

HUBUNGAN JENIS KELAMIN, PERSEPSI CITRA TUBUH, DAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN BODY DYSMORPHIC DISORDER PADA REMAJA DI SMA X MATARAM

Ida Bagus Ari Satya Daniswara¹, Lusiana Wahyu Ratna Wijayanti², Nisia Putri Rinayu^{3*}, Dewi Utary⁴

¹⁻⁴Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Al-Azhar

Email Korespondensi: nisia.rinayu@unizar.ac.id

Disubmit: 12 Januari 2026 Diterima: 15 Juli 2026 Diterbitkan: 01 Agustus 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i8.24476>

ABSTRACT

Body Dysmorphic Disorder (BDD) is a psychological disorder characterized by excessive preoccupation with perceived physical flaws that are minimal or not objectively observable. Factors presumed to contribute to BDD include gender, body image perception, social media use, and bullying. Objective to determine the relationship between gender, body image perception, and social media influence with the incidence of Body Dysmorphic Disorder among adolescents at SMA X Mataram. This study employed a cross-sectional design using a cluster sampling technique with a total of 103 respondents. Data were analyzed using univariate and bivariate methods, with the Spearman's Rank test applied for correlation analysis. The findings showed a significant relationship between gender and the level of Body Dysmorphic Disorder (BDD) (p-value = 0.013), a significant relationship between body image perception and BDD (p-value = 0.000), and a significant relationship between social media use and BDD (p-value = 0.003). There is a significant association between gender, body image perception, and social media use with the level of Body Dysmorphic Disorder among adolescents. These findings indicate that BDD is a multifactorial condition influenced by the interaction of various contributing factors.

Keywords: *Body Dysmorphic Disorder (BDD), Gender, Body Image Perception, Social Media Use.*

ABSTRAK

Body Dysmorphic Disorder (BDD) merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan preokupasi berlebihan terhadap kekurangan fisik yang bersifat minimal atau tidak tampak secara objektif. Faktor yang berperan meliputi jenis kelamin, persepsi citra tubuh, penggunaan media sosial, dan *bullying*. Tujuan untuk mengetahui hubungan jenis kelamin, persepsi citra tubuh, dan pengaruh media sosial dengan kejadian *Body Dysmorphic Disorder* pada remaja di SMA X Mataram. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan teknik *cluster sampling* pada 103 responden. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Spearman's Rank*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat Body Dysmorphic Disorder (BDD) (p-value 0,013), terdapat hubungan signifikan antara persepsi citra tubuh dengan tingkat BDD (p-value 0,000), serta terdapat

hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan tingkat BDD (p-value 0,003). Terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin, persepsi citra tubuh, dan penggunaan media sosial dengan tingkat Body Dysmorphic Disorder (BDD) pada remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa BDD merupakan kondisi multifaktorial yang dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor.

Kata Kunci: Body Dysmorphic Disorder (BDD), Jenis Kelamin, Persepsi Citra Tubuh, Penggunaan Media Sosial.

PENDAHULUAN

Body dysmorphic disorder (BDD) merupakan salah satu gangguan psikiatri yang ditandai dengan obsesi atau perhatian yang berlebihan terhadap kekurangan fisik yang sebenarnya bersifat minimal, bahkan tidak terlihat atau tidak dianggap sebagai masalah oleh orang lain. Individu dengan BDD sering kali merasa sangat terganggu dengan satu atau lebih bagian tubuhnya, sehingga menimbulkan perilaku kompulsif yang dilakukan berulang-ulang. Gangguan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, tetapi juga dapat menyebabkan penurunan rasa percaya diri yang signifikan. Akibatnya, penderita cenderung menarik diri dari kehidupan sosial, pekerjaan, atau aktivitas sehari-hari lainnya (American Psychiatric Association, 2022).

Berdasarkan data dari International OCD Foundation, *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) menunjukkan prevalensi sebesar 1,7-2,9% pada populasi umum dunia, atau sekitar 1 dari 50 individu mengalami gangguan ini. Di Amerika Serikat, prevalensi BDD tercatat sebesar 2,4% pada wanita dewasa dan 2,2% pada pria dewasa, dengan pola distribusi serupa yang dilaporkan di berbagai negara maju. Sementara, di Indonesia, temuan dari Institusi Kesehatan Mitra Keluarga menunjukkan bahwa BDD merupakan masalah yang signifikan, dengan 150.000 kasus baru dilaporkan setiap tahunnya (Vivenda

& Hadiwono, 2019).

Body Dysmorphic Disorder (BDD) menunjukkan pola onset yang khas pada masa remaja, dengan usia rata-rata munculnya gejala sekitar 16-17 tahun meskipun manifestasi awal dapat teridentifikasi sejak usia 12-15 tahun (Phillips, 2005; Bjornsson et al., 2013). Temuan ini sejalan dengan penelitian Higgins dan Wysong yang menyatakan bahwa presentase angka kejadian BDD mencapai 70% pada usia kurang dari 18 tahun (Higgins dan Wysong, 2018). Studi epidemiologis terhadap 7.654 remaja Inggris dengan rentang umur 5-19 tahun mengungkapkan prevalensi BDD sebesar 1% pada populasi anak dan remaja, dengan distribusi yang signifikan lebih tinggi pada kelompok remaja dibanding anak-anak serta pada perempuan dibanding laki-laki (Krebb et al., 2025). Data dari Enander et al. (2018) memperkuat temuan ini dengan menunjukkan distribusi usia onset tertinggi pada 15 tahun (49%), diikuti 18 tahun (39%), dan 20-28 tahun (37%).

