

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja yaitu masa pubertas atau masa perubahan dalam aspek penampilan secara cepat yang melibatkan, seperti tinggi badan, berat badan serta keseimbangan tubuh. Berdasarkan pendapat dari Neil J., pada tahap perkembangan fisik untuk remaja dimulai pada masa perubahan.¹ Menurut Santrock, fisik, motorik kasar, kekuatan, serta kemampuan aerobik berkembang secara menyeluruh pada akhir masa remaja yaitu usia 18-21 tahun. Perubahan fisik yang terjadi dalam kurun waktu tertentu dapat menyebabkan remaja sangat selektif melihat tubuh mereka serta membangun citra tubuh atau *body image*, yaitu bagaimana remaja mempersepsikan penampilan fisik serta bagaimana sebenarnya mereka dilihat orang lain.²

Remaja mempunyai banyak usaha yang harus dilakukan untuk mengetahui apakah remaja memiliki rasa penerimaan terhadap ukuran tubuh yang dimiliki sehingga mereka dapat menggunakannya secara efektif.

¹Hartini, "Perkembangan Fisik Dan Body Image Remaja," *Islamic Counseling* 1, no. 02 (2017): 27–54.

²John W. Santrok, *Adolescence : Perkembangan Remaja*, 6th ed. (Jakarta: Erlangga, 2003), 26.

Pada umumnya remaja perempuan lebih cenderung memiliki rasa kurang puas dengan keadaan tubuh serta memiliki *body image* negatif daripada remaja laki-laki. Selama masa perubahan 40-50% remaja perempuan ingin menurunkan berat badan serta 10% ingin mendapatkan tubuh yang lebih berisi. Ketidakpuasan tersebut sering terjadi di berbagai bagian tubuh.³ Rendahnya konsep diri serta kurangnya *self-esteem* merupakan salah satu penyebab kegagalan pada remaja untuk berkembang secara fisik.

Adanya kesadaran bahwa berbagai bentuk tubuh akan menyebabkan respon sosial yang berbeda, hal ini menyebabkan individu memiliki ketakutan apabila fisiknya tidak sesuai dengan standar budaya. Ketakutan semacam ini dapat terjadi karena daya tarik fisik memainkan peran penting dalam hubungan sosial. Sebagian orang sering menganggap penampilan itu penting, sehingga setiap individu menginginkan penampilan yang menarik.⁴

Berbagai penyakit kulit seperti jerawat sangat menjadi perhatian bagi remaja, munculnya jerawat sangat mengganggu remaja hal ini mengakibatkan berkurangnya keindahan tubuh. Lemak tubuh juga menjadi perhatian bagi masa remaja. Apabila mereka mempunyai wajah yang menarik, mereka akan diperlakukan lebih baik dalam kegiatan apa pun daripada mereka yang tidak menarik, hal ini menyebabkan remaja mengetahui penampilan fisik sangat berperan penting. Oleh karena itu, remaja akan mencari cara untuk memperbaiki penampilan mereka, bahkan menghabiskan banyak waktu serta

³Dea Nada Fatmala and Martaria Rizky Rinaldi, "Benarkah Self Compassion Dapat Mengurangi Gejala Body Dysmorphic Disorder?," *Psychopolytan: Jurnal Psikologi* 4, no. 2 (2021): 84–91.

⁴Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, 5th ed. (Jakarta: Erlangga, 1991), 211.

melakukan berbagai cara untuk memperbaiki penampilan akan dilakukan para remaja.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 13 remaja akhir perempuan, menyatakan bahwa dalam aspek kognitif 10 remaja memiliki pikiran untuk menutupi kekurangan tubuh yang dianggap membuat mereka tidak percaya diri. Pada aspek afektif 9 remaja memiliki kekhawatiran mengenai penampilan fisik membuat mereka membandingkan dirinya dengan orang lain. Pada aspek konatif 7 remaja sering melakukan aktivitas berkaca untuk mengamati penampilan yang dianggap mempunyai kekurangan, sering menggunakan perawatan wajah, serta menghindari orang-orang disekitarnya dengan kurang bergaul dengan orang lain.

