



Journal of Social and Economics Research

Volume 6, Issue 2, December 2024

P-ISSN 2715-6117

E-ISSN 2715-6966

Open Access at: <https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP KECENDERUNGAN MENGALAMI BODY DYSMORPHIC DISORDER

THE EFFECT OF BODY SHAMING ON THE TENDENCY TO EXPERIENCE BODY DYSMORPHIC DISORDER

Maimunah¹, Zamzami Sabiq²

^{1,2}Universitas Annuqayah, Guluk-Guluk, Sumenep, Indonesia

Email: maierabu@gmail.com

INFO ARTIKEL

Kata Kunci:

Siswa, *Body Shaming*,
Body Dysmorphic Disorder.

ABSTRAK

Siswa Madrasah Aliyah (MA/Sederajat) pada umumnya tergolong dalam masa remaja yang identik dengan terjadinya perubahan khususnya secara fisik. Terdapat ugas perkembangan pada masa ini yaitu individu harus mampu belajar menerima keadaan dirinya seperti dalam hal fisik. Namun pada kenyataannya masih banyak dijumpai kalangan remaja yang tidak mampu menerima keadaan diri yang dimilikinya. Kondisi ini bisa menandakan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Adapun menurut Phillips sesuatu yang dapat menyebabkan hal tersebut adalah ejekan atau celaan, terlebih ejekan terhadap fisik yang biasa disebut *body shaming*. Penelitian dilakukan untuk mengkaji apakah tindakan *body shaming* dapat berpengaruh terhadap kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* pada siswa Madrasah Aliyah dengan menggunakan metode kuantitatif korelasi dan teknik pengambilan sampelnya yaitu *total sampling*. Data penelitian diperoleh dengan menyebarkan kuesioner Skala *Body Shaming* yang berkaitan dengan teori Frederickson dan Robert, dan Skala *Body Dysmorphic Disorder* yang berkaitan dengan teori Phillips. Adapun proses analisisnya menggunakan bantuan IBM SPSS Version 23. Hasil penelitian membuktikan bahwa *body shaming* berdampak terhadap kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* pada siswa Madrasah Aliyah, dengan pengaruh sebesar 20,6%. Berdasarkan hasil tersebut, menandakan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak.

Copyright © 2024 JSER. All rights reserved.

ARTICLE INFO	ABSTRACT
Keywords: Student, Body Shaming, Body Dysmorphic Disorder.	<i>Madrasah Aliyah (MA/Equivalent) student generally fall into the teenagrs years wichc is synonymous with changes, especially physical. There is a development task during this period, namely that individuals must be able to learn to accept their own physical condition. However, in reality there are still many teenagers who are unable to accept their personal situation. This condition can indicate a tendency to body dysmorphic disorder. According to Phillips, something that can cause this is ridicule or ridicule. Especially physical ridicule which is usually called body shaming. Research was conducted to examine whether the act of body shaming can influence the tendency to experience body dysmorphic disorder in Madrasah Aliyah student using quantitative correlation methods and a sampling technique, namely total sampling. Research data was obtained from distributing questionnaires, namely the body shaming scale which refers to Fredericson & Robert's theory. As well as the body dysmorphic disorder scale which refers to Phillip's theory. The analysis process uses the help of IBM SPSS Version 23. The results of the research show that body shaming influences the tendency to experience body dysmorphic disorder in Madrasah Aliyah students, with an influence of 20,6%. Based on there results, it shows that Ha is accepted and H0 is rejected.</i> <i>Copyright © 2024 JSER. All rights reserved.</i>

PENDAHULUAN

Remaja menurut WHO (*World Health Organisation*) adalah penduduk berusia antara 10-19 tahun (Diananda, 2018) dan anak-anak pada usia tersebut biasanya bersekolah di SMA (Ardila, dkk., 2022). Masa remaja merupakan masa peralihan dalam kehidupan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada tahapan ini perkembangan dan pertumbuhan remaja bersifat dinamis yang sangat memungkinkan terjadi perubahan fisik, psikis, dan sosial.