Secara psikologis, penderita BDD sering mengalami depresi dan kecemasan berat akibat obsesi berlebihan terhadap penampilan penderita (Phillips, 2005). Mereka juga menunjukkan gejala mirip *Obsessive-Compulsive Disorder* (OCD), seperti terus-menerus memeriksa cermin atau menghindari situasi sosial karena merasa tidak percaya diri, skin pricking dan perawatan diri berlebih (Bjornsson et

al., 2010). Kondisi ini semakin kompleks pada remaja, karena BDD yang muncul pada masa perkembangan menjadikan mereka lebih rentan mengalami stres berkepanjangan akibat kesulitan menerima kondisi fisik yang masih dalam tahap perubahan. Hal ini disebabkan oleh ketidakstabilan hormon fisiologis pada masa remaja. Selain itu, kematangan emosi yang belum sepenuhnya tercapai juga memperlemah kemampuan mereka dalam mengelola tekanan psikologis (Adlya & Zola, 2019). Dari segi sosial, BDD menyebabkan penderita menarik diri dari interaksi sehari-hari, termasuk menghindari sekolah, tempat kerja, atau pertemuan sosial karena takut dinilai buruk oleh orang lain. Rasa malu dan rendah diri yang ekstrem membuat mereka cenderung mengisolasi diri yang akan memperburuk kondisi mental mereka. (Fang & Hofmann, 2010). Obsesi terhadap penampilan juga sering memicu konflik dalam hubungan personal dan keluarga, karena penderita mungkin terus-menerus meminta validasi atau merasa tidak diterima (Kelly et al., 2010).

Dari segi fisik dan perilaku, banyak penderita BDD melakukan tindakan berisiko seperti menjalani operasi plastik berulang, tetapi tetap tidak puas dengan hasilnya (Crandall et al., 2005). Beberapa bahkan memiliki gangguan makan atau menyalahgunakan obat-obatan untuk mengatasi kecemasan mereka (Grant et al., 2005). Yang paling mengkhawatirkan, BDD memiliki kaitan kuat dengan pikiran dan percobaan bunuh diri, di mana sekitar 80% penderita melaporkan keinginan untuk mengakhiri hidup mereka (Phillips & Menard, 2006). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi BDD yaitu faktor genetik, sosiodemografi, dan lingkungan. Pada penelitian Buenfil

dan Sanchez menunjukkan bahwa *hereditas* (faktor genetik) berkontribusi sekitar 37% - 49% terhadap gangguan ini (Pérez-Buenfil, & Morales-Sánchez, 2025). Berikutnya faktor sosiodemografi seperti kebiasaan sosial budaya yang berkembang di masyarakat yang cenderung melihat citra feminim pada aspek fisik dan penampilan pada perempuan sehingga perempuan cenderung lebih memperhatikan persepsi orang lain (Yunalia et al., 2023). Standar sosial mengenai penampilan ideal ini pada masa kini disebarluaskan secara masif melalui media massa, yang membentuk penilaian sosial bahwa individu yang dianggap ideal adalah mereka yang memiliki tubuh menarik, proporsional, serta sesuai dengan konstruksi maskulin atau feminin yang berlaku. Kondisi tersebut dapat menyebabkan remaja yang merasa memiliki kekurangan fisik mengalami ketidakpuasan terhadap penampilannya, sehingga memunculkan pandangan dan gambaran negatif terhadap citra tubuh. Hal ini membuat remaja yang memiliki kekurangan dalam segi fisik kurang puas. Sehingga membuat pandangan dan gambaran yang negatif terhadap citra tubuh. (Asy'arista et al., 2024). Faktor lingkungan juga turut berpengaruh terhadap terjadinya BDD seperti bullying, ketika seseorang mendapatkan tekanan atau ejekkan mengenai fisik maka akan berefek pada persepsi mereka terhadap bentuk tubuh mereka sendiri. Hal ini disebabkan oleh pengaruh harga diri terhadap persepsi tubuh, dimana individu dengan harga diri yang rendah cenderung merasa tidak puas terhadap penampilan fisiknya (Christie & Ikhssani Agun, 2023). Media sosial salah satu stressor lingkungan yang berkontribusi

