuk terlihat lebih menarik, mulai dari hal sederhana seperti menerapkan gaya hidup sehat dan menggunakan kosmetik hingga hal-hal ekstrem seperti mengonsumsi produk pelangsing yang dapat membahayakan kesehatan. Jika seorang perempuan tidak puas dengan citra tubuhnya, maka akan muncul citra tubuh yang negatif, dan citra tubuh negatif akan mempengaruhi seseorang mengalami gejala *body dysmorphic disorder*.

Menurut Rosen, Reiter dan Orosan (1995) *body dysmorphic disorder* adalah gangguan citra tubuh yang melibatkan keasyikan berlebihan terhadap penampilan fisik pada orang yang tampak normal. Veale & Neziroglu (2010), menjelaskan bahwa *body dysmorphic disorder* adalah gangguan mental yang diartikan sebagai keasyikan seseorang terhadap perasaan kekurangan penampilannya.

Menurut Mehmet & Roizen (2010), *body dysmorphic disorder* yaitu perasaan tidak puas dengan penampilan tubuh, munculnya perasaan tidak cantik, dan persepsi khayalan yang salah mengenai penampilan tubuh sebenarnya. Dapat disimpulkan bahwa, kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah kecenderungan seseorang dalam memberikan perhatian yang berlebihan/tidak semestinya pada kurangnya penampilan fisik, atau memiliki ilusi palsu tentang penampilan fisik mereka yang sebenarnya. (Malida, 2019).

Adanya ketidakpuasan terhadap penampilan fisik terjadi ketika individu tersebut memiliki penerimaan diri yang negatif atau tidak mampu menerima dirinya sendiri. Hal ini terjadi karena penilaian tubuh yang negatif, yang kemudian menimbulkan obsesi untuk mendapatkan kepuasan atas bentuk tubuh yang diinginkan. (Permatasari, 2012: 136). Hal ini sesuai dengan Phillips (2009: 144) yang menjelaskan bahwa

seseorang yang lebih memperhatikan penampilannya agar dipandang sempurna lebih memungkinkan mengalami *body dysmorphic disorder*, karena individu tersebut memiliki perhatian yang berlebih terhadap kekurangan fisiknya serta memiliki ketidakpuasan terhadap penampilannya. Sehingga dalam hal ini, penerimaan diri (*self acceptance*) yang negatif merupakan salah satu faktor yang dapat memicu seseorang untuk mengalami *body dysmorphic disorder*.

Menurut Philips (2009), faktor lain memainkan peran penting dalam perkembangan *body dysmorphic disorder*, seperti *self esteem* yang tercermin dalam nilai-nilai pribadi dan sifat kepribadian. Pada faktor ini menjelaskan bahwa orang yang perfeksionis cenderung meremehkan daya tarik mereka sendiri dan akan terus berusaha menonjolkan daya tarik orang lain. Hal ini dapat meningkatkan kesenjangan, yang mana semakin seseorang berusaha untuk terlihat perfeksionis, maka semakin rendah *self esteem* atau penghargaan dirinya. Karna itu dalam hal ini, *self esteem* merupakan salah satu faktor yang dapat memicu seseorang untuk mengalami *body dysmorphic disorder*.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan penulis pada siswi SMA 109 Jakarta. Diperoleh informasi bahwa banyak dari mereka yang merasa tidak puas dengan keadaan tubuh dan fisiknya. Mereka melakukan banyak perawatan karena mereka merasa tidak percaya diri dengan dirinya sendiri, dan sering minder untuk bersosialisasi dengan teman-teman di sekolahnya. Berdasarkan fenomena di atas, peneliti ingin menguji secara empiris mengenai hubungan antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta.