Untuk itu, dengan adanya perubahan-perubahan tersebut, remaja penting untuk belajar memahami, menyesuaikan diri dan menerima khususnya terhadap perubahan yang paling dirasakan pertama kali oleh remaja yaitu perubahan fisik, karena hal ini akan berimbas pada aspek psikologis. Perubahan-perubahan tersebut seringkali menimbulkan kecemasan dan ketidaknyamanan pada remaja. Selain itu, remaja juga dituntut untuk dapat mengontrol dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, dengan tujuan remaja dapat melakukan sosialisasi dengan baik. Namun agar dapat bersosialisasi dengan baik, remaja dituntut menjalankan tugas-tugas perkembangan sesuai usianya dengan baik pula (Bariyyah, 2016).

Adapun tugas perkembangan masa remaja diantaranya yaitu belajar menerima kondisi fisiknya, memperoleh kemandirian mental, mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal dan bergaul bersama teman sebayanya, menemukan seseorang yang dijadikan contoh sebagai identitas pribadinya, menerima dan percaya akan kemampuan dirinya, mampu mengendalikan diri, dan mampu meninggalkan perilaku kekanak-kanakan (Zarkasih, 2017).

Namun pada kenyataannya, tidak semua remaja dapat memahami dan menjalankan tugas-tugas perkembangannya dengan baik. Terutama dalam aspek menerima keadaan fisik. Setiap remaja tentunya memiliki kondisi dan penampilan fisik yang berbeda-beda serta respon yang berbeda-beda pula dalam menerima kondisi fisiknya. Beberapa remaja akan menerima kondisi tersebut, tetapi tidak jarang pula yang memiliki perasaan tidak puas, selalu mengkhawatirkan dan memikirkan kondisi fisiknya. Begitu pemikiran, rasa khawatir dan rasa tidak puas tersebut sudah berlebihan hingga mengganggu kehidupan, kondisi tersebut bisa menandakan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Body dysmorphic disorder merupakan suatu gangguan dimana seseorang mengalami preokupasi atau keterpakuan dalam memikirkan secara intens atau berlebihan terkait kondisi dan penampilan fisiknya yang dianggap mengalami kekurangan, kecacatan dan ketidak sempurnaan serta akan menyebabkan distress dan penurunan fungsi sosial (Gracia & Akbar, 2019). *Body dysmorphic disorder* ditandai dengan beberapa gejala yaitu mereka akan menghabiskan waktu berjam-jam untuk memikirkan ketidak sempurnaan tubuhnya yang disertai dengan perilaku berulang seperti bercermin, merawat tubuhnya secara berlebihan serta membandingkan dirinya atas orang lain. Kondisi tersebut dilakukan dengan maksud dan harapan penampilan fisiknya tetap terlihat sesuai dengan standar ideal yang ada di masyarakat serta tidak dipandang buruk oleh orang lain dan masyarakat sekitar (Afriliya, 2018).

Dari beberapa gejala diatas, peneliti menemukan beberapa gejala terjadi pada sejumlah siswa Madrasah Aliyah (MA/Sederajat), dimana terdapat salah satu siswa yang sering membawa cermin kemanapun ia pergi tanpa mengenal tempat dan waktu, bahkan terkadang saat materi dimulai dan guru menjelaskan ia masih tetap memegang cerminnya, hal ini disebabkan karena ia merasa khawatir dan cemas terhadap wajahnya serta ia merasa takut kalau dirinya akan diejek kembali oleh teman-temannya karena jerawat di wajahnya.

Body dysmorphic disorder dapat dipengaruhi oleh beberapa factor, diantaranya adalah faktor psikologis yaitu adanya ejekan atau celaan baik dari sendiri atau dari lingkungan sekitarnya. Ejekan khususnya yang berkaitan dengan penampilan merupakan penilaian negatif yang dapat berpengaruh besar terhadap terjadinya *body dysmorphic disorder*, baik ketika mereka semasa kanak-kanak atau remaja (Hanifia, 2021). Pemberian penilaian negatif yang berkaitan dengan fisik dan penampilan dikenal dengan istilah *body shaming*.

