

Hubungan Antara *Self-Acceptance* Terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Remaja Putri Di Sma X Kota Tegal

Aditya Septi Pratiwi Kusuma Putri¹, Ratna Supradewi²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

¹ Dosen, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

*Corresponding Author:

Email: supradewi@std.uniissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik mengenai hubungan *self-acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA X Kota Tegal. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster sampling*. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri yang berjumlah 249 siswi dan sampel penelitian sebanyak 55 siswi. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala yang terdiri dari skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan skala *self-acceptance*. Skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* berjumlah 19 aitem memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,903 dan skala *self-acceptance* yang terdiri dari 28 aitem memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,949. Teknik analisis data menggunakan *product moment pearson*. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai r_{xy} sebesar -0,752 dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti hipotesis dapat diterima. Artinya terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self-acceptance* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA X Kota Tegal.

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

Abstrack

This study aims to empirically examine the relationship between self-acceptance and the tendency for body dysmorphic disorder among female adolescents at X High School in Tegal City. The sampling technique used in this research is cluster sampling. The population consists of 249 female students, with a sample size of 55 students. This study employs measurement tools in the form of scales, which include a scale for the tendency toward body dysmorphic disorder and a scale for self-acceptance. The body dysmorphic disorder tendency scale consists of 19 items with a reliability coefficient of 0.903, while the self-acceptance scale consists of 28 items with a reliability coefficient of 0.949. Data analysis was conducted using Pearson's product-moment correlation. The hypothesis test results indicate an r_{xy} value of -0.752 with a significance level of 0.000 ($p < 0.05$), which means the hypothesis is accepted. This indicates a significant negative relationship between self-acceptance and the tendency for body dysmorphic disorder among female adolescents at X High School in Tegal City.

Keywords: *Social kecenderungan body dysmorphic disorder, self-acceptance.*

1. PENDAHULUAN

Menurut Santrock (2007) remaja adalah masa peralihan individu dari kanak-kanak menjadi dewasa yang meliputi perubahan biologis, kognitif, serta aspek sosio-emosional. Masa remaja menjadi proses penting dalam pembentukan kepribadian secara fisik, emosi, dan sosial. Pola pikir remaja dapat berubah sebagai bentuk transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke dewasa untuk mencari identitas diri (Salsabilla & Maryatmi, 2023). Remaja merupakan individu dengan umur 12 sampai 18 tahun (Hurlock, 1981). Rentang usia remaja pada wanita adalah antara 12 hingga 21 tahun, sementara pada pria berkisar antara 13 hingga 22 tahun. Usia remaja awal mencakup rentang umur 12 atau 13 sampai 17 atau 18 tahun, sedangkan remaja akhir mencakup umur 17 atau 18 tahun sampai 21 atau 22 tahun.

Remaja mengalami perkembangan sosial dan emosional yang kompleks, yang membuat mereka lebih rentan terhadap tekanan eksternal. Terutama remaja putri sering berusaha untuk dianggap menarik dan diterima oleh kelompok sebaya, yang dapat memicu perilaku obsesif terhadap penampilan (Tiggemann, 2003). Remaja putri merasa tertekan untuk memenuhi harapan sosial, ekspektasi masyarakat dan budaya yang berhubungan dengan kecantikan, sehingga mereka menginternalisasi citra tubuh yang ideal (Grabe dkk., 2019). Salah satu masalah perkembangan remaja, menurut Hurlock (1997), menerima perubahan fisik dan kondisi penampilan merupakan beberapa dari tugas perkembangan remaja. Namun tidak sedikit remaja yang sejak kecil sulit untuk menerima kondisinya sehingga mempersulit penerimaan diri khususnya dalam penampilan sampai beranjak dewasa. Dibutuhkan waktu yang tidak sedikit untuk memperbaiki berpenampilannya agar sesuai dengan keinginan.