Penilaian individu terhadap tubuhnya sangat dipengaruhi oleh budaya global yang berkembang sangat pesat,⁵ Indonesia memiliki standar kecantikan yang diulas majalah Femina, antara lain awet muda, kulit mulus serta putih, tubuh langsing, pakaian bergaya, riasan tidak berlebihan, seksi serta kuat. Perihal berikut mengakibatkan orang-orang berlomba untuk memenuhi standar kecantikan ini.⁶ Hal ini sejalan dengan banyaknya iklan produk kecantikan yang memberikan gambaran bahwa cantik diartikan secara sempit.

⁵Dea Nada Fatmala, Martaria Rizky Rinaldi, "Benarkah Self Compassion Dapat Mengurangi Gejala Body Dysmorphic Disorder?," *Psychopolytan: Jurnal Psikologi* 4, no. 2 (2021): 84–91.

⁶Ghela Rakhma Islamey, "Wacana Standar Kecantikan Perempuan Indonesia Pada Sampul Majalah Femina," *Jurnal PIKMA: Publikasi Ilmu Komunikasi Media Dan Cinema* 2, no. 2 (2020): 110–19.

Sebuah survei terhadap 30.000 orang di Amerika Serikat, 93% wanita serta 82% pria peduli dengan penampilan mereka serta berusaha memperbaikinya.⁷ Hal ini selaras dengan riset dari Universitas Wesleyan yang menemukan bahwa 91% dari 1.000 wanita berusia antara 18-60 tahun mengatakan mereka berkeinginan mengubah tubuh.⁸ Sedangkan sebuah riset oleh Huda Ghadir ddk (2017), menemukan bahwa 363 pasien yang mengunjungi klinik dermatologi di Qassim, Arab Saudi di atas usia 15 tahun. Hal ini membuktikan usia remaja di atas 15 tahun sudah mulai mementingkan penampilan fisik.⁹

Adanya standar kecantikan yang menimbulkan kecemasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh yang buruk, individu akan terdesak untuk memenuhi standar tersebut. *Body dysmorphic disorder* merupakan salah satu gangguan mental yang ditandai dengan pikiran secara obsesif tentang kelainan atau kecacatan pada fisik, serta individu dengan *body dysmorphic disorder* cenderung mengidentifikasi kekurangan ataupun kecatatan dalam penampilan mereka, padahal dalam kenyataannya kekurangan yang dirasakan tidak ada ataupun hanya sedikit.¹⁰

Penemuan riset terhadap 256 ahli bedah plastik ditemukan 178 orang di antaranya pernah merawat pasien dengan gangguan *body dysmorphic*

⁷Katharine A. Philips, *Understanding and Treating Body Dysmorphic Disorder* (New York: Oxford University Press, 2005), 5.

⁸Fatmawati Fadli, et al., *Apa Itu Psikopatologi? : Rangkaian Catatan Ringkas Tentang Gangguan Jiwa* (Sulawesi: Unimal Press, 2019), 17.

⁹Huda Ghadir Alonazi et al., "Prevalence of Body Dysmorphic Disorder in Patients Attending Dermatology Clinic in Saudi Arabia/Qasim Region," *Journal of Medical Science and Clinical Research* 05, no. 11 (2017): 30471–79.

¹⁰Katharine A. Philips, *Understanding Body Dysmorphic Disorder : An Essential Guide* (Inggris: Oxford University Press, 2009), 18.

disorder. Dalam semua kasus, hanya 1% pasien yang melaporkan penurunan masalah *body dysmorphic disorder* setelah dioperasi.¹¹

Manusia sebagai makhluk dengan bentuk yang paling baik, hal ini sesuai dengan Q.S. *at-Tin* ayat 4;

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya: “*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.*”(Q.S. *at-Tin/95:4*).¹²