Body shaming merupakan sikap memberikan penilaian atas kondisi fisik baik mengenai berat badan, ukuran tubuh serta penampilan diri sendiri atau orang lain yang dianggap tidak mencapai standar ideal di masyarakat. Ciri utama *body shaming* yaitu menilai, mengkritik serta membandingkan penampilan diri sendiri dengan orang lain serta tanpa sadar menilai dan mengkritik penampilan orang lain (Febrianti & Fitria, 2020). Tindakan *body shaming* ini biasanya sering dilakukan oleh remaja, baik terhadap dirinya sendiri ataupun terhadap teman sebayanya, karena pada usia remaja berbagai perubahan terjadi pada diri individu, termasuk perubahan pada kondisi fisiknya yang menyebabkan individu semakin tidak sesuai dengan standar ideal di masyarakat.

Seperti halnya *body shaming* yang juga ditemukan pada siswa Madrasah Aliyah (MA/Sederajat) yaitu dilakukan oleh remaja yang berstatus siswa, dimana tindakan *body shaming* sudah sering terjadi dan bahkan memang sudah lumrah dilakukan oleh

sejumlah siswa baik terhadap dirinya maupun terhadap teman-temannya. Bentuk *body shaming* yang terjadi adalah seperti ada salah satu siswa yang mulai menyadari tubuhnya semakin gemuk sehingga ia merasa sangat cemas dengan bentuk tubuh yang seperti itu dan membuatnya sangat terobsesi untuk segera merawat tubuhnya agar memiliki tubuh yang ideal, dengan cara ia selalu bertanya dan meminta tips kepada teman-temannya yang bertubuh ideal tentang bagaimana caranya supaya punya tubuh seperti itu dan bahkan ia sampai melakukan diet ekstrim dengan makan hanya satu kali sehari dan itupun dengan porsi makan yang sangat sedikit.

Hal tersebut bermula dari adanya sejumlah siswa yang memanggil teman-temannya dengan panggilan yang aneh seperti mata kucing, bencong, gendut, kutilang, muka batu (karena berjerawat) dan sebagainya. Bahkan pernah terdapat satu masalah yang cukup serius tentang *body shaming*, dimana terdapat seorang siswa yang menjadi salah satu korban *body shaming* yang sudah merasa tidak tahan dan tidak terima atas ejekan yang terus menerus diberikan kepada dirinya, sehingga kemudian ia bertengkar (beradu mulut) dengan pelaku *body shaming* tersebut. Bahkan tidak hanya sampai disitu, pelaku juga sampai melakukan kekerasan fisik pada si korban yaitu dengan memukul korban diakhir pertengkarnya. Dengan adanya hal tersebut membuat sejumlah siswa secara sadar dan tidak sadar melakukan *body shaming* terhadap dirinya sendiri. Maka dengan adanya fenomena-fenomena tersebutlah yang melatarbelakangi adanya penelitian ini.

Body shaming merupakan keadaan dimana individu mempunyai kesadaran diri bahwa tubuhnya tidak memiliki kesesuaian dengan standar ideal sehingga memiliki persepsi yang negatif terhadap dirinya sendiri karena dianggap gagal untuk mencapai standar ideal yang berlaku di masyarakat. (Fredrickson & Robert, 1997).

Body shaming memiliki beberapa aspek, pertama, *global subjective satisfaction*, aspek ini berkaitan dengan tipe ideal tubuh yang diharapkan oleh individu. Komponen ini sebagai salah satu cara bagi individu untuk mengevaluasi atau melakukan penilaian terhadap segala hal yang berkaitan dengan persepsi dirinya atas ukuran, bentuk dan berat badan. Hal ini berkaitan dengan pertanyaan apakah individu menilai tubuhnya sudah cukup memuaskan atau tidak, menarik atau tidak serta nyaman atau tidak. Kedua, *Affective distress regarding appearance*, aspek ini berkaitan dengan perasaan dan emosi individu terhadap penampilannya, terutama tekanan, ketakutan dan perasaan pribadi terhadap penampilan dan bentuk fisiknya. Ketiga, *Cognitive aspect of body image*, aspek ini berkaitan dengan citra tubuh, termasuk skema penampilan, keyakinan dan pemikiran yang menyimpang tentang tubuh, serta investasi kognitif pada penampilan. Keempat, *Behavioral aspect of body image*, aspek ini merupakan akibat dari ketidakpuasan individu terhadap citra tubuhnya. Hal ini sering terjadi dengan menghindari perilaku tertentu dan mengembangkan perilaku baru, seperti kebiasaan makan yang tidak wajar, olah raga berlebihan, dan perilaku ekstrim lainnya, menjadi terisolasi karena merasa bentuk tubuh tidak sesuai ekspektasi (Fredrickson & Robert, 1997).