Penelitian menunjukkan bahwa remaja putri lebih cenderung mengalami masalah terkait citra tubuh dibandingkan remaja putra, yang dapat dihubungkan dengan perbedaan dalam sosialisasi gender dan tekanan budaya untuk memenuhi standar kecantikan (Perloff, 2014). Pembentukan citra tubuh dan penerimaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja putri. Seiring dengan perkembangan teknologi informasi dan media sosial, tantangan tersebut semakin bertambah kompleks. Pada era digital saat ini, media sosial memainkan peran besar dalam membentuk standar kecantikan dan penampilan ideal, yang sering kali tidak realistis. (Perloff, 2014) Hal ini dapat mempengaruhi remaja khususnya remaja putri, terutama dalam hal bagaimana mereka memandang tubuh dan citra diri mereka (Fardouly dkk., 2015). Oleh sebab itulah tidak sedikit remaja yang terobsesi dengan penampilan menarik serta sesuai standar fisik di masyarakat maupun di media sosial (Salsabilla & Maryatmi, 2023). Kondisi ini diperkuat oleh temuan Rahma dan Herdajani (2024) dalam penelitian terhadap remaja putri kelas XI di SMA X, yang menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara citra tubuh dan harga diri dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Body Dysmorphic Disorder (BDD) merupakan salah satu pemicu individu mengalami penurunan dalam menerima diri dengan positif, hal tersebut berpotensi menjadi penyebab munculnya gangguan terhadap citra tubuh. Istilah BDD juga digunakan untuk menjelaskan kondisi ketika individu terlalu terfokus pada penampilan fisik dan mengabaikan berbagai hal lain di sekitarnya, umum diistilahkan preokupasi. Kondisi ini juga memunculkan distress dan menurunkan fungsi secara sosial. Contohnya adalah jerawat dikeluhkan individu sebagai bentuk gangguan dismorfik tubuh, sehingga membuatnya merasa bahwa teman-temannya mempermalukan, mengejek, dan menghindarinya karena jerawat. Oleh sebab itu, mereka berupaya mengatasi jerawat melalui suntikan dari dokter kecantikan atau krim obat jerawat. Jika pengobatan tersebut tidak memberikan hasil yang diharapkan, penderita gangguan dismorfik tubuh cenderung insecure yang mendorong mereka untuk menghindari interaksi sosial dan berperilaku menyamar dengan menggunakan atribut yang menutupi penampilan mereka, seperti masker.

American Psychiatric Association and *National Health Service (NHS)* Inggris menjelaskan bahwa *body dysmorphic disorder* disingkat BDD merupakan keadaan gangguan mental yang termanifestasi pada individu secara berlebihan menghabiskan waktu untuk memikirkan kekurangan pada penampilannya, meskipun kekurangan tersebut sering kali tidak terlihat oleh orang lain. Gangguan *body dysmorphic* dapat menyebabkan penderita merasa sangat cemas dan tidak puas terhadap aspek penampilan yang dianggap tidak sempurna, meskipun sebenarnya tidak terlihat oleh orang lain. Individu yang mengalami BDD sering kali berusaha menyembunyikan atau memperbaiki "kekurangan" tersebut melalui berbagai prosedur kosmetik yang sebenarnya tidak diperlukan pada dirinya (Hartmann dkk., 2015).

Secara psikologis, *body dysmorphic disorder (BDD)* dapat terjadi ketika seseorang mengalami ketidakpuasan yang ekstrem terhadap penampilan fisik, yang disertai dengan distorsi persepsi diri. Gangguan ini sering kali dipicu oleh faktor psikologis seperti rendahnya *self-acceptance*, *self-esteem*, pengalaman bullying, serta pengaruh lingkungan sosial dan media yang menonjolkan standar kecantikan yang tidak realistis. Individu dengan BDD biasanya memiliki obsesi yang mendalam terhadap kekurangan fisik yang dianggap tidak signifikan oleh orang lain, yang dapat menyebabkan perasaan cemas, depresi, dan perilaku kompulsif untuk menyembunyikan atau memperbaiki penampilan mereka (Möllmann dkk., 2017). Kondisi ini juga dapat diperburuk oleh faktor genetik dan neurobiologis yang mempengaruhi regulasi emosi dan citra tubuh.