Surah At-Tin ayat 4 menjelaskan bahwa Allah menciptakan manusia dalam bentuk paling baik serta rupa yang paling sempurna, jalannya yang lurus dan sempurna, serta semua anggota tubuhnya indah. Hal ini sejalan dengan al-Muhsin dan al-Baidhawi yang menjelaskan bahwa dengan menggunakan kedua kaki individu memperoleh kemampuan untuk berjalan tegak, sehingga memudahkan pergerakan manusia. Meski secara fisik sempurna, manusia bisa meniru gerakan hewan apapun di sekitarnya. Ats-Tsa’alabi berkata bahwa manusia merupakan makhluk yang paling indah. Keindahan ini bisa dilihat dari struktur serta gestur tubuh yang lengkap pada manusia.¹³

Philips menyatakan bahwa individu dengan *body dysmorphic disorder* cenderung perfeksionis dalam hal penampilan. Mereka juga memiliki perilaku

¹¹Fatmawati Fadli, et al, *Apa Itu Psikopatologi? : Rangkaian Catatan Ringkas Tentang Gangguan Jiwa*, 17.

¹²Kementrian Agama RI, *Al-qur’an dan Terjemahannya, Edisi Penyempurnaannya* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-qur’an, 2019), 901.

¹³Adudin Alijaya, *Argumen Ekopedagogi Dalam Al-Qur’an* (Yogyakarta: Penerbit K-Media, 2019), 212.

tidak tegas, sangat emosional terhadap penolakan dan kritik dari orang lain, serta memiliki *self-esteem* yang rendah. Individu yang introvert serta terhambat dalam sosial sering dialami oleh kebanyakan individu dengan *body dysmorphic disorder*.¹⁴

Sikap serta nilai kepribadian merupakan salah satu dari ciri gejala *body dysmorphic disorder* pada remaja perempuan, kebanyakan individu ingin sempurna terutama dalam aspek penampilan.¹⁵ Perfeksionisme merupakan suatu perjuangan untuk menghindari kesalahan serta berusaha mencapai kesempurnaan dalam segala bidang kehidupan. Perfeksionis memiliki standar tinggi, sangat menuntut sehingga mereka tidak pernah puas dengan diri mereka sendiri atau orang lain, serta memiliki persepsi bahwa orang lain ingin dia berhasil dalam menunjukkan segala kelebihan serta tidak ada kejelekan darinya.¹⁶ Individu yang perfeksionis sangat membutuhkan validasi dari orang lain bahwa dirinya diterima serta tidak ditolak oleh orang lain. Perihal berikut membuat mereka berusaha memenuhi ekspektasi masyarakat terkait penampilan fisik serta lebih beradaptasi dengan kriteria daya tarik fisik yang sesuai dengan standar berlaku.¹⁷

Dipercayai bahwa salah satu faktor yang berperam penting dalam perkembangan *body dysmorphic disorder* yaitu *self-esteem*. Berdasarkan riset

¹⁴Katharine A. Philips, *Understanding Body Dysmorphic Disorder : An Essential Guide*, 135.

¹⁵Dea Nada Fatmala, Martaria Rizky Rinaldi, "Benarkah Self Compassion Dapat Mengurangi Gejala Body Dysmorphic Disorder?"

¹⁶Nurhayati, Sukma Noor Akbar, and Marina Dwi Mayangsari, "Hubungan Perfeksionisme Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Akselerasi," *Jurnal Escopy, Universitas Lambung Mangkurat*, 2016, 1–6.

¹⁷Fatmala and Rinaldi, "Benarkah Self Compassion Dapat Mengurangi Gejala Body Dysmorphic Disorder?"

yang dilakukan oleh Rahmania P.N dan Ika Yuniar C. menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri.¹⁸ Dengan demikian, dapat diartikan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan negatif, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* maka kecenderungan *body dysmorphic disorder* semakin rendah, serta sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka kecenderungan *body dysmorphic disorder* semakin besar.

Self-esteem merupakan faktor penting dalam mengembangkan citra tubuh pada individu.¹⁹ *Self-esteem* merupakan rasa penerimaan diri yang bermuara pada bagaimana individu menilai dirinya baik mengarah pada harga diri positif serta negatif.²⁰ *Self-esteem* dapat menjadi alat evaluasi tubuh yang positif, begitu pula sebaliknya jika *self-esteem* rendah meningkatkan kecenderungan negatif individu terhadap citra tubuh, yang berpotensi mengarah pada kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada remaja.²¹

Berdasarkan latar belakang tersebut sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh Perfeksionisme dan *Self Esteem* terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada**

¹⁸Rahmania P.N and Ika Yuniar C., “Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri,” *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental* 1, no. 2 (2012): 102–9.