Pada dasarnya, tindakan *body shaming* dengan memberikan ejekan pada diri sendiri dan orang lain yang terkadang dianggap sebagai bahan candaan, hal ini justru akan menimbulkan pengaruh yang negatif terhadap korbannya. Tindakan tersebut dapat mempengaruhi kondisi mentalnya yaitu dapat menimbulkan gangguan obsesif kompulsif, gangguan makan serta gangguan dismorfik tubuh (*body dysmorphic disorder*), dimana korban akan memberikan penilaian negatif terhadap dirinya, serta

diiringi dengan perasaan kurang berharga dan patut untuk dicela dan tak jarang hal ini dapat membuat korban terus menerus memikirkan secara berlebihan mengenai kekurangan dan ketidak sempurnaan dirinya, sebagaimana penilaian dan kritikan negatif yang telah diberikan oleh pelaku *body shaming* (Ramlan, 2022).

Adapun *body dysmorphic disorder* menurut Phillips, merupakan preokupasi atau perhatian yang berlebihan dengan memeriksa aspek penampilan fisik yang membuat individu beranggapan bahwa dirinya jelek serta mengalami penurunan fungsi sosial, dalam artian individu terhalang untuk melakukan interaksi sosial karena mengkhawatirkan kekurangan atau kecacatan fisiknya (Phillips, 2009).

Menurut Phillips juga, *body dysmorphic disorder* memiliki beberapa aspek, pertama, preokupasi. Preokupasi yaitu pemikiran berlebihan yang dialami oleh seseorang. Orang yang menderita *body dysmorphic disorder* sering memikirkan dan mengkhawatirkan penampilannya yang kurang ideal, khususnya pada bagian tubuh yang mengalami kekurangan, kecacatan, jelek, tampak tidak menarik, tampak ada yang salah, menjijikkan, mengerikan, atau bahkan aneh. Pemikiran ini menyebabkan orang menjadi semakin terobsesi dengan kekurangan dan kecacatan pada bagian tubuhnya, dan memikirkan ketidaksempurnaan tersebut biasanya dapat menyebabkan stres dan gangguan fungsi sosial.

Kedua, *Distress* atau penurunan fungsi sosial. Preokupasi terhadap penampilan fisik yang mengalami kekurangan dan kecacatan menyebabkan individu mengalami *distress*. *Distress* merupakan kondisi emosional yang sedang berada dalam kondisi tidak baik, keadaan ini meliputi cemas, khawatir, perasaan sedih, panik, depresi, takut, mood tertekan, atau bahkan pikiran untuk melakukan bunuh diri. Selain *distress*, persepsi individu terkait bahwa dirinya terlihat sangat buruk, juga akan menyebabkan individu cenderung mengalami masalah penurunan fungsi sosial, dimana ia akan sulit membangun hubungan sosial, interaksi sosial, kedekatan dan adaptasi dengan orang lain, atau bahkan menghindari situasi sosial. Hal ini nantinya, akan dapat mempengaruhi individu dalam melakukan berbagai aktivitas dalam kehidupan sehari-harinya, karena ia akan enggan untuk keluar rumah dan bahkan tidak ingin bertemu dengan orang lain. Kondisi semacam ini disebabkan karena ia mencemaskan dan mengkhawatirkan dirinya tidak diterima dengan baik oleh lingkungan sosialnya, serta takut orang lain dapat menemukan atau menyadari kecacatan atau kekurangan yang ada pada diri mereka (Phillips, 2009).

Penelitian terkait dengan *body shaming* yang serupa dengan penelitian ini masih belum ada yang melakukannya, akan tetapi terdapat beberapa penelitian *body shaming* namun dengan variabel yang berbeda seperti *anorexia nervosa* (Sari & Royidah, 2020), *self blaming* (Ramlan, 2022), *self esteem* (Jannah, 2022) dan berbagai gejala lainnya yang menjadi variabel suatu penelitian lain. Dimana hasil penelitian dari semua variabel tersebut menunjukkan bahwa *body shaming* dapat memberikan pengaruh terhadap *anorexia nervosa*, *self blaming* dan *self esteem*. Dengan tidak adanya penelitian serupa dengan penelitian ini, maka penelitian ini menjadi penelitian pertama dan terbaharu karena belum ada sebelumnya peneliti yang mencari pengaruh dari tindakan *body shaming* terhadap *body dysmorphic disorder* di kalangan siswa Madrasah Aliyah. Untuk itu penelitian ini berusaha mengungkapkan secara ilmiah terkait *body shaming*, apakah benar *body shaming* dapat memberikan dampak terhadap kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* di kalangan siswa Madrasah Aliyah (MA/Sederajat)?.