## LANDASAN TEORI

### Pengertian *body dysmorphic disorder*

Katharine Phillips (2009) menjelaskan bahwa *body dysmorphic disorder* adalah gangguan pada cacat yang dibayangkan dan berupaya untuk memperbaiki bagian tubuh yang sebenarnya terlihat normal. Mereka menganggap dirinya memiliki kekurangan dan

takut orang-orang akan menertawakan dan mengkritiknya, gangguan ini disebut dengan *imagined ugliness*.

Gangguan ini menyebabkan penderitanya merasa malu dan khawatir akan kekurangan yang ada pada tubuhnya, meskipun sifatnya sangat kecil sehingga orang lain pun tidak menyadarinya. Orang dengan gangguan dismorfik tubuh akan terus mencari cara atau prosedur kosmetik yang dapat memperbaiki cacat mereka, namun tetap merasa tidak puas dengan hasilnya.

Penderita *body dysmorphic disorder* tidak serta merta bersumber dari gangguan psikologis seperti *anorexia nervosa* atau bulimia. Kedua gangguan psikologis ini tidak dapat diartikan bahwa orang tersebut mengalami *body dysmorphic disorder*. Perlu diketahui, ada sebagian orang yang memiliki *eating disorder* dan *body dysmorphic disorder* secara bersamaan namun tidak melihat dari aspek berat badan. Dan terdapat pula sebagian orang yang mengalami *body dysmorphic disorder* dan sangat mengkhawatirkan tubuhnya menjadi gemuk tetapi tidak mengalami *eating disorder*.

### **Aspek *body dysmorphic disorder***

Menurut Katharine Phillips (2009:17), terdapat beberapa aspek mengenai *body dysmorphic disorder* (BDD), yaitu:

#### **1. *Preoccupation* (keasyikan)**

Orang dengan gangguan *body dysmorphic disorder* (BDD) khawatir bahwa bagian-bagian tertentu dari tubuh mereka terlihat buruk.

#### **2. *Distress / impairment function***

adalah keadaan emosional yang meliputi perasaan sedih, depresi, cemas, khawatir, takut, panik, dan pikiran negatif lainnya. *Impairment in functioning* (penurunan fungsi) meliputi aspek fungsi sosial seperti hubungan, interaksi sosial, kedekatan, atau kehadiran orang lain. Secara umum, orang yang menderita *body dysmorphic disorder* mengalami gangguan dalam situasi tertentu, dan orang dengan gangguan ini biasanya menghindari beberapa situasi yang mengganggu.

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat dijelaskan bahwa *body dysmorphic disorder*

memiliki beberapa aspek, yaitu preokupasi dengan masalah atau hal yang berkaitan dengan kekurangan imajiner pada penampilan fisiknya dan mengalami distress atau penurunan fungsi terkait fungsi emosional, sosial, pekerjaan serta fungsi lainnya.

### **Pengertian *self esteem***

*Self esteem* biasa disebut dalam bahasa sehari-hari yaitu harga diri atau penghargaan diri. *Self esteem* merupakan hal yang penting dalam kehidupan setiap individu (Coopersmith, 1967). *Self esteem* merupakan hasil penilaian yang dibuatnya dan perlakuan orang lain terhadap dirinya dan menunjukkan tingkat kepercayaan yang dimiliki individu terhadap dirinya dan dapat berhasil dan berguna.

Sedangkan menurut Mruk (2006), *self esteem* adalah keadaan hidup dari kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan hidup dalam periode yang tepat atau berharga pada setiap saat.

Sebagai individu, kita tidak dapat dipisahkan dari individu lain karena manusia pada hakikatnya adalah makhluk sosial. Dalam melakukan interaksi, seseorang harus menghargai orang lain dan sebaliknya. Namun, selain menghargai orang lain, individu juga harus menghargai diri sendiri.

### **Aspek *self esteem***

Maslow (1991) menjelaskan bahwa *self esteem* terbagi menjadi dua macam penghargaan diri, antara lain :

**a. Penghargaan dari orang lain** Penghargaan yang berasal dari luar dapat berdasarkan reputasi, kekaguman, popularitas, status, *prestise*, atau keberhasilan dalam masyarakat, semua sifat dari bagaimana orang lain berpikir dan bereaksi terhadap kita.