¹⁹Fatmala and Rinaldi, “Benarkah Self Compassion Dapat Mengurangi Gejala Body Dysmorphic Disorder?”

²⁰Wilis Srisayeksi, David A. Setiady, and Rasyid Bo Sanitioso, “Harga-Diri (Self-Esteem) Terancam Dan Perilaku Menghindar,” *Jurnal Psikologi* 42, no. 2 (2015): 141–56.

²¹Hanifah Tri Mulyarny and Endang Prastuti, “Harga Diri Dan Citra Tubuh Sebagai Prediktor Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Perempuan,” *Jurnal Psikologi Indonesia* 9, no. 2 (2020): 302–18.

Remaja Akhir Perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong” sebagai judul penelitiannya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka permasalahan yang akan dirumuskan ialah sebagaimana dibawah ini:

1. Apakah perfeksionisme berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong?
2. Apakah *self-esteem* berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong?
3. Bagaimana perfeksionisme serta *self-esteem* secara simultan berpengaruh terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong?

C. Tujuan Penelitian

1. Menjelaskan pengaruh perfeksionisme terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.
2. Menjelaskan pengaruh *self-esteem* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.

3. Menjelaskan pengaruh antara perfeksionisme serta *self-esteem* secara simultan terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.

D. Signifikansi Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam beberapa aspek, yaitu manfaat secara teoritis serta praktis, antara lain:

1. Secara Teoritis

Riset berikut diharapkan dapat menjadi bahan refleksi tambahan untuk memperkaya ilmu psikologi, pada intinya psikologi klinis yang berhubungan dengan perfeksionisme, *self-esteem*, serta *body dysmorphic disorder*. Riset berikut juga diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan berpikir serta diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai perihal perfeksionisme, *self-esteem*, serta *body dysmorphic disorder*.

2. Secara Praktis

Riset berikut diharapkan untuk bisa menyumbangkan sejumlah pengetahuan serta informasi kepada publik serta masyarakat umum dimana targetnya adalah remaja mengenai kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Diharapkan juga dapat memberikan gambaran bagi peneliti selanjutnya jika ingin melakukan penelitian mengenai pengaruh perfeksionisme serta *self-esteem* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

E. Definisi Operasional

Dalam rangka mengurangi serta meminimalisir ambiguitas dalam arti istilah yang didefinisikan dalam daftar penelitian serta untuk memfasilitasi ekstraksi ide dari produk penelitian, maka batasan-batasan istilah diidentifikasi serta didefinisikan sebagaimana dibawah ini:

1. Kecenderungan *body dysmorphic disorder*

Menurut Philips, *body dysmorphic disorder* didefinisikan sebagai keasyikan dengan gagasan bahwa individu memiliki cacat fisik, serta perhatian yang berlebihan akan terjadi apabila individu tersebut memiliki kelainan fisik. Kekhawatiran mengenai penampilan harus dikaitkan dengan gangguan serta/ataupun gangguan dalam fungsi (termasuk pekerjaan serta fungsi sosial). *Body dysmorphic disorder* cenderung mengenai kerusakan ataupun kecatatan yang biasanya terjadi pada penampilan fisik, padahal kekurangan atau kecacatan yang dirasakan tidak ada ataupun hanya sedikit.²²

Dalam riset ini diagnosis gangguan *body dysmorphic disorder* tidak dilakukan oleh peneliti, hal ini disebabkan diagnosis hanya dapat dilakukan oleh psikolog atau psikiater. Pada DSM-V untuk *body dysmorphic disorder* terdapat kriteria, seperti keasyikan dengan satu atau lebih cacat penampilan fisik yang tidak terlihat atau tidak signifikan bagi orang lain, ataupun adanya perilaku yang berulang atau perilaku mental sebagai respon terhadap masalah penampilan, menyebabkan penderita mengalami permasalahan secara klinis ataupun sosial, pekerjaan bahkan area fungsi lainnya, serta keasyikan