terhadap BDD, seringkali konten di media sosial memaparkan gambaran yang tidak realistis mengenai tipe tubuh yang sempurna dan ideal. Hal ini dapat menyebabkan remaja menyerap ideologi palsu yang berdampak pada citra tubuh negatif akibatnya seseorang yang terdiagnosis BDD akan terobsesi pada kekurangan fisiknya (Christie & Ikhssani Agun, 2023).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Yunalia et al., 2023 menyebutkan bahwa perempuan dan laki-laki memiliki kecenderungan pada aspek fisik yang berbeda. Pada laki-laki mereka akan cenderung untuk memperhatikan ukuran otot dan bentuk tubuh, sedangkan pada perempuan lebih memperhatikan bentuk tubuh lainnya seperti payudara, paha dan wajah (Christie & Ikhssani Agun, 2023). Terdapat perbedaan presentase jenis kelamin pada kasus BDD, pada penelitian yang dilakukan oleh Corazza et al menyebutkan bahwa angka kejadian BDD pada laki-laki memiliki presentasi yang lebih besar daripada perempuan (15 % - 10%) (Corazza et al., 2019). Namun pada penelitian yang dilakukan oleh Yunalia et al., 2023 menemukan bahwa jenis kelamin berkaitan erat dengan BDD, di mana hasilnya menunjukkan bahwa 88,9% perempuan memiliki risiko lebih tinggi terhadap kecenderungan BDD dibandingkan dengan 11,1% laki-laki. Citra tubuh merupakan salah satu faktor risiko yang menyebabkan BDD. Pada penelitian yang dilakukan Ganeswari dan Wilani, 2019 menyatakan persepsi citra tubuh negatif akan membuat seseorang merasa tidak puas dan tidak suka dengan bentuk tubuhnya hal tersebut yang dapat menyebabkan seseorang mengalami BDD (Anak Agung Istri Galuh Ganeşwari & Ni Made Ari Wilani, 2019). Namun tidak menutup kemungkinan seseorang

dengan citra tubuh positif tidak mengalami BDD. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Santoso pada tahun 2019 menunjukkan bahwa terhadap 48 wanita dewasa di salah satu klinik kecantikan di Kota Banjarmasin didapati hasil bahwa semakin tinggi kepuasan citra tubuh seseorang maka akan semakin tinggi pula kecenderungan seseorang mengalami gejala body dysmorphic. Hal tersebut karena mereka tetap ingin terlihat menarik agar lebih percaya diri sehingga mereka selalu melakukan berbagai usaha seperti mempercantik diri baik dengan bantuan ahli ataupun tanpa bantuan ahli (Santoso et al., 2020). Peran media sosial seringkali menjadi penyumbang faktor risiko terjadi BDD di era digital seperti yang dinyatakan oleh Buali et al., 2024 penggunaan media sosial menjadi stresor lingkungan yang signifikan. Pada populasi pengguna media sosial menemukan bahwa penggunaan media sosial secara intensif berkorelasi signifikan dengan BDD, termasuk keseringan membandingkan penampilan dengan orang lain di media sosial serta menilai orang berdasarkan penampilan fisiknya. Berbeda dengan hasil penelitian oleh Corazza et al., 2019 menyatakan bahwa kecanduan media sosial tidak terbukti memiliki hubungan yang berarti dengan gangguan BDD, tetapi, hasil penelitian tetap memberikan informasi penting, terutama soal berapa lama seseorang menggunakan media sosial, jenis kelamin, dan durasi penggunaannya setiap hari (Corazza et al., 2019).

Hingga saat ini, belum ada penelitian khusus yang membahas hubungan antara jenis kelamin, persepsi citra tubuh, dan penggunaan media sosial terhadap BDD pada remaja SMA, serta

ketidakkonsistenan hasil penelitian sebelumnya. Hal ini kemudian mendorong penulis untuk meneliti lebih lanjut terkait bagaimana faktor-faktor tersebut saling berinteraksi dan berkontribusi terhadap munculnya BDD pada remaja. SMA X Mataram dipilih sebagai lokasi penelitian karena sekolah ini merupakan salah satu SMA unggulan di Nusa Tenggara Barat yang memiliki aktivitas akademik dan non- akademik tinggi, serta tingkat akses media sosial yang relatif tinggi di kalangan siswanya. Penelitian yang dilakukan di SMA X Mataram oleh Raehanah et al., 2020 menunjukkan bahwa lebih dari 51,3% siswa mengalami kecanduan smartphone, dengan 71,3% diantaranya siswa menggunakan smartphone untuk mengakses media sosial. Data ini menggambarkan tingginya intensitas penggunaan media sosial di kalangan siswa SMA X Mataram, yang berpotensi memperkuat pengaruh media terhadap persepsi citra tubuh serta meningkatkan risiko terjadinya BDD. Dengan demikian, SMA X Mataram merupakan lokasi yang relevan dan representatif untuk meneliti hubungan jenis kelamin, persepsi citra tubuh, penggunaan media sosial, dan BDD pada remaja.