Self-acceptance yang rendah sering diasumsikan sebagai salah satu penyebab seseorang mengalami BDD. Rendahnya *Self-Acceptance* meningkatkan resiko seorang individu merasa tidak puas dengan fisiknya. *Self-Acceptance* secara khusus dipahami sebagai kemampuan individu untuk tidak menghakimi diri sendiri dan menerima dirinya baik itu kelebihan maupun kekurangannya. Merujuk pada Hurlock (1997) dipahami bahwa penerimaan diri yang cukup atau tinggi pada seorang individu membantunya untuk tidak mengkritik dan menerima segala hal termasuk kekurangannya. Individu yang mampu menerima diri cenderung lebih mudah menyukai diri sendiri, sehingga orang lain juga semakin mudah untuk menerima. Karademas dan Tsaousis (2014) juga menunjukkan bahwa *self-acceptance* dapat mengurangi gejala kecemasan dan depresi, serta berperan penting dalam kesehatan mental secara keseluruhan.

Sebelumnya terdapat beberapa penelitian yang membahas korelasi antara *self-Acceptance* dengan kecenderungan BDD. Dalam penelitian Prabowo (2017) yang dilakukan pada subjek dengan rentang usia 18 sampai 22 tahun sejumlah 112 responden, ditemukan bahwa penerimaan diri dan BDD berkorelasi signifikan secara negatif. Hasilnya, 50,89% subjek memiliki penerimaan diri rendah dan 53,57% mengalami *body dysmorphic disorder* tinggi. Korelasi yang ditemukan adalah $r=-0,991$ dan $p=0,000<0,05$. Penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang lebih mampu menerima dirinya dan merasa puas dengan penampilan, berdampak pada baiknya kesehatan mental (Tylka & Wood-Barcalow, 2015). Sebaliknya, rendahnya penerimaan diri dapat memperburuk ketidakpuasan terhadap citra tubuh, meningkatkan risiko gangguan seperti *Body Dysmorphic Disorder (BDD)*.

Penelitian Amalia Nabilah Fatin (2023) Berdasarkan data yang diperoleh, dari total 226 responden yang merupakan mahasiswi UIN Malang, ditemukan 129 (57,1%) mahasiswa berada pada tingkat penerimaan diri yang sedang dan pada kategori yang sama ditemukan 119 (52,7%) mahasiswa memiliki kecenderungan BDD. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan *self-acceptance* penting agar mahasiswi mampu mengatasi kecenderungan BDD, dengan semakin tingginya *self-acceptance*, kecenderungan BDD cenderung menurun.

Penelitian Azzura dan Andjarsari (2023) yang melibatkan 108 siswi SMA 109 Jakarta. Hasilnya menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat penerimaan diri dalam kategori sedang, dengan skor 111, dan menunjukkan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh yang juga tergolong sedang, dengan skor 41. Selanjutnya, penelitian ini menemukan hubungan yang terbalik dengan skor R sebesar 0,655 antara penerimaan diri dengan kecenderungan BDD. Dengan

demikian dinyatakan bahwa penerimaan diri yang lebih tinggi meminimalisir kecenderungan BDD.

Faktor lingkungan, termasuk dukungan dari keluarga dan teman, sangat memengaruhi tingkat *self-acceptance*. Remaja putri yang menerima dukungan positif cenderung memiliki citra tubuh yang lebih sehat. Namun, paparan media sosial dan iklan yang menampilkan citra tubuh ideal yang tidak realistis dapat mengganggu penerimaan diri, membuat remaja merasa tidak cukup baik (Harrison & Hefner, 2014). Penelitian oleh Wong dkk. (2021) menegaskan bahwa remaja dengan penerimaan diri yang rendah lebih rentan terhadap perilaku obsesif terkait penampilan dan dapat mengembangkan BDD.

