

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Manusia merupakan makhluk yang terus berkembang dan bertumbuh dalam setiap jenjang kehidupan yang dijalaninya, salah satunya yaitu pada masa remaja yang merupakan masa peralihan. Masa remaja merupakan masa transisi dimana individu mulai memerhatikan penampilan fisik mereka. Pada masa ini, perhatian remaja akan lebih berpusat kepada penampilan dan bentuk tubuh mereka serta membangun *body image*. Oleh sebab itu besar kemungkinan pada masa ini remaja akan mulai mengalami hal-hal terkait permasalahan berupa *body dysmorphic disorder*. Individu akan mulai khawatir apabila penampilan mereka tidak terlihat seperti apa yang mereka inginkan.

Remaja yang mengembangkan *body image* negatif, dapat menyebabkan ketidakmampuan mereka dalam menerima kondisi fisiknya. Menurut *Piaget* dalam (Ramdani, 2021), secara psikologis remaja merupakan usia dimana individu berinteraksi dengan kalangan dewasa, pada usia ini individu tidak lagi merasa berada dibawah orang-orang yang lebih tua, tetapi berada pada level yang sama, setidaknya dalam hal hak dalam memerhatikan penampilan fisik atau citra tubuhnya karena remaja akan berusaha semaksimal mungkin untuk mendapatkan tampilan yang ideal agar terlihat menarik.

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi telah merubah kebiasaan- kebiasaan individu dalam intraksinya dengan lingkungan sosialnya. Dengan adanya internet saat ini bermacam informasi maupun hiburan dari berbagai belahan dunia dapat diakses oleh siapapun, kapanpun, dan dimanapun tanpa harus dibatasi oleh dimensi ruang dan waktu.

Seperti di era digital dan media sosial seperti saat ini, remaja semakin terpapar pada standar kecantikan yang tidak realistis. Aplikasi media sosial seperti Instagram dan TikTok sering kali menampilkan konten yang

menonjolkan penampilan fisik yang ideal membuat remaja merasa perlu untuk memenuhi standar tersebut. Dampak dari media dan proses globalisasi yang terus berlangsung, mengakibatkan beberapa standar kecantikan telah muncul di era modern saat ini, memungkinkan diperkenalkannya konsep-konsep yang berbeda seperti kecantikan eropa dan korea.

Menurut (Holland & Tiggemann, 2016) Banyak individu terutama remaja wanita, menghabiskan waktunya di klinik kecantikan untuk mencoba berbagai hal untuk mencapai standar kecantikan yang sesuai dengan apa yang digambarkan oleh media. Sebuah studi menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memengaruhi persepsi atau keinginan diri remaja, terutama terkait penampilan fisik.

Keinginan remaja tersebut agar tetap *up to date* dengan perkembangan terbaru, mengikuti mode, atau tren terkini, menghindari kesan ketinggalan zaman, serta keinginan untuk meningkatkan prestise dan status sosial (Syahla A, 2023). Salah satu indikator bahwa individu belum siap atau cukup matang dalam memilih prioritas dalam hidup adalah keadaan remaja yang masih cenderung bersifat konsumtif.

Remaja merupakan individu yang sedang dalam masa peralihan pertumbuhan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, batasan usia remaja yang seringkali digunakan oleh para ahli adalah antara umur 12 tahun hingga 21 tahun (Desmita, 2013). Perkembangan remaja dalam aliran psikoanalisis hakikatnya adalah usaha penyesuaian diri (*coping*), yaitu sebagai cara untuk efektif dalam mengatasi stress dan mencari jalan keluar baru dari berbagai masalah. Dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada tiga tahap perkembangan remaja yang pertama yaitu usia 12-15 tahun disebut dengan masa remaja awal (*early adolescence*) seorang remaja dalam tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri, usia 15-18 tahun disebut sebagai masa remaja remaja madya (*middle adolescence*) pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman dan cenderung bersikap narcissistic dan usia 18-21

tahun disebut sebagai masa remaja akhir (*middle adolescence*) tahap ini masa konsolidasi menuju periode dewasa (Sarwono, 2021).

Masa remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin “*adolescence*”, yang berarti “pertumbuhan menuju kedewasaan”. Kedewasaan yang dimaksud tentunya dengan tidak hanya mencakup kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikis (Suryana et al, 2022). Dalam memasuki fase ini, remaja mulai memerhatikan penampilan fisik mereka, serta perhatian pada masa ini akan lebih berpusat kepada penampilan dan bentuk tubuh. Pada masa remaja perubahan-perubahan besar terjadi dalam kedua aspek yang bersifat biologis atau fisiologis juga bersifat psikologis, sehingga dapat dikatakan bahwa ciri umum yang menonjol pada masa remaja adalah berlangsungnya perubahan itu sendiri, yang dalam interaksinya dengan lingkungan sosial membawa berbagai dampak pada perilaku remaja.