KAJIAN PUSTAKA

Body Dysmorphic Disorder

Body dysmorphic disorder (BDD) merupakan salah satu gangguan psikiatri yang ditandai dengan obsesi atau perhatian yang berlebihan terhadap kekurangan fisik yang sebenarnya bersifat minimal, bahkan tidak terlihat atau tidak dianggap sebagai masalah oleh orang lain. Penderita BDD cenderung menghindari interaksi sosial atau situasi publik, atau jika terpaksa melaluinya, mereka mengalami kesulitan yang sangat besar. Mereka

juga biasanya menghabiskan waktu berjam-jam memikirkan kekurangan fisik yang mereka yakini, terus-menerus memeriksa penampilan di cermin, dan kerap membandingkan diri dengan orang lain (American Psychiatric Association, 2022). Gangguan ini awalnya disebut *dysmorphobia* menurut Morselli (Phillips, 2004), gangguan dimana penderita merasa benar-benar tidak bahagia, bahkan ketika sedang melakukan aktifitasnya sehari-hari, dimanapun dan kapanpun akan datang perasaan takut secara tiba-tiba. Kelainan bentuk tubuh yang dirasakan menyebabkan ketakutan dengan intensitas tinggi, bahkan hingga membuat seseorang menangis dan putus asa.

Menurut Kelly, Brault, dan Didie (dalam Kuck et al., 2021) *body dysmorphic disorder* adalah gangguan yang ditandai dengan adanya kekhawatiran terhadap cacatan penampilan yang dirasakan dan perilaku berulang yang dimaksudkan untuk menyembunyikan, memperbaiki, atau memeriksakan kelemahan yang dirasakan tidak dapat diamati atau hanya sedikit dapat diamati bagi orang lain. *Body dysmorphic disorder* adalah evaluasi atau penilaian negatif individu pada diri sendiri yang mengarah pada adanya perasaan buruk atau kekurangan atas kondisi fisik maupun penampilan yang dapat menimbulkan distress dan menghambat fungsi sosial (Perrotta, 2020).

Body dysmorphic disorder adalah gangguan persepsi diri yang ditandai dengan obsesi terhadap kesempurnaan. Penderita akan memaksimalkan ketidaksempurnaan kecil terkait berbagai bagian tubuh (Fisher, 2018). Orang dengan gangguan dismorfik tubuh terlalu sibuk dengan cacat kecil, yang juga dikenal sebagai cacat fisik, sehingga

kehidupan mereka dapat terkena dampak yang serius (Malik et al., 2020). Data menunjukkan bahwa usia awal yang paling umum untuk munculnya kondisi ini adalah antara 15 hingga 30 tahun, dengan wanita lebih sering terpengaruh dibandingkan pria. Selain itu, pasien yang mengalami gangguan ini cenderung belum menikah (Kaplan dan Sadock, 2008).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu studi analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, penelitian akan dilaksanakan pada tanggal 18 Oktober 2025, bertempat di SMA X Mataram. Populasi target dari penelitian ini berupa siswa aktif yang bersekolah di SMA X Mataram yang berjumlah 1341 siswa. Berdasarkan rumus Slovin, jumlah sampel minimal yang didapatkan adalah 93,06 sampel. Untuk menghindari drop out, maka ditambahkan 10% dari jumlah sampel minimal sehingga total sampel yang dibutuhkan 102,36 responden kemudian dibulatkan

menjadi 103 responden. Berdasarkan jumlah sampel tersebut akan dibagi lagi untuk masing-masing angkatan menggunakan rumus proportionate stratified random sampling. Kriteria eksklusi yang dipakai dalam menentukan sampel penelitian yakni siswa dengan riwayat operasi plastik/bedah kosmetik, tidak mengisi kuesioner secara lengkap, siswa yang mengundurkan diri saat pengumpulan data, memiliki riwayat gangguan jiwa, sedang menjalani terapi atau pengobatan untuk gangguan psikologis, siswa yang memiliki cacat bawaan sejak lahir.

Instruments menggunakan BDD Severity: *Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale (BDD-SS)*, *Body Image Perception: Body Shape Questionnaire (BSQ-34)*, *Social Media* menggunakan *Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS)*, Semua instrumen telah divalidasi pada populasi Indonesia. Data dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS. Statistik deskriptif digunakan untuk merangkum karakteristik peserta. Uji korelasi peringkat Spearman digunakan untuk menilai hubungan antar variabel. Signifikansi statistik ditetapkan pada $p < 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Analisis Bivariat Hubungan Jenis Kelamin dengan *Body Dysmorphic Disorder*

Jenis Kelamin	Body Dysmorphic Disorder								rs	P-Value
	Berat		Sedang		Ringan		Total			
	n	%	n	%	n	%	N	%		
Perempuan	31	30,1	20	19,4	8	7,8	59	57,3	0,245	0,013
Laki-Laki	14	13,6	16	15,5	14	13,6	44	42,7		
Total	45	43,7	36	34,9	22	21,4	103	100		

Berdasarkan tabel 1 merupakan analisis bivariat yang membandingkan jenis kelamin kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* responden dalam penelitian. Tabel ini memberikan gambaran distribusi tingkat BDD berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan hasil analisis terhadap 103 responden, diketahui bahwa dari 59 responden perempuan, sebanyak 31 responden (30,1%) mengalami BDD kategori berat, 20 responden (19,4%) mengalami BDD kategori sedang, dan 8 responden (7,8%) mengalami BDD kategori ringan. Sementara itu, dari 44 responden laki-laki, diperoleh sebanyak 14 responden (13,6%) yang mengalami BDD kategori berat, 16 responden (15,5%) mengalami BDD kategori sedang, dan 14 responden (13,6%) mengalami BDD kategori ringan. Tidak terdapat responden, baik laki-

laki maupun perempuan, yang tidak mengalami BDD.