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti ingin mengetahui korelasi antara *self-acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA X Kota Tegal. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah pada variabel, subjek, objek penelitian serta teori yang berbeda dari penelitian sebelumnya. Penelitian- Penelitian sebelumnya cenderung fokus pada remaja secara general.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain yang bersifat korelasional. Metode ini bertujuan untuk mengukur hubungan antara variabel secara objektif dan sistematis. Terdapat dua variabel utama dalam penelitian ini, yaitu kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) sebagai variabel tergantung (Y) dan *self-acceptance* sebagai variabel bebas(X). Penerimaan diri merujuk pada kemampuan individu menerima diri apa adanya, termasuk kelebihan dan kekurangan. sedangkan, kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) adalah kondisi psikologis berupa kekhawatiran berlebihan terhadap cacat atau kekurangan kecil pada penampilan.

Data dikumpulkan melalui dua tahap. Tahap pertama adalah tahap pengujian alat ukur yang di selenggarakan pada tanggal 10 Desember 2024, melibatkan 55 siswi sebagai subjek uji coba. Estimasi realibilitas skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) terdiri dari 30 aitem, dilakukan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Setelah uji daya beda aitem, skala direduksi menjadi 19 aitem dengan nilai reliabilitas 0,844, sehingga dinyatakan reliable. Sementara itu, skala *self-acceptance* yang awalnya terdiri dari 30 aitem direduksi menjadi 28 aitem dengan nilai reliabilitas 0,958, juga dinyatakan reliable.

Tahap kedua adalah pelaksanaan penelitian utama, yang berlangsung pada tanggal 8 Januari 2025. Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan menerapkan teknik cluster sampling, yang melibatkan 249 siswi SMA X Kota Tegal. Pengukuran data dilakukan menggunakan dua skala psikologi; skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* berdasarkan Phillips (2009) dan skala *self-acceptance* berdasarkan Hurlock (2002).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

a. Uji Asumsi

Pengujian asumsi dilakukan untuk mengevaluasi normalitas dan linearitas pada data yang telah diperoleh sebelumnya. Proses pengujian ini dilaksanakan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 27.0.

1) Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh mengikuti distribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan metode *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Hasil dari uji normalitas yang telah dilaksanakan disajikan berikut ini:

Tabel 3. Uji Normalitas *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* Variabel Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder (BDD)* dan *Self-Acceptance*

Variabel	Mean	SD	KS-Z	Sig.	Ket.
<i>Body Dysmorphic Disorder</i>	48,55	9,650	0,073	0,062	Normal
<i>Self-Acceptance</i>	67,14	14,542	0,074	0,054	Normal

Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Z*. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,062 ($p > 0,05$) untuk variabel *body dysmorphic disorder* dan 0,054 ($p > 0,05$) untuk variabel *self-acceptance*. Hal ini mengindikasikan bahwa kedua variabel tersebut memiliki distribusi yang normal.

2) Uji Linearitas

Hasil uji linearitas antara variabel resiliensi akademik dan motivasi berprestasi menunjukkan nilai Flinier sebesar 1,115 dengan taraf signifikansi 0,319 ($p > 0,05$). Hal ini mengindikasikan adanya hubungan yang linear antara variabel *body dysmorphic disorder* dan variabel *self-acceptance*

3) Uji Hipotesis

Penelitian ini dilakukan dengan teknik *Product Moment Pearson* untuk menguji hubungan, guna mengetahui apakah terdapat hubungan yang negatif antara *self-acceptance* dengan Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada siswi. Hasil analisis menunjukkan nilai r_{xy} sejumlah -0,752 dengan tingkat signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini menandakan adanya hubungan negatif, yaitu semakin tinggi *self-acceptance* siswi, semakin rendah tingkat cenderung *body dysmorphic disorder* pada siswi.

b. Deskripsi Tabel

Deskripsi variabel adalah gambaran mengenai data yang diperoleh dari subjek penelitian berdasarkan variabel yang diukur. Kategorisasi dilakukan menggunakan distribusi normal dengan pembagian subjek berdasarkan tingkat skor dari masing-masing variabel.