METODE

Penelitian ini memakai metode penelitian kuantitatif, yakni suatu metode yang memfokuskan analisis pada data-data berupa *numerical* (angka), yang dimulai dari proses pengumpulan data kemudian diolah dengan metode statistika. Penelitian ini memakai pendekatan korelasi, yaitu penelitian yang menggunakan metode statistika yang bertujuan untuk mengukur dan mengkaji sejauh mana satu variabel berkaitan atau berhubungan dengan variabel yang lain. Menggunakan metode ini karena untuk menguji hubungan antara dua variabel, yaitu *body shaming* sebagai variabel independen (X) dan *body dysmorphic disorder* sebagai variabel dependen (Y). Sampel penelitian diperoleh dengan memakai teknik *total sampling*. *Total sampling/sensus* merupakan teknik pengambilan sampel yang seluruh populasinya dijadikan sampel, artinya jumlah populasi dengan jumlah sampel itu sama. Populasi statistik penelitian ini adalah siswa Madrasah Aliyah (MA/Sederajat) (Sugiyono, 2022).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dua skala, yaitu skala *body shaming* yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Fredericson & Robert dan skala *body dysmorphic disorder* yang diadopsi dari skripsi Sherly Atikah tahun 2023, dengan mengacu pada teori Phillips. Yang pertama, skala *body shaming* terdiri dari 24 item yaitu 12 items *favorable* dan 12 items *unfavorable* dan diperoleh hasil sebanyak 16 item valid dan 8 item tidak valid atau gugur. Kemudian nilai *Cronbach's alfa* diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,812 dan termasuk dalam kriteria yang sangat kuat.

Skala kedua adalah skala *body dysmorphic disorder* berdasarkan teori Phillips yang terdiri dari 2 aspek, dengan jumlah 30 item yaitu 15 items *favorable* dan 15 item *unfavorable*. dan diperoleh hasil sebanyak 18 item valid dan 12 item tidak valid atau gugur. Kemudian nilai *Cronbach's alfa* diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,765 dan termasuk dalam kriteria yang kuat.

Sementara itu, untuk teknik analisis datanya menggunakan bantuan IBM SPSS Version 23. Yaitu akan dilakukan uji hipotesis meliputi uji korelasi serta uji regresi linier sederhana. Namun uji prasyarat harus dilakukan terlebih dahulu untuk memastikan data valid dan reliabel, berdistribusi normal dan linier.

HASIL PENELITIAN

Uji Korelasi dan Regresi Linier Sederhana

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana
ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	327.156	1	327.156	10.632	.002 ^b
Residual	1261.635	41	30.772		
Total	1588.791	42			

Berdasarkan nilai sig. tabel Anova di atas adalah $0,002 < 0,05$, artinya model regresi ini dapat digunakan untuk memprediksi variabel *body shaming* dan *body dysmorphic disorder*, selain itu dapat diartikan juga bahwa terdapat pengaruh variabel *body shaming* (X) terhadap *body dysmorphic disorder* (Y).

Tabel 2. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana**Model Summary^b**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.454 ^a	.206	.187	5.547

Tabel di atas menunjukkan besarnya nilai korelasi/hubungan antara variable *body shaming* dengan variabel *body dysmorphic disorder* adalah sebesar 0,454 yang berarti menempati kategori korelasi sedang. Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,206, artinya persentase pengaruh variabel bebas (*body shaming*) dalam meningkatkan variabel terikat (*body dysmorphic disorder*) yaitu 20,6% sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain selain *body shaming*.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana**Coefficients^a**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	25.706	4.444		5.785	.000
Body Shaming	.449	.138	.454	3.261	.002

Berdasarkan hasil tabel di atas, diketahui bahwa nilai constant (a) 25,706, sedangkan nilai koefisien regresi (b) 0,449 (positif), hal ini menunjukkan bahwa arah pengaruh *body shaming* terhadap *body dysmorphic disorder* adalah positif (searah), sehingga jika *body shaming* meningkat maka *body dysmorphic disorder* juga akan mengalami peningkatan, begitupun sebaliknya.