Hasil uji statistik Spearman's rank correlation menunjukkan nilai p-value sebesar 0,013 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada remaja di SMA X Mataram. Tingkat kekuatan hubungan ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r_s) sebesar 0,245, yang mengindikasikan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi lemah. Hal ini berarti bahwa jenis kelamin berhubungan secara signifikan dengan tingkat *Body Dysmorphic Disorder*, di mana arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa peningkatan pada salah satu variabel cenderung diikuti oleh peningkatan pada variabel lainnya

Tabel 2. Analisis Bivariat Hubungan Persepsi Citra Tubuh dengan *Body Dysmorphic Disorder*

Persepsi Citra Tubuh	Body Dysmorphic Disorder								r _s	P- Value
	Berat		Sedang		Ringan		Total			
	n	%	n	%	n	%	N	%		
Negatif	32	31,1	10	9,7	3	2,9	45	0	0,490	0,00
Positif	13	12,6	26	25,2	19	18,4	58	0		
Total	45	43,7	36	35	22	21,4	103	100		

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis bivariat yang dilakukan untuk menilai hubungan antara persepsi citra tubuh dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada responden penelitian. Tabel tersebut memperlihatkan distribusi tingkat BDD berdasarkan persepsi citra tubuh. Dari 45 responden dengan persepsi citra tubuh negatif, sebanyak 32 responden (31,1%) berada pada kategori BDD berat, 10 responden (9,7%) berada pada

kategori sedang, dan 3 responden (2,9%) berada pada kategori ringan. Sementara itu, dari 58 responden dengan persepsi citra tubuh positif, sebanyak 13 responden (12,6%) berada pada kategori berat, 26 responden (25,2%) berada pada kategori sedang, dan 19 responden (18,4%) berada pada kategori ringan. Tidak terdapat responden yang tidak mengalami BDD pada kedua kelompok persepsi citra tubuh tersebut.

Hasil uji statistik Spearman's rank correlation menunjukkan nilai p-value sebesar 0,00 ($p < 0,05$) yang menandakan terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi citra tubuh dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada responden penelitian. Tingkat kekuatan hubungan ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r_s) sebesar

0,490, yang mengindikasikan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi sedang. Hal ini berarti bahwa semakin negatif persepsi citra tubuh seseorang, maka semakin tinggi tingkat *Body Dysmorphic Disorder* yang dialami. Sebaliknya, semakin positif persepsi citra tubuh seseorang, maka tingkat *Body Dysmorphic Disorder* cenderung lebih rendah.

Tabel 3. Analisis Bivariat Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan *Body Dysmorphic Disorder*

Penggunaan Media Sosial	Body Dysmorphic Disorder								rs	P- Value
	Berat		Sedang		Ringan		Total			
	n	%	n	%	n	%	N	%		
Addict	42	40,8	33	32	14	13,6	89	86,4	0,289	0,003
Alert	3	2,9	3	2,9	4	3,9	10	9,7		
Normal	0	0	0	0	4	3,9	4	3,9		
Total	45	43,7	36	35	22	21,4	103	100		

Tabel 3 menunjukkan hasil analisis bivariat yang dilakukan untuk menilai hubungan antara penggunaan media sosial dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada remaja di SMA X Mataram. Tabel tersebut memperlihatkan distribusi tingkat BDD berdasarkan kategori penggunaan media sosial. Dari 89 responden yang termasuk dalam kategori *addict*, sebanyak 42 responden (40,8%) berada pada kategori BDD berat, 33 responden (32%) pada kategori sedang, dan 14 responden (13,6%) pada kategori ringan. Pada 10 responden dengan kategori *alert*, terdapat 3 responden (2,9%) dengan BDD berat, 3 responden (2,9%) dengan BDD sedang, dan 4 responden (3,9%) dengan BDD ringan. Sementara itu, dari 4 responden yang memiliki penggunaan media sosial dalam

kategori *normal*, seluruhnya (3,9%) berada pada kategori BDD ringan, dan tidak terdapat responden yang berada pada kategori sedang maupun berat.

Hasil uji statistik Spearman's rank correlation menunjukkan nilai p-value sebesar 0,003 ($p < 0,05$) yang menandakan terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada responden penelitian. Tingkat kekuatan hubungan ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r_s) sebesar 0,289, yang mengindikasikan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi lemah. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat *Body Dysmorphic Disorder* yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah intensitas penggunaan

media sosial, maka tingkat Body Dysmorphic Disorder cenderung lebih rendah.