Tabel 1. Deskripsi Skor Skala Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder (BDD)*

	Empirik	Hipotetik
Standar Deviasi (SD)	9,650	9,5
Mean (M)	48,85	47,5
Skor Maksimum	76	76
Skor Minimum	23	19

Tabel 2. Deskripsi Skor Skala *Self-Acceptance*

	Empirik	Hipotetik
Standar Deviasi (SD)	14,542	14
Mean (M)	67,14	70
Skor Maksimum	110	112
Skor Minimum	35	28

Berdasarkan tabel yang tersedia, dapat disimpulkan bahwa rata-rata empiric Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah 48,85 yang menunjukkan nilai lebih tinggi dibandingkan rata-rata hipotetik sebesar 47,5 sehingga dapat diklasifikasikan dalam kategori sedang. Hal serupa juga terlihat pada *Self-Acceptance* dengan rata-rata empirik 67,14 yang melampaui rata-rata hipotetik sebesar 70, dan hal ini termasuk dalam kategori sedang.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *self-acceptance* dan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada remaja putri di SMA X Kota Tegal. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = -0,752$ dan nilai signifikansi $p < 0,05$, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *self-acceptance*, semakin rendah kecenderungan remaja putri untuk mengalami BDD. Remaja dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi cenderung lebih mampu menerima keadaan fisik, sehingga risiko mengalami gangguan psikologis seperti BDD menjadi lebih kecil. Sebaliknya, rendahnya *self-acceptance* dapat meningkatkan kecenderungan remaja untuk merasa tidak puas terhadap penampilan fisik, yang berpotensi memicu gejala BDD.

Hasil penelitian ini konsisten dengan studi sebelumnya oleh Shanti dkk. (2022), yang menunjukkan bahwa *self-acceptance* memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap kecenderungan BDD dengan nilai $r_{xy} = -0,745$ dan $p < 0,05$. Penelitian lain oleh Cahyaningrum dkk. (2024) juga mendukung temuan ini, di mana *self-acceptance* ditemukan memiliki hubungan negatif signifikan dengan kecenderungan BDD, dengan tingkat signifikansi $p = 0,001$ dan nilai koefisien Beta sebesar $-0,412$. Penerimaan diri yang baik memungkinkan remaja untuk lebih fokus pada aspek positif dari diri sendiri, mengurangi perbandingan sosial yang tidak sehat, serta meningkatkan kemampuan dalam mengelola perasaan negatif terkait penampilan fisik. Hal ini membantu untuk tidak mudah terpengaruh oleh standar kecantikan yang tidak realistis dan lebih percaya diri dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini menegaskan bahwa *self-acceptance* merupakan faktor penting dalam mencegah kecenderungan BDD pada remaja putri. Dengan meningkatkan penerimaan diri, remaja dapat lebih menghargai diri mereka sendiri tanpa terlalu terpengaruh oleh tekanan sosial atau standar kecantikan yang tidak realistis. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada penguatan *self-acceptance* dapat menjadi langkah preventif yang efektif untuk mengurangi risiko munculnya gangguan psikologis seperti BDD di kalangan remaja putri.

4. KESIMPULAN

Informasi yang diperoleh dari studi ini, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini terbukti akurat dan dapat diterima. Hasil analisis menunjukkan adanya keterkaitan negatif yang signifikan antara *self-acceptance* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA X Kota Tegal. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *self-acceptance* yang dimiliki oleh individu, semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Sebaliknya, semakin rendah *self-acceptance*, semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Hasil uji korelasi menunjukkan nilai r_{xy} sebesar $-0,752$ yang mengindikasikan korelasi yang signifikan antara kedua variabel.