Uji Analisis Deskripsi

Skala *Body Shaming*

Berdasarkan perhitungan distribusi kurva dengan menggunakan rumus standar deviasi yang dipaparkan (Azwar, 2021), maka kategorisasi skala *body shaming* yaitu:

Tabel 4. Kriteria Kategorisasi Skala *Body Shaming*

Kategorisasi	Norma	Jumlah	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 22,335$	4	9%
Rendah	$22,335 < X \leq 28,545$	9	21%
Sedang	$28,545 < X \leq 34,755$	15	35%
Tinggi	$34,755 < X \leq 40,965$	13	30%
Sangat Tinggi	$X \geq 40,965$	2	5%

Dapat dikatakan subjek yang tingkat *body shaming* nya paling rendah terdapat 4 siswa dengan persentase 9%, subjek yang tingkat *body shaming* nya rendah terdapat 9 siswa dengan persentase 21%, subjek yang tingkat *body shaming* nya sedang terdapat 15 siswa dengan persentase 35%, subjek yang *body shaming* nya tinggi terdapat 13 siswa dengan persentase 30%, sedangkan subjek yang *body shaming* nya sangat tinggi terdapat 2 siswa dengan persentase 5%. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat *body shaming* siswa mayoritas berada pada kategori sedang.

Skala *Body Dysmorphic Disorder*

Berdasarkan perhitungan distribusi kurva dengan menggunakan rumus standar deviasi yang dikemukakan oleh Azwar (2021), maka kategorisasi skala *body shaming* yaitu:

Tabel 5. Kriteria Kategorisasi Skala *Body Dysmorphic Disorder*

Kategori	Norma	Jumlah	Presentase
Sangat Rendah	$X \leq 30,705$	3	7%
Rendah	$30,705 < X \leq 36,855$	11	26%
Sedang	$36,855 < X \leq 43,005$	17	39%
Tinggi	$43,005 < X \leq 49,155$	9	21%
Sangat Tinggi	$X \geq 49,155$	3	7%

Dapat dikatakan subjek yang tingkat *body dysmorphic disorder* nya paling rendah terdapat 3 siswa dengan persentase 7%, subjek yang tingkat *body dysmorphic disorder* nya rendah terdapat 11 siswa dengan persentase 26%, subjek yang tingkat *body dysmorphic disorder* nya sedang terdapat 17 siswa dengan persentase 39%, subjek yang *body dysmorphic disorder* nya tinggi terdapat 9 siswa dengan persentase 21%, dan subjek yang *body dysmorphic disorder* nya sangat tinggi terdapat 3 siswa dengan persentase 7%. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan tingkat *body shaming* siswa mayoritas berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana yang dilakukan, terdapat pengaruh *body shaming* terhadap kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* pada siswa Madrasah Aliyah dengan korelasi yang erat dalam kategori sedang. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa siswa Madrasah Aliyah yang mengalami *body shaming* tinggi mengakibatkan dirinya mengalami *body dysmorphic disorder*. Sehingga dapat dikatakan semakin tinggi *body shaming* maka semakin tinggi pula tingkat *body dysmorphic disorder* yang dialami.

Hasil dari analisis di atas, hal tersebut sesuai dan serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya yakni Lestari (2019) dimana hasil penelitiannya menjelaskan terdapat tindakan *body shaming* yang dilakukan oleh wanita muda yang sedang mengalami *body dysmorphic disorder*, baik oleh diri sendiri dan oleh orang lain. Artinya suatu hal yang menjadi penyebab seseorang mengalami *body dysmorphic disorder* salah satunya disebabkan karena adanya tindakan dari *body shaming* itu sendiri.