²²Katharine A. Philips, *Understanding Body Dysmorphic Disorder : An Essential Guide*, 18.

penampilan tidak lebih baik dijelaskan oleh kekhawatiran dengan lemak ataupun berat badan pada individu yang gejalanya memenuhi kriteria diagnostik *eating disorder* (gangguan makan).²³

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* yaitu ketika individu mempunyai kekhawatiran atau perasaan yang tidak puas pada penampilan fisik yang ada pada diri individu tersebut, hal ini menyebabkan timbulnya rasa khawatir serta tidak puas dalam diri individu terhadap dirinya sendiri dalam segi penampilan yang membuat individu memiliki *self-esteem* yang rendah.

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* diukur berdasarkan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* berdasarkan aspek-aspek *body dysmorphic disorder* menurut Philips, yaitu:

a. Preokupasi

Individu dengan gangguan *body dysmorphic disorder* tidak menyukai penampilannya, tetapi mereka juga terobsesi dengan bagian tubuhnya yang terlihat dipermukaan. Kekhawatirannya bisa di area tubuh mana saja, serta individu biasanya melibatkan wajah ataupun kepala paling sering termasuk kulit, rambut, ataupun hidung.

Penampilan preokupasi mempunyai kualitas obsesif yang sering terjadi (kurang dari satu jam sehari) serta biasanya sulit ditolak ataupun dikendalikan, memiliki pikiran yang sangat menyedihkan serta berkaitan

²³Neelam A. Vashi, *Beauty and Body Dysmorphic Disorder: A Clinician's Guide* (London: Switzerland, 2015), 6.

dengan harga diri rendah, kepekaan terhadap penolakan, kecemasan, depresi, rasa cacat, tidak berharga, serta rasa malu.

b. *Distress*

Obsesi terhadap kecacatan menyebabkan distress ataupun tekanan emosional yang parah. Hampir setiap individu dengan gangguan *body dysmorphic disorder* menghindari situasi sosial tertentu, perihal berikut karena individu sangat malu pada dirinya sendiri serta malu yang ekstrim tentang penampilan mereka di depan orang lain. Individu melihat diri mereka sebagai tidak menarik, jelek, ataupun cacat oleh orang lain.²⁴ Sebagian besar individu berfokus pada pikiran atau fantasi, serta percaya bahwa orang lain memperhatikan dengan seksama serta mengucilkan mereka dari keramaian dengan cara negatif, seperti menatap, membicarakan, atau menertawakannya karena cara individu berperilaku.

Dari pengertian kecenderungan *body dysmorphic disorder* menurut Philips, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan suatu persepsi dari individu yang memiliki kekurangan pada penampilan, walaupun penampilan tersebut cenderung kecil bahkan tidak ada. Individu melakukan segala cara untuk menutupi kekurangan tersebut. Kecenderungan *body dysmorphic disorder* diukur menggunakan aspek-aspek preokupasi serta distress terhadap remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.

²⁴Katharine A. Philips, *Understanding Body Dysmorphic Disorder : An Essential Guide*, 17–20.

2. Perfeksionisme

Menurut Hewitt serta Flett, perfeksionisme merupakan suatu tindakan untuk mendapatkan kesempurnaan dimana adanya standar yang tinggi untuk dirinya, orang lain, serta memiliki asumsi bahwa orang lain memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap dirinya.

Perfeksionisme dikaitkan dengan sejumlah konsekuensi negatif seperti kegagalan karakter, rasa bersalah, keraguan, penundaan, rasa malu, serta rendah diri. Kesulitan penyesuaian ini dianggap berasal dari kecenderungan perfeksionis seperti menetapkan standar yang tidak realistis, fokus yang terlalu selektif, penyamarataan kegagalan yang berlebihan, penilaian diri yang terlalu ketat, serta kecenderungan untuk berpikir semua atau tidak sama sekali. Hasilnya hanya berhubungan dengan keberhasilan atau kegagalan mutlak.²⁵

Perfeksionis dapat diukur dengan skala perfeksionisme berdasarkan dimensi-dimensi menurut dari Hewitt serta Flett, yaitu:

- a. *Self oriented perfectionism* (perfeksionisme yang berorientasi pada diri sendiri)

Individu memiliki penilaian dimana dirinya menetapkan standar yang sangat tinggi, tidak realistis, serta sangat kritis kepada diri sendiri. Individu mencermati setiap kekurangan, kesalahan, merenungkan serta menyalahkan diri sendiri jika tidak sesuai dengan standar yang ditetapkan oleh individu tersebut.