Hasil ini mendukung teori bahwa *self-acceptance* memiliki hubungan negatif dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri di SMA X Kota Tegal. Semakin tinggi tingkat penerimaan diri, semakin rendah kecenderungan individu untuk mengalami gangguan tersebut. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima sepenuhnya.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-V)*. American Psychiatric Publishing.
- Azzura, S. S., & Andjarsari, F. D. (2023). Hubungan Antara Self Esteem dan Self Acceptance dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Siswi SMA 109 Jakarta. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 106–115. <http://journals.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/download/2147/1568>
- Cahyaningrum, A. A., Efendy, M., & Pratikto, H. (2024). Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja: Adakah peranan Self Acceptance? *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 417–432.
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 13, 38–45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.001>
- Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2019). The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological bulletin*, 134(3), 460–476. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- Harrison, K., & Hefner, V. (2014). Virtually Perfect: Image Retouching and Adolescent Body Image. *Media Psychology*, 17. <https://doi.org/10.1080/15213269.2013.770354>
- Hartmann, A. S., Thomas, J. J., Greenberg, J. L., Elliott, C. M., Matheny, N. L., & Wilhelm, S. (2015). Anorexia nervosa and body dysmorphic disorder: A comparison of body image concerns and explicit and implicit attractiveness beliefs. *Body Image*, 14, 77–84. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.03.013>
- Hurlock, E. B. (1981). *Developmental Psychology Life Span Approach* (5 ed.). Tata Mc. Graw Hill.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan rentang kehidupan* (5 ed.). Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan* (5 ed.). Erlangga.
- Karademas, E. C., & Tsaousis, I. (2014). The relationship of patient and spouse personality to cardiac patients' health: Two observational studies of mediation and moderation. *Annals of Behavioral Medicine*, 47(1), 79–91. <https://academic.oup.com/abm/article-abstract/47/1/79/4563908>
- Möllmann, A., Dietel, F. A., Hunger, A., & Buhlmann, U. (2017). Prevalence of body dysmorphic disorder and associated features in German adolescents: A self-report survey. *Psychiatry research*, 254, 263–267. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178116317267>
- Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex roles*, 71(11–12), 363–377. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0384-6>
- Prabowo, A. H. (2017). *Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Mahasiswa Universitas Negeri Malang* [Universitas Negeri

Malang]. <https://repository.um.ac.id/101142/>

Salsabilla, S. S., & Maryatmi, A. S. (2023). Hubungan antara self esteem dan self acceptance dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri di SMA BPS&K 1 Jakarta. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 11–21. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i1.2137>

Santrock, J. W. (2007). *Life span development: Perkembangan masa hidup jilid I*. Erlangga.

Shanti, P., Zahra, A., & Chusna, A. (2022). Self esteem dan gratitude sebagai prediktor body image: Studi pada remaja laki-laki di Kota Malang. *Jurnal sains psikologi*, 11(1), 71–85. <https://www.neliti.com/publications/485978/self-esteem-dan-gratitude-sebagai-prediktor-body-image-studi-pada-remaja-laki-la>

Tiggemann, M. (2003). Media exposure, body dissatisfaction and disordered eating: Television and Magazines are not the same! *European Eating Disorders Review*, 11(5), 418–430. <https://doi.org/10.1002/erv.502>

Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The Body Appreciation Scale-2: item refinement and psychometric evaluation. *Body image*, 12, 53–67. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144514001314>

Wong, W., Cabral, J., Rane, R., Ly, R., Kringelbach, M. L., & Feusner, J. D. (2021). Effects of visual attention modulation on dynamic functional connectivity during own-face viewing in body dysmorphic disorder. *Neuropsychopharmacology*, 46(11), 2030–2038. <https://www.nature.com/articles/s41386-021-01039-w>