**b. Penghargaan terhadap diri sendiri** Menghargai diri sendiri adalah kebutuhan yang memiliki kekuatan, penguasaan, kompetensi, prestasi, kepercayaan diri, kemandirian, dan kebebasan.

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat disimpulkan bahwa *self esteem* terdiri dari adanya penghargaan dari orang lain berupa

perhatian, afeksi, serta penerimaan dari lingkungan sekitar, dan penghargaan dari diri sendiri baik berupa pengetahuan tentang dirinya dan mampu menguasai tugas dan tantangan hidupnya sendiri.

### **Pengertian *self acceptance***

Menurut Hurlock (2006) *self acceptance* merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri, seperti kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. penerimaan diri adalah suatu sikap positif terhadap keadaan dirinya, mampu menerima dirinya baik kekurangan maupun kelebihan. Orang-orang yang dapat menerima dirinya adalah seseorang yang dapat memahami karakteristik dirinya dan mampu menerima kondisi sebagaimana adanya, serta menyadari potensi-potensi yang dimilikinya.

Menurut Dariyo (2007) *self acceptance* merupakan kemampuan individu untuk menerima keadaan dirinya sendiri. Hasil analisa, evaluasi atau penilaian diri akan menjadi dasar bagi seorang individu untuk mengambil keputusan dalam rangka menerima keberadaannya sendiri. Penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, tetapi juga dapat dilakukan secara tidak realistis. Penerimaan realistis ditandai dengan kemampuan secara objektif untuk melihat kekuatan dan kelemahan diri sendiri.

Di sisi lain, penerimaan diri yang tidak realistis ditandai dengan upaya untuk melebih-lebihkan diri sendiri, mencoba menyangkal kelemahan diri sendiri, atau menghindari hal-hal buruk dari dalam, seperti pengalaman traumatis di masa lalu.

### **Aspek *self acceptance***

Hurlock (2008) menjelaskan bahwa *self acceptance* terdiri dari beberapa aspek, antara lain :

#### **1. Pemahaman diri**

Individu yang memiliki pemahaman diri yang baik akan mampu memahami kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya

#### **2. Harapan yang realistis**

Ketika harapan menjadi sebuah pencapaian realistis, maka kinerjanya akan meningkat sesuai dengan harapannya

#### **3. Bebas hambatan di lingkungan**

Dukungan dari lingkungan yang disertai kontrol individu dapat mempengaruhi tercapainya harapan.

#### **4. Sikap sosial**

Individu yang memiliki sikap sosial yang baik dapat diharapkan memiliki penerimaan diri yang baik

#### **5. Tekanan emosional**

Tidak adanya tekanan emosional memungkinkan orang tersebut melakukan yang terbaik dan berorientasi pada dunia luar alih-alih berorientasi pada diri sendiri.

#### **6. Percaya pada kemampuan**

Sebagian besar kegagalan menyebabkan penolakan diri dan keberhasilan mengarah pada penerimaan diri.

#### **7. Identifikasi penyesuaian diri**

Individu yang mengidentifikasi dirinya dengan orang-orang yang menyesuaikan diri dengan baik.

#### **8. Perspektif diri**

Perspektif yang luas tentang diri adalah memahami diri menjadi lebih baik, tidak hanya melihat individu lain yang lebih baik tetapi juga memperhatikan individu yang lebih lemah dari dirinya.

#### **9. Pola asuh di masa kecil**

Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup terbentuk pada masa kanak-kanak.

berdasarkan penjabaran di atas, dapat disimpulkan bahwa, menurut Hurlock (2008) *self acceptance* terdiri dari pemahaman diri, harapan yang realistis, bebas hambatan di lingkungan, sikap sosial, tekanan emosional, percaya pada kemampuan, identifikasi penyesuaian diri, perspektif diri, dan pola asuh di masa kecil.