²⁵Paul L. Hewitt, Gordon L. Flett, "Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology," *Journal of Personality and Social Psychology* 60, no. 3 (1991): 456–70.

b. *Other oriented perfectionism* (perfeksionisme berorientasi lainnya)

Individu memiliki harapan yang tidak realistis bahwa orang lain akan memenuhi standar-standarnya, serta individu terlalu peka terhadap kekurangan atau kesalahan orang lain secara berlebihan, seperti sedih serta marah karena orang lain tidak memenuhi ekspektasi dari individu tersebut.

c. *Socially prescribed perfectionism* (perfeksionisme yang ditentukan secara sosial)

Individu merasa bahwa orang lain cenderung menuntut serta memiliki ekspektasi tinggi yang luar biasa terhadap dirinya agar selalu melakukan segalanya dengan standar yang tidak realistis.²⁶

Dari pengertian perfeksionisme menurut Hewitt serta Flett, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa perfeksionisme merupakan perilaku yang memiliki standar tinggi untuk dirinya, serta orang lain, juga memiliki persepsi bahwa orang-orang memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap dirinya. Perfeksionisme diukur menggunakan dimensi-dimensi *self oriented perfectionism*, *other oriented perfectionism*, serta *socially prescribed perfectionism* terhadap remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.

3. *Self-esteem*

Menurut Rosenberg, *self-esteem* merupakan persepsi diri yang bersifat positif maupun negatif terhadap diri sendiri. Terdapat dua konotasi dalam *self-esteem* yang cukup berbeda. Pertama, *self-esteem* tinggi merupakan

²⁶ Paul L. Hewitt, "Perfecting, Belonging, and Repairing: A Dynamic-Relational Approach to Perfectionism," *Canadian Psychology* 61, no. 2 (2020): 101–10.

individu yang berpikir dirinya sangat baik. Kedua, konotasi yang sangat berbeda karena individu merasa dirinya cukup baik. Dengan demikian, individu merasa lebih unggul dari orang lain, tetapi dalam hal ini individu merasa tidak mampu memenuhi standar tertentu yang telah ditetapkan individu. Sebaliknya, individu mungkin menganggap dirinya sebagai orang rata-rata tetapi cukup puas dengan dirinya yang dapat amati.²⁷

Self-esteem dapat diukur dengan skala *self-esteem* berdasarkan aspek-aspek menurut Rosenberg, yaitu:

a. *Competence* (Kompeten)

Perihal berikut berhubungan dengan kemampuan individu yang merasa berguna serta berhasil dalam melakukan sesuatu. Suatu keadaan dimana individu merasa mampu serta berhasil melakukan sejumlah hal dalam hidupnya. *Competence* merupakan hasil dari keberhasilan memanipulasi lingkungan fisik maupun sosial yang berhubungan dengan realisasi pencapaian tujuan. Individu yang memiliki *competence* yang positif cenderung merasa memiliki kemampuan yang baik serta puas dengan kemampuannya, sedangkan individu dengan *competence* yang negatif cenderung merasa memiliki kemampuan yang buruk serta merasa tidak puas dengan kemampuannya sendiri.²⁸

²⁷Morris Rosenberg, *Society and the Adolescent Self-Image* (Princeton: Princeton University Press, 1965), 18.