Sehingga hasil penelitian ini sesuai dan selaras dengan landasan teori yang dipakai dalam penelitian ini, yaitu bahwasanya ejekan atau celaan yang salah satunya dapat berupa ejekan terkait fisik (*body shaming*) dapat menjadi salah satu penyebab seseorang dapat cenderung mengalami *body dysmorphic disorder* (Afriliya, 2018).

Adapun rata-rata tingkat *body shaming* yang dialami siswa Madrasah Aliyah berada dalam tingkat sedang. Dimana dari 4 aspek *body shaming* yang banyak dialami oleh subjek penelitian adalah aspek *affective distress regarding appearance* dan aspek *cognitive aspect of body image*.

Salah satu item dalam aspek *affective distress regarding appearance* yang banyak dialami oleh subjek penelitian dengan skor tinggi, yaitu sering merasa cemas ketika akan berhadapan-hadapan dengan orang lain karena memiliki wajah yang kusam/banyak jerawat/banyak komedo. Salah satu hal yang dapat melatarbelakangi individu

mengalami kecemasan terkait kondisi wajahnya tersebut ialah berawal dari adanya cemoohan atau ejekan (*bullying* verbal) dari orang lain terutama teman-temannya terkait kondisi wajahnya, sehingga hal tersebut membuat individu secara tidak sadar melakukan *body shaming* terhadap dirinya sendiri yaitu memiliki rasa cemas terhadap kondisi wajah yang dialami. Hal diatas selaras dengan pendapat Einarsen, dkk. dalam Pratiwi Ramadani (2024) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *body shaming* yaitu *bullying*, dimana ketidaksempurnaan seseorang menjadi target untuk melakukan hal negatif yaitu seperti mengkritik atau berkomentar buruk terhadap orang lain.

Aspek kedua yang banyak dialami oleh subjek penelitian dengan skor tinggi adalah *cognitive aspect of body image*, dengan item yang berupa anggapan bahwa dengan memiliki wajah yang jelek, individu tidak akan bisa menarik perhatian orang lain. Salah satu faktor yang mengakibatkan hal ini ialah adanya persepsi yang lebih diprioritaskan, lebih dihargai, dan lebih diperhatikan dalam masyarakat adalah individu yang memiliki penampilan dan wajah yang cantik/tampan. Hal ini selaras dengan penelitian dari Nurul Afifah, dkk. (2023) bahwa dalam masyarakat misalnya seperti di beberapa perusahaan, ketika membuka lowongan pekerjaan lebih memprioritaskan kepada calon karyawan yang *good looking*/enak dilihat untuk diterima sebagai pegawainya.

Sedangkan rata-rata tingkat *body dysmorphic disorder* yang dialami siswa Madrasah Aliyah juga berada dalam tingkat sedang. Dari 2 aspek *body dysmorphic disorder* aspek yang banyak dialami oleh subjek penelitian adalah aspek preokupasi. Salah satu item dalam aspek preokupasi yang banyak dialami oleh subjek penelitian dengan skor tinggi adalah item yang menyatakan individu mengalami rasa gelisah jika terus menderita kerontokan parah, sehingga khawatir hal tersebut dapat mengganggu penampilannya.

Salah satu faktor yang menyebabkan individu merasa gelisah karena rambut yang tidak sehat adalah adanya persepsi bahwa rambut adalah seperti mahkota, khususnya bagi laki-laki yang tidak memakai hijab. Dengan memiliki rambut yang bagus, hal tersebut akan meningkatkan rasa percaya dirinya, begitupun sebaliknya. Hal ini selaras dengan penelitian (Ratna Restapaty, dkk, 2019) bahwasanya rambut adalah mahkota setiap orang. Masalah kulit kepala seringkali dirasa sebagai masalah kecil, padahal dapat menurunkan daya tarik orang yang mengalaminya serta menurunkan rasa percaya diri akibat berbagai macam permasalahan rambut yang sedang dihadapi.