### **METODE PENELITIAN**

#### **Identifikasi variabel penelitian**

variabel-variabel dalam penelitian ini sebagai berikut:

**1. Variabel terikat (DV) :** *Body dysmorphic disorder*.

**2. Variabel bebas (IV) :** *Self esteem* dan *Self acceptance*.

**Populasi dan sampel**

**1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMA 109 Jakarta.

**2. Sampel**

teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah saturated sampling. Berjumlah 108 siswi SMA 109 Jakarta.

**Metode pengumpulan data**

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *body dysmorphic disorder* yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Phillips (2009) berjumlah 15 item.

Skala *self esteem* yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Maslow (1991) berjumlah 19 item.

Skala *self acceptance* yang disusun berdasarkan aspek yang di kemukakan oleh Hurlock (2008) berjumlah 32 item.

**Uji daya beda dan reliabilitas**

Berdasarkan hasil uji coba pada skala *self esteem* yang terdiri dari 10 item *favorable* dan 10 *unfavorable*, diperoleh item yang valid sebanyak 19 item dan 1 item yang gugur, dengan *Corrected item – total correlation* berkisar antara 0,321 – 0,751. Dan berdasarkan 19 item yang valid, di dapat koefisien *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,876. Hal ini sesuai dengan kaidah *Guilford* bahwa koefisien *Cronbach’s Alpha* tersebut masuk ke dalam kriteria reliabel.

Berdasarkan hasil uji coba pada skala *self acceptance* yang terdiri dari 20 item *favourable* dan 20 item *unfavourable*, diperoleh item yang valid sebanyak 32 item dan 8 item yang gugur, dengan *corrected item – total correlation* berkisar antara 0,314 - 0,754. Dan berdasarkan 32 item yang valid, di dapat koefisien *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,938. Hal ini sesuai dengan kaidah *Guilford* bahwa koefisien *Cronbach’s Alpha* tersebut masuk ke dalam kriteria sangat reliable.

Berdasarkan hasil uji coba pada skala *body dysmorphic disorder* yang terdiri dari 8 item *favourable* dan 8 item *unfavourable*, diperoleh item yang valid sebanyak 15 item dan 1 item

yang gugur, dengan *corrected item – total correlation* berkisar antara 0,389 - 0,873. Dan berdasarkan 15 item yang valid, didapat koefisien *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,904. Hal ini sesuai dengan kaidah *Guilford* bahwa koefisien *Cronbach’s Alpha* tersebut masuk ke dalam kriteria sangat reliabel.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**Uji normalitas**

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan tabel *Kolmogorov smirnov*, *body dysmorphic disorder* dengan hasil  $p = 0,200$  maka  $p > 0,05$  berarti berdistribusi normal.

**Tabel 1**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
BODY_DYSMORPHIC_DISORDER	,066	108	,200 <sup>*</sup>	,987	108	,383

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

*Self esteem* dengan hasil  $p = 0,200$  maka  $p > 0,05$  berarti berdistribusi normal.

**Tabel 2**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
SELF_ESTEEM	,064	108	,200 <sup>*</sup>	,992	108	,779

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dan *self acceptance* dengan hasil 0,088 maka  $p > 0,05$  berarti berdistribusi normal.

**Tabel 3**

	Case Processing Summary					
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
SELF_ACCEPTANCE	108	100,0%	0	0,0%	108	100,0%

Hal ini menunjukkan bahwa sampel *skala body dysmorphic disorder*, *self esteem*, dan *self acceptance* berdistribusi normal.