²⁸Christopher J. Mruk, *Self-Esteem Research, Theory, and Peactive*, 3rd ed. (New York: Springer Publishing Company, 2006), 27.

b. *Worth* (Bernilai)

Perihal berikut berhubungan dengan afektif keberhargaan individu akan dirinya sendiri dilingkungan sosial, apakah dirinya merupakan seseorang yang baik atau buruk. Hal ini mengacu pada penilaian sosial individu dalam menetapkan dirinya sendiri, terlepas dari bagaimana individu tersebut berpikir mengenai orang lain melihat dirinya.²⁹

Dari pengertian *self-esteem* menurut Rosenberg, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *self-esteem* merupakan persepsi seorang individu mengenai dirinya yang bersifat positif maupun negatif. *Self-esteem* diukur menggunakan aspek-aspek *competence* serta *worth* terhadap remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.

F. Penelitian Terdahulu

1. Studi tahun 2019 berjudul “*Body Dysmorphic Disorder Symptoms and Quality of Life: The Role of Clinical and Demographic Variables*” oleh Sophie C. Schneider, et al. Metode yang digunakan dalam riset berikut ialah metode kuantitatif dengan penemuan riset menunjukkan bahwa selisih keduanya ialah 0,023 dengan signifikansi $0,01 < 0,05$. Artinya, ada korelasi positif antara *body dysmorphic disorder* serta perbedaan kualitas kehidupan.³⁰ Persamaan dalam riset berikut adanya penggunaan

²⁹Christopher J. Mruk, 13–16.

³⁰Sophie C. Schneider et al., “Body Dysmorphic Disorder Symptoms and Quality of Life: The Role of Clinical and Demographic Variables,” *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorder* 21, 2019.

variabel *body dysmorphic disorder*, namun variabel pada penelitian ini ialah variabel independen, sedangkan variabel dalam riset yang akan dilakukan peneliti menggunakan variabel dependen. Perbedaan dari riset ini ialah penggunaan subjek, subjek pada riset ini menggunakan mahasiswa psikologi di Australia, sedangkan subjek riset yang digunakan peneliti ialah remaja perempuan akhir dari daerah Tanjung.

2. Riset yang berjudul “Kebersyukuran Terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Wanita Dewasa Awal” oleh Ratih Adriani, Akhmad Sagir, serta Mahdia Fadhila pada tahun 2021. Pada riset ini menggunakan metode kuantitatif, penemuan riset menunjukkan bahwa selisih keduanya ialah -0,924 dengan signifikansi $0,001 < 0,05$ yang berarti koefisiennya negatif yang artinya adanya hubungan negatif antara syukur dengan *body dysmorphic disorder*.³¹ Persamaan riset ini dengan riset yang dilakukan oleh peneliti terletak pada masalah *body dysmorphic disorder*. Pada riset berikut ini memiliki perbedaan antara riset yang dilakukan peneliti ialah pada subjek serta variabel independen, riset ini menggunakan wanita dewasa, sedangkan subjek dalam riset yang dilakukan oleh peneliti ialah remaja akhir perempuan. Serta pada riset sebelumnya hanya digunakan satu variabel independen yakni rasa syukur, sedangkan pada riset ini digunakan dua variabel independen yakni perfeksionisme serta *self-esteem*.

³¹Ratih Adriani, Akhmad Sagir, and Mahdia Fadhila, “Kebersyukuran Terhadap Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Terhadap Wanita Dewasa Awal,” *Taujihat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, no. 2 (2021): 133–50.

3. Pada riset yang telah dilaksanakan tahun 2019 oleh Yosa Rizkia Manaf, Kondang Badiani, serta Nadia Anjani Rasmardini berjudul “Hubungan antara Perfeksionisme dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Remaja”. Metode penelitian yang digunakan ialah metode kuantitatif dimana penemuan riset menunjukkan bahwa koefisien korelasi ialah 0,318 dengan signifikansi $0,01 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara perfeksionisme serta *body dysmorphic disorder*.³² Persamaan dalam riset berikut terletak pada variabel independen serta dependen yakni perfeksionisme serta *body dysmorphic disorder*. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel independen dikarenakan pada riset ini hanya menggunakan dua variabel, namun pada riset yang dilakukan peneliti menggunakan tiga variabel dengan variabel independen ialah perfeksionisme serta *self-esteem*, variabel dependen ialah *body dysmorphic disorder*.
4. Selanjutnya sebuah riset tahun 2021 berjudul “*Body Dysmorphic Disorder and Self-Esteem: A Meta-analysis*” oleh Nora Kuck, et al. Metode penelitian yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan penemuan riset menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,42 dengan signifikansi $0,001 < 0,05$ antara tingkat keparahan gejala *body dysmorphic disorder* serta *self-esteem* yang negatif dengan