PEMBAHASAN

Tidak terdapat responden dari kedua jenis kelamin yang tidak mengalami BDD. Temuan ini mengindikasikan bahwa jenis kelamin memiliki kontribusi terhadap tingkat keparahan BDD, di mana perempuan lebih berisiko mengalami BDD dibandingkan laki-laki. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Phillips (2024), yang mengungkapkan bahwa prevalensi BDD secara signifikan lebih tinggi pada perempuan, bahkan perempuan memiliki risiko hingga tujuh kali lebih besar mengalami gangguan ini dibandingkan laki-laki. Secara sosiokultural, perempuan lebih sering mendapatkan tekanan sosial untuk mengikuti standar kecantikan ideal, seperti wajah yang mulus, kulit bersih, dan tubuh yang langsing. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Yunalia (2023) juga menyatakan bahwa perempuan memiliki tingkat kerentanan lebih tinggi terhadap gangguan citra tubuh dan BDD akibat pengaruh internalisasi standar kecantikan yang disebarkan media digital dan lingkungan sosial.

Meskipun perempuan menunjukkan proporsi dan tingkat risiko BDD yang lebih tinggi, hasil penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa laki-laki dapat mengalami BDD. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Malcom et al., 2021 baik laki-laki maupun wanita sama-sama menunjukkan kecemasan terhadap area tubuhnya. Pada laki-laki, gejala BDD umumnya berkaitan dengan obsesi terhadap bentuk tubuh yang dianggap harus tampak lebih maskulin, berotot, dan proporsional. Hal ini berkaitan dengan teori maskulinitas hegemoni

dari Connell menjelaskan bahwa budaya sosial membentuk citra maskulin ideal yang menitikberatkan pada kekuatan fisik dan karakter dominan, dan laki-laki yang tidak memenuhi standar ini sering merasa gagal. Hal ini memberikan tekanan psikologis yang signifikan dan dapat menjadi pemicu Body Dysmorphic Disorder (BDD).

Tabel 2 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara persepsi citra tubuh dengan tingkat *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dengan kekuatan korelasi sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori body image yang dikemukakan oleh Cash & Pruzinsky (2002), yang menjelaskan bahwa body image merupakan representasi mental seseorang terhadap tubuhnya, mencakup persepsi, sikap, serta evaluasi terhadap penampilan fisik. Individu dengan citra tubuh negatif cenderung menilai penampilan mereka tidak ideal, merasa tidak menarik, dan sering mengalami ketidakpuasan terhadap bagian tubuh tertentu. Ketidakpuasan yang terus-menerus dapat berkembang menjadi distorsi persepsi terhadap penampilan yang dapat menjadi gejala BDD. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Vashi (2016) yang menyatakan bahwa persepsi negatif terhadap penampilan berperan penting dalam pembentukan BDD. Individu dengan persepsi negatif terhadap tubuhnya cenderung melakukan perbandingan sosial (*social comparison*) dengan figur yang dianggap ideal. Ketika individu merasa penampilannya tidak sesuai dengan standar sosial atau estetika yang berlaku, hal tersebut dapat menimbulkan perasaan rendah diri,

malu, serta keinginan yang berlebihan untuk memperbaiki atau menyembunyikan kekurangan yang dialami.

Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada remaja di SMA X Mataram dengan kekuatan korelasi lemah. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Sheridan et al. (2022) yang menunjukkan bahwa paparan media sosial secara berlebihan, khususnya pada platform berbasis visual seperti Instagram dan TikTok, berhubungan dengan peningkatan ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*), yang merupakan salah satu faktor awal munculnya gejala *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). Selaras dengan temuan tersebut, penelitian Ganeşwari dan Wilani (2019) juga mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial berlebihan memiliki hubungan signifikan dengan ketidakpuasan tubuh serta gangguan persepsi citra tubuh. Konten yang menampilkan standar kecantikan atau tubuh ideal secara tidak realistis mendorong individu untuk melakukan perbandingan negatif terhadap penampilan dirinya sendiri.

Oleh karena itu, meskipun hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara jenis kelamin, persepsi citra tubuh, dan penggunaan media sosial dengan tingkat BDD, hubungan tersebut tidak bersifat kausal dan kekuatan korelasi yang ditemukan tidak semuanya kuat. Hal ini menegaskan bahwa BDD merupakan gangguan multifaktorial, sehingga intervensi pencegahan maupun penanganannya perlu dilakukan secara komprehensif dengan memperhatikan aspek psikologis, lingkungan sosial, serta faktor individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terkait hubungan jenis kelamin, persepsi citra tubuh, dan penggunaan media sosial pada remaja di SMA X Mataram, dapat disimpulkan bahwa: Terdapat hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada remaja. Terdapat hubungan signifikan antara persepsi citra tubuh dengan tingkat BDD. Terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan tingkat BDD. Ketiga variabel penelitian (jenis kelamin, persepsi citra tubuh, dan penggunaan media sosial) terbukti berhubungan signifikan dengan tingkat BDD pada remaja, menunjukkan bahwa BDD merupakan gangguan multifaktorial.