Dari semua pemaparan di atas dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh *body shaming* terhadap *body dysmorphic disorder* pada siswa Madrasah Aliyah dengan arah yang berpengaruh positif. Artinya, semakin tinggi tingkat *body shaming* seorang siswa, maka akan semakin tinggi pula tingkat *body dysmorphic disorder* yang akan dialami. Adapun dampak *body shaming* terhadap *body dysmorphic disorder* pada siswa Madrasah Aliyah adalah sebesar 0,206. Artinya pengaruh *body shaming* terhadap *body dysmorphic disorder* sebesar 20,6%, sedangkan 79,4% sisanya kemungkinan yang diperkirakan adalah pengaruh dari faktor lain yang masih belum diteliti oleh peneliti. Namun, berdasarkan hasil wawancara kepada beberapa siswa di Madrasah Aliyah, terungkap faktor atau alasan lain yang menyebabkan mereka mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah karena adanya rasa kurang percaya diri dalam dirinya serta minimnya tingkat rasa penerimaan dirinya atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Tuhan (kurangnya rasa bersyukur dalam dirinya).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh *body shaming* terhadap kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* pada siswa Madrasah Aliyah. Adapun arah pengaruhnya yaitu berarah positif, yakni semakin tinggi tingkat *body shaming* menyebabkan akan semakin tinggi pula tingkat *body dysmorphic disorder* yang akan dialami oleh siswa. Hal ini terlihat dari hasil uji regresi linier sederhana dengan nilai signifikansi 0,002 dalam tabel Anova. Berdasarkan pedoman yang dijadikan acuan dalam pengambilan keputusan, maka $0,002 < 0,05$ menghasilkan kesimpulan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima sedangkan hipotesis nol (H_0) ditolak. Artinya terdapat pengaruh antara variabel *body shaming* (X) terhadap *body dysmorphic disorder* (Y) pada siswa Madrasah Aliyah. Adapun besar pengaruhnya adalah sebesar 0,206. Artinya pengaruh *body shaming* terhadap *body dysmorphic disorder* sebesar 20,6%, sedangkan 79,4% sisanya kemungkinan yang diperkirakan adalah pengaruh dari faktor lain yang belum diteliti oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N., & Anjar, Y. A. (2023). Kecantikan Sebagai Ideal Self Perempuan (Studi Kasus di Klinik Azqira, Kecamatan Baiturahman, Banda Aceh). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik*, 8(2).
- Afriliya, D. F. (2018). Berfikir Positif Dan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Remaja Putri. *Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia*.
- Amrizon, N. A., Ifdil, I., Nirwana, H., Zola, N., Fadli, R. P., & Putri, Y. E. (2022). Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(1), 87-99.
- Ardila, N. A. (2022). Hubungan pendidikan karakter remaja terhadap prestasi belajar. *Jurnal Medika Utama*, 3(02 Januari), 2103-2111.
- 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.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Diananda, A. (2018). Psikologi remaja dan permasalahannya. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116-133.
- Febrianti, Y., & Fitria, K. (2020). Pemaknaan dan Sikap Perilaku *Body Shaming* di Media Sosial (Sebuah Studi Etnografi Digital di Instagram) The Interpretation and Attitude of *Body Shaming* Behavior on Social-Media. *Diakom: Jurnal Media dan Komunikasi*, 3(1).
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of women quarterly*, 21(2), 173-206.

- Gracia, F., & Akbar, Z. (2019). Pengaruh harga diri terhadap kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 8(1), 32-38.
- Hanifia, E. (2021). *Pengaruh body image terhadap kecenderungan body dysmorphic disorder pada wanita overweight di Desa Betiting* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).
- Jannah, B. I. (2022). *Pengaruh Body Shaming Terhadap Self Esteem Siswa Keperawatan Kelas 10 SMK Darussalam Blokagung Tahun Ajaran 2021/2022* (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi).
- Lestari, S. (2019). Bullying or body shaming? young women in patient body dysmorphic disorder. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(1), 59-66.
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding and Treating Body Dysmorphic Disorder*. New York: Oxford University Press.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- Purba, A. W. D. (2023). *Gambaran Dampak Psikologis Body Shaming Pada Remaja* (Doctoral Dissertation, Universitas Medan Area).
- Ramlan, T. (2022). *Pengaruh Body Shaming Terhadap Self Blaming Pada Remaja di Kota Makassar* (Doctoral Dissertation, Universitas Bosowa).
- Restapaty, R., Hidayati, R., & Sayakti, P. I. (2019). Pemberian edukasi kesehatan rambut dan kulit kepala pada penghuni rumah yatim Ar-rahmah Banjarbaru Kalimantan Selatan. *Journal of Science and Social Development*, 2(2), 110-116.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.