### Kategorisasi data penelitian

Berdasarkan hasil pengujian kategorisasi data penelitian pada variabel *self esteem* memiliki pengelompokan kategorisasi dengan  $x < 44$  berada pada kategori rendah,  $x > 70$  berada pada kategori tinggi, dan  $44 \leq x \leq 70$  berada pada kategori sedang. Hasil mean temuan yang dimiliki oleh variabel *self esteem* adalah sebesar 65 dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil pengujian kategorisasi data penelitian pada variabel *self acceptance* memiliki pengelompokan kategorisasi dengan  $x < 75$  berada pada kategori rendah,  $x > 117$  berada pada kategori tinggi, dan  $75 \leq x \leq 117$  berada pada kategori sedang. Hasil mean temuan yang dimiliki oleh variabel *self acceptance* adalah sebesar 111 dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil pengujian kategorisasi data penelitian pada variabel *body dysmorphic disorder* memiliki pengelompokan kategorisasi dengan  $x < 35$  berada pada kategori rendah,  $55 > x$  berada pada kategori tinggi, dan  $35 \leq x \leq 55$ . Hasil mean temuan yang dimiliki oleh variabel *body dysmorphic disorder* adalah sebesar 41 dalam kategori sedang.

### Uji hipotesis

Pada pengujian hipotesis yang pertama menggunakan korelasi *bivariate correlation* antara variabel *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta, maka diperoleh nilai  $r = -0,701$ . Sehingga  $H_0^1$  yang berbunyi “tidak terdapat hubungan antara *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*” ditolak, oleh karena itu  $H_a^1$  yang berbunyi “terdapat hubungan antara *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta” dapat diterima.

**Tabel 4**

Correlations		BODY_DYSMORPHIC_DISORDER	SELF_ESTEEM
BODY_DYSMORPHIC_DISORDER	Pearson Correlation	1	-.701**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	108	108
SELF_ESTEEM	Pearson Correlation	-.701**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	108	108

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pada pengujian hipotesis yang kedua menggunakan *bivariate correlation* antara variabel *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta, maka diperoleh nilai  $r = -0,655$ . Sehingga  $H_0^2$  yang berbunyi “tidak terdapat hubungan antara *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*” ditolak, oleh karena itu  $H_a^2$  yang berbunyi “terdapat hubungan antara *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta” dapat diterima.

**Tabel 5**

Correlations		BODY_DYSMORPHIC_DISORDER	SELF_ACCEPTANCE
BODY_DYSMORPHIC_DISORDER	Pearson Correlation	1	-.655**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	108	108
SELF_ACCEPTANCE	Pearson Correlation	-.655**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	108	108

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pengujian hipotesis ketiga adalah terdapat hubungan antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Berdasarkan pengujian melalui analisis data regresi berganda dengan metode *enter* antara variabel *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* diperoleh nilai  $R = 0,728$ . Hal ini dapat membuktikan bahwa  $H_a^3$  yang berbunyi “terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*” dapat diterima.

**Tabel 6**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.728 <sup>a</sup>	.530	.521	6.991

a. Predictors: (Constant), SELF\_ACCEPTANCE, SELF\_ESTEEM

### Pembahasan hasil penelitian

Berdasarkan hasil analisis penelitian terhadap 108 subjek penelitian menunjukkan

bahwa ada hubungan yang signifikan ke arah negatif antara *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Artinya semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi tingkat kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder*. Begitupun sebaliknya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmania & Yuniar (2012) dengan judul “Hubungan Antara *Self Esteem* Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Remaja Putri” berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dengan *body dysmorphic disorder*.

Kemudian pada analisis yang kedua, terdapat hubungan yang signifikan ke arah negatif antara *self acceptance* dengan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2012) bahwa semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi tingkat kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder*.

Pada analisis ketiga terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nabella (2019) dengan judul “Hubungan Antara *Self Esteem* dan *Self Acceptance* dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Mahasiswi UIN Malang” bahwa terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

## PENUTUP

### Kesimpulan

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Artinya semakin tinggi *self esteem* yang dimiliki oleh siswi SMA 109 Jakarta, maka akan semakin rendah kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder*.