SARAN

Mengingat tingginya proporsi responden yang menunjukkan kecenderungan gejala BDD, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan analisis multivariat guna mengidentifikasi faktor dominan yang berkontribusi terhadap BDD. Mengeksplorasi variabel yang lain untuk diteliti seperti perfeksionisme, self esteem, riwayat bullying, sensitivitas terhadap penilaian orang lain, dan genetik. Melibatkan populasi yang lebih luas, tidak hanya remaja, agar penelitian dapat digeneralisasi ke masyarakat luas.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders* (5th Ed., Text Rev.).
- Adlya, S. I., & Zola, N. (2019). Jrti (Jurnal Riset Tindakan Indonesia) Kecenderungan

- Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja. Jrti (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 4(2), 59-62. [Http://Jurnal.licet.Org/Index.Php/Jrtii](http://Jurnal.licet.Org/Index.Php/Jrtii)
- Anak Agung Istri Galuh Ganeçwari, & Ni Made Ari Wilani. (2019). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (Bdd) Pada Remaja Akhir Laki-Laki Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 67- 75.
- Asy'arista, A. M., Adiwibawa, D. N., Muhajir, A., & Wijayanti, L. W. R. (2025). *Hubungan Stres Dan Body Image Pada Pola Makan Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Cakrawala Medika: Journal Of Health Sciences*
- Beilharz, F., Castle, D. J., & Grace, S. (2017). Body Dysmorphic Disorder: Clinical Features, Assessment, And Treatment. *Australian & New Zealand Journal Of Psychiatry*, 51(3), 260-272.
- Bjornsson, A. S., Didie, E., Grant, J. E., Menard, W., Stalker, E., & Phillips, K. A. (2013). Age At Onset And Clinical Correlates In *Body Dysmorphic Disorder. Comprehensive Psychiatry*, 54, 893-903. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.compsych.2013.03.019>
- Buali, F., Ahmed, J., & Jahrami, H. (2024). Exploring The Effects Of Social Media On *Body Dysmorphic Disorder* Among Citizens Of Bahrain: A Cross-Sectional Study. *Bmc Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02101-0>
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (Eds.). (2002). *Body Image: A Handbook Of Theory, Research, And Clinical Practice*. Guilford Press.
- Christie, A., & Ikhssani Agun. (2023). Tinjauan Pustaka Tinjauan Pustaka. *Convention Center Di Kota Tegal*, 1(938), 6-37.
- Choukas-Bradley, S., Nesi, J., Widman, L., & Higgins, M. K. (2020). Camera- Based Social Media Use And Appearance-Related Concerns Among Adolescents. *Current Opinion In Psychology*, 36, 110-116.
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (1987). The Development And Validation Of The Body Shape Questionnaire. *International Journal Of Eating Disorders*, 6(4), 485-494. [https://doi.org/10.1002/1098-108x\(198707\)6:43.0.co;2-o](https://doi.org/10.1002/1098-108x(198707)6:43.0.co;2-o)
- Corazza, O., Simonato, P., Demetrovics, Z., Mooney, R., Van De Ven, K., Roman-Urrestarazu, A., Rácmolnár, L., De Luca, I., Cinosi, E., Santacroce, R., Marini, M., Wellsted, D., Sullivan, K., Bersani, G., & Martinotti, G. (2019). The Emergence Of Exercise Addiction, *Body Dysmorphic Disorder*, And Other Image-Related Psychopathological Correlates In Fitness Settings: A Cross Sectional Study. *Plos One*, 14(4), 1-17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213060>
- Cororve, Mb, & Gleaves, Dh (2001). Gangguan Dismorfik Tubuh: Tinjauan Konseptualisasi, Asesmen, Dan Strategi Perawatan. *Tinjauan Psikologi Klinis*, 21 (6), 949-970. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(00\)00075-1](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(00)00075-1)
- Duarsa, A. B. S., Arjita, P. D., Ma'ruf, F., Mardiah, A., Hanafi, F., Budiarto, J., & Utami, S. (2021). Buku Ajar :