³²Yosa Rizkia Manaf, Kondang Budiyati, and Nadya Anjani Rismardini, “Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja,” *Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 2019.

menggunakan meta-analisis.³³ Persamaan variabel yang digunakan dalam riset ini dengan yang dilakukan peneliti yakni *body dysmorphic disorder* serta *self-esteem*. Namun perbedaan riset ini ialah adanya pertukaran antara variabel dengan riset yang dilakukan peneliti, variabel independen pada riset ini ialah *body dysmorphic disorder* serta variabel dependen ialah *self-esteem*, sedangkan riset yang dilakukan peneliti variabel independen ialah *self-esteem* serta variabel dependen ialah *body dysmorphic disorder*.

5. Kemudian riset berikut dilakukan oleh Santa Septia Asudyanti serta Hamidah pada tahun 2018 berjudul “Hubungan Perfeksionisme dengan Kecenderungan *Muscle Dysmorphia* pada Pria Dewasa Awal Pengguna Pusat Kebugaran.” Riset ini menggunakan metode kuantitatif yang diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,399 dengan signifikan $0,000 < 0,05$. Perihal berikut menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif serta sangat signifikan antara perfeksionisme serta kecenderungan *muscle dysmorphia*. Persamaan riset ini dengan riset yang dilakukan peneliti yakni perfeksionisme. Sedangkan perbedaan antara riset ini ialah perbedaan subjek serta variabel, karena pada penelitian ini hanya digunakan dua variabel yakni perfeksionisme serta *muscle dysmorphia*. Serta riset yang digunakan peneliti menggunakan variabel yang berbeda yakni *body dysmorphic disorder*, serta subjeknya ialah remaja akhir perempuan.

³³Nora Kuck et al., “Body Dysmorphic Disorder and Self-Esteem: A Meta-Analysis,” *BMC Psychiatry* 21, no. 310 (2021): 1–16.

G. Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

- a. Adanya pengaruh yang positif perfeksionisme terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.
- b. Adanya pengaruh yang negatif *self-esteem* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.
- c. Adanya pengaruh antara perfeksionisme dan *self-esteem* secara simultan terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.

2. Hipotesis Nol (Ho)

- a. Tidak adanya pengaruh yang positif perfeksionisme terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.
- b. Tidak adanya pengaruh yang negatif *self-esteem* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.
- c. Tidak adanya pengaruh antara perfeksionisme serta *self-esteem* secara simultan terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akhir perempuan di Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong.

H. Sistematika Penulisan

Agar lebih mempermudah penyusunan dalam penulisan penelitian, maka di olah sistematika penelitian sebagaimana dibawah ini:

1. Bab I: Pendahuluan

Bagian berikut akan memaparkan uraian singkat mengenai latar belakang masalah, pertanyaan penelitian, tujuan serta signifikansi penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu yang serupa dengan riset berikut, serta sistematika penulisan.

2. Bab II: Kajian Teori dan Kerangka Berpikir

Bagian berikut memuat serta menjabarkan penjelasan mengenai tinjauan teoritis yang menjadi pembahasan masalah. Dengan variabel-variabel didalam riset berikut ialah perfeksionisme, *self-esteem* serta *body dysmorphic disorder*.

3. Bab III: Metode Penelitian

Bagian berikut memuat serta menjabarkan metode penelitian yang di dalamnya terdapat jenis penelitian, lokasi yang digunakan, populasi serta sampel, sumber data, teknik pengumpulan data, serta instrument penelitian.

4. Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bagian berikut memuat serta menjabarkan gambaran umum lokasi penelitian, uji instrument, uji asumsi, uji hipotesis, serta pembahasan mengenai variabel-variabel yang diteliti

5. Bab V: Kesimpulan serta Rekomendasi

Bagian berikut memuat serta menjabarkan kesimpulan dari riset berikut serta saran sebagai penutup sesuai pembahasan yang dijelaskan peneliti.