Begitupun sebaliknya apabila semakin rendah *self esteem* yang dimiliki siswi SMA 109

Jakarta maka kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* semakin tinggi.

2. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Artinya semakin tinggi *self acceptance* yang dimiliki maka akan semakin rendah siswi tersebut mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Begitupun sebaliknya apabila semakin rendah *self acceptance* yang dimiliki siswi SMA 109 Jakarta maka kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* semakin tinggi.

3. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dan *self acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi SMA 109 Jakarta. Artinya semakin tinggi *self esteem* dan *self acceptance* yang dimiliki oleh siswi SMA 109 Jakarta maka akan semakin rendah kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder*.

Begitupun sebaliknya apabila semakin rendah *self esteem* dan *self acceptance* yang dimiliki siswi SMA 109 Jakarta maka kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* semakin tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Rosen, J. C., Reiter, J., & Orosan, P. (1995). Cognitive-behavioral body image therapy for body dysmorphic disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*.
- Santrock, John.W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Malida, D.M. (2019). Hubungan antara *self esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan. *Skripsi thesis*, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.



- Phillips, K. A. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder*. New York US:Oxford University Press
- Hurlock. (2008). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga Press.
- Prabowo, A. H. (2012). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswa di Universitas Negeri Malang. *Skripsi* Uniiiversitas Negeri Malang .
- Yunistika P.T. (2018). Kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswi Prodi Psikologi Islam Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang. *Skripsi* Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
- Rahmania, P.N & Yuniar, I. (2012). Hubungan antara Self Esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder. *Skripsi* Psikologi klinis dan kesehatan mental.
- Nurvita, Victoria & Handayani, Muryantinah Mulyo. (2015). Hubungan antara self esteem dengan body image pada remaja awal yang mengalami obesitas. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*.
- Ermanza, G.H. (2008). Hubungan harga diri dan citra tubuh pada remaja putri yang obesitas dari sosok menengah atas. *Skripsi* Universitas Indonesia.
- Normalita, Merlina. (2016). Pengaruh citra tubuh terhadap gejala body disorder yang dimediasi harga diri pada remaja putri. *Psychology and Humanity*.
- Alwisol. (2014). *Psikologi perkembangan*. Malang: UMM Press.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self esteem*. San Francisco: W. H. Freeman and Company.
- Mehmet C., Michael F. Roizen. (2010). *Being beautiful : sehat cantik luar dalam*. Bandung: Qanita.
- Afriliya F.D. (2018). Berfikir positif dan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri. *Skripsi* Universitas Islam Indonesia.
- Diana N.N. (2019). Hubungan self esteem dan self acceptance dengan body dysmorphic disorder pada mahasiswi. *Skripsi* Universitas Islam Negeri Malang.
- Permatasari Vera & Gamayanti Witrin. (2016). Gambaran penerimaan diri (self acceptance) pada orang yang mengalami skizofrenia. *Jurnal ilmiah psikologi*, vol. 3, no. 1.
- Emery, Robert E. (2000). *Essential of abnormal psychology*. USA : Prentice Hall
- Savitri, Deni. (2017). Penerimaan diri pada remaja ODHA. *Skripsi* Universitas Negeri Sunan Ampel Surabaya
- Dewi A.N. (2017). Hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan peserta didik. *Skripsi* Universitas Pendidikan Indonesia.
- Maslim, R (2013). *Diagnosis gangguan jiwa rujukan ringkasan dari PPDGJ-III dan DSM 5*. Jakarta: Buku saku FK Unika Atmajaya.
- Kuncono Teguh. (2016). *Aplikasi komputer psikologi*. Jakarta: Universitas Persada Indoensia YAI.
- Azwar, Saifuddin. (2007). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Azwar, Saifuddin (2014). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiarto. (2001). *Teknik sampling*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Bandung : Alfabeta

Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2010). *Statistika untuk penelitian*. Bandung : Alfabeta.

Arikunto. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.