- Penelitian Kesehatan (B. Murti & Musyarrafah (Eds.); 1st Ed.). Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar.
- Dyl, J., Kittler, J. E., Phillips, K. A., & Hunt, J. I. (2006). Body Dysmorphic Disorder And Personality Traits. *Journal Of Psychopathology And Behavioral Assessment*, 28(3), 133-143.
- Enander, J., Ivanov, V., Mataix-Cols, D., Kuja-Halkola, R., Ljótsson, B., Lundström, S., Pérez-Vigil, A., Monzani, B., Lichtenstein, P., & Rück, C. (2018). Prevalensi Dan Heritabilitas Gejala Dismorfik Tubuh Pada Remaja Dan Dewasa Muda: Sebuah Studi Kembar Nasional Berbasis Populasi. *Psychological Medicine*, 48 (16), 2740-2747. <https://doi.org/10.1017/S0033291718000375>
- Feusner, J. D., Moody, T., Hembacher, E., Townsend, J., & Bookheimer, S. (2010). Abnormalities Of Visual Processing And Fronto-Striatal Systems In Body Dysmorphic Disorder. *Archives Of General Psychiatry*, 67(2), 197- 205
- Fisher, S. (2018). *Body Dysmorphic Disorder: A Guide For Clinicians*. Cambridge University Press
- Higgins, S., & Wysong, A. (2017). Cosmetic Surgery And *Body Dysmorphic Disorder* - An Update. *International Journal Of Women's Dermatology*, 4(1), 43-48. <https://doi.org/10.1016/J.ijwd.2017.09.007>
- Kaplan, H.I. And Sadock, V.A. (2008) *Kaplan & Sadock's Concise Textbook Of Clinical Psychiatry*. 3rd Edn. Wolters Kluwer.
- Kuck, N., Cafitz, L., Bürkner, P. C., Hoppen, L., Wilhelm, S., & Buhlmann, U. (2021). *Body Dysmorphic Disorder And Self-Esteem: A Meta-Analysis*. *Bmc Psychiatry*, 21(1), 310. Doi: <https://doi.org/10.1186/S12888-021-03185-3>
- Küttner, A., Uhlig, M., Zwiky, E., König, P., Ptasczynski, L. E., Schöniger, K., Selle, J., Borgers, T., Enneking, V., Klug, M., Kraus, A., Dannlowski, U., & Redlich, R. (2025). Brain Structural Correlates Of Subclinical Body Dysmorphic Symptoms: A Gender-Informed Approach. *Journal Of Psychiatry And Neuroscience*, 50(3), E147-E156. <https://doi.org/10.1503/Jpn.240069>
- Krebs, G., Clark, B. R., Ford, T. J., & Stringaris, A. (2024). Epidemiology Of *Body Dysmorphic Disorder* And Appearance Preoccupation In Youth: Prevalence, Comorbidity And Psychosocial Impairment. *Journal Of The American Academy Of Child And Adolescent Psychiatry*, 64(1), 30-40. <https://doi.org/10.1016/J.Jaac.2024.01.017>
- Malcolm, A., Pikoos, T. D., Castle, D. J., & Rossell, S. L. (2021). An Update On Gender Differences In Major Symptom Phenomenology Among Adults With *Body Dysmorphic Disorder*. *Psychiatry Research*, 295, Article 113619. <https://doi.org/10.1016/J.psychres.2021.113619>
- Malik, F., Ahmed, J., Nasim, S., Ali, A., & Khan, A. R. (2020). *Body Dysmorphic Disorder: A Comprehensive Review*. *Turkish Medical Student Journal*, 8(1), 2-7. Doi: [10.4274/Tmsj.Galenos.2021.0461](https://doi.org/10.4274/Tmsj.Galenos.2021.0461)

- 8.01.02
- Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2024). Photo Editing, Photo Investment, And Body Dysmorphic Symptoms Among Social Media Users: The Moderating Role Of Body Appreciation. *Body Image*, 38, 102-113.
- Oktaviani, R., & Wulandari, S. (2025). The Role Of Self-Esteem In Predicting Body Dysmorphic Disorder Tendencies Among Adolescents. *Indonesian Journal Of Educational Psychology*, 6(1), 55-64.
- Raehanah, Y. R. D. H., Mahardika, A., & Niti Wedayani, A. A. (2020). Relationship Between Smartphone Use With Sleep Quality Of Sman 1 Mataram In Mataram City And Sman 1 Gunungsari In West Lombok Regency. *Unram Medical Journal*, 8(3), 33. <https://doi.org/10.29303/Jku.V8i3.360>
- Santoso, M. V., Fauzia, R., & Rusli, R. (2020). Hubungan Antara Kepuasan Citra Tubuh Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Wanita Dewasa Awal Di Kota Banjarbaru. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 55. <https://doi.org/10.20527/Kognisia.2019.04.010>
- Veale, D., Ennis, M. And Lambrou, C. (2002) 'Possible Association Of *Body Dysmorphic Disorder* With An Occupation Or Education In Art And Design', *American Journal Of Psychiatry*, 159(10), Pp. 1788-1790. Available At: <https://doi.org/10.1176/Appi.Ajp.159.10.1788>
- Veale, D., Gledhill, L. J., Christodoulou, P., & Hodson, J. (2014). *Body Dysmorphic Disorder* In Different Settings: A Systematic Review And Estimated Weighted Prevalence. *Body Image*
- Veale, D., & Bewley, A. (2015). *Body Dysmorphic Disorder*. *Bmj: British Medical Journal*, 350, H2278.
- Wilhelm, S., Greenberg, J. L., Rosenfield, E., Kasarskis, I., & Blashill, A. J. (2016). The *Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale*: Development And Preliminary Validation Of A Self-Report Scale Of Symptom Specific Dysfunction. *Body Image*, 17, 82-87. Doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.006>.
- Vivenda, R., & Hadiwono, S. (2019). Prevalensi *Body Dysmorphic Disorder* Di Indonesia: Studi Kasus Di Klinik Mitra Keluarga. *Jurnal Kesehatan Mental*.
- Yue, H. Et Al. (2022) 'Measurement Invariance Of The Bergen Social Media Addiction Scale Across Genders', *Frontiers In Psychology*, 13, P. 879259. Available At: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.879259>.
- Yunalia, E. M., Suharto, I. P. S., Samudera, W. S., & Fatehah, N. (2023). Gender Dan Resiko Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Remaja Akhir. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(4), 327-333. <https://doi.org/10.33024/Hjk.V17i4.1109>