Pada era saat ini, faktor genetik tidak menjadi hal yang utama bagi individu untuk menginginkan wajah yang cantik, melainkan dapat dilakukan dengan berbagai cara medis seperti treatment di klinik kecantikan agar terlihat lebih cantik, karena sejatinya kesempurnaan fisik menjadi bukti betapa sempurnanya Tuhan menciptakan manusia, namun pada kenyataannya saat ini banyak remaja menyadari akan kekurangan pada dirinya terkait pada tubuh atau fisik, karena tubuh dan fisik dalam kehidupan bermasyarakat merupakan bentuk penampilan manusia yang utama dan paling mudah dikenali, tubuh juga merupakan salah satu cerminan diri bagi individu yang menginginkan penampilannya agar terlihat lebih menarik.

Fenomena ini juga tampak relevan pada kalangan peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon, di mana peserta didik seringkali mengalami tekanan untuk memenuhi ekspektasi penampilan fisik yang ideal. Terlebih lagi perkembangan teknologi dan penggunaan media sosial yang masif telah memperkuat standar kecantikan yang tidak realistis yang dapat berdampak negatif pada *self esteem* dan kesehatan mental peserta didik.

Kondisi preokupasi ini ditandai dengan perilaku berulang yang memakan waktu, terjadi selama tiga hingga delapan jam sehari. Aktivitas berulang yang menjadi masalah mencakup perawatan berlebihan, menyamakan penampilan fisik, *skin picking*, terus-menerus menyentuh kekurangan fisik yang dianggap ada di depan cermin, membandingkan kekurangan diri sendiri dengan orang lain, dan memeriksa cacat fisik yang dianggap ada di depan cermin (Wilistiyani et al, 2022).

Eksplorasi terhadap fenomena yang terjadi di kalangan peserta didik di SMA Negeri 2 menjadi perhatian khusus dilingkup tenaga kerja terlebih khusus bagi guru BK , bagaimana peranan guru BK menjadi fokus utama terhadap peserta didik hal ini menjadi salah satu dampak yang akan terjadi pada *self esteem* peserta didik.

Eksplorasi adalah proses penyelidikan, penelitian, atau pencarian yang bertujuan untuk menemukan hal-hal baru, memahami suatu fenomena, atau menggali lebih dalam mengenai suatu topik atau masalah. Dalam konteks akademis atau ilmiah, eksplorasi sering kali mengacu pada upaya untuk menganalisis atau meneliti sesuatu dengan cara yang lebih mendalam dan menyeluruh.

Eksplorasi dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, seperti eksperimen, observasi, wawancara, atau studi literatur. Tujuannya adalah untuk memperluas pemahaman, mengidentifikasi pola atau hubungan, dan menemukan wawasan baru yang dapat memberikan kontribusi terhadap pengetahuan yang ada. Dalam konteks kehidupan pribadi atau sosial, eksplorasi juga bisa berarti usaha individu untuk mengenali potensi diri, lingkungan sekitar, atau hal-hal yang dapat mengembangkan kemampuan serta memperluas perspektif hidup.

Remaja yang belum memiliki *self esteem* yang tinggi dalam hal mencintai dirinya sendiri secara fisik, mereka seringkali melihat kekurangan yang ada pada diri mereka, tanpa melihat adanya kesempurnaan. Jika individu secara terus menerus memperhatikan fisik secara berlebihan maka akan menyebabkan adanya gangguan psikologis

pada diri individu tersebut, salah satunya adalah *body dysmorphic disorder*, individu dengan *body dysmorphic disorder* biasanya melebih-lebihkan daya tarik dari kecantikan wajah dan merendahkan penampilannya sendiri. Menurut Ramdani (2021), *body dysmorphic disorder* ialah sebuah kondisi dimana pikiran seseorang terpusat (preokupasi) terhadap kekurangan atau kecacatan dalam penampilan fisik serta menyebabkan penderitanya merasa kesulitan dalam melaksanakan fungsi sosial dan bidang kehidupan lainnya.

Nurul (2019), menyatakan bahwa obsesi remaja terhadap memiliki tipe atau penampilan tubuh yang ideal dapat dianggap sebagai indikasi bahwa individu mungkin mengalami *body dysmorphic disorder* hal ini dapat digambarkan sebagai kecenderungan untuk terobsesi dengan kekurangan fisik yang terkait dengan penampilan, atau perhatian yang sangat berlebihan terhadap kekurangan yang sebenarnya tidak begitu signifikan. Individu dengan gangguan ini sering kali merasa memiliki kekurangan pada tubuh mereka dan fokus hanya pada kekurangan fisik, tanpa memperhatikan kelebihan yang mereka miliki.

Menurut Raharja & Yuniardi (2019), individu dengan gangguan *body dysmorphic disorder* cenderung lebih sadar akan penampilan mereka. Ini sering kali dapat menyebabkan tekanan psikologis yang mengganggu kehidupan, dan jika individu tersebut sudah mengalami depresi berat, tidak jarang bagi mereka mengembangkan gangguan yang berlebih seperti menghindari lingkungan sosial atau menjauh dari interaksi sosial.

Kecantikan dan kesempurnaan menjadi suatu dambaan bagi setiap individu perempuan sebagai penunjang dalam kehidupan, kecantikan wajah yang baru mereka temukan akan memberi rasa percaya diri terhadap dirinya sendiri untuk menjalani hidup. Oleh karena itu, sejalan dengan apa yang Allah SWT katakan dalam surah An-Nisaa Ayat 79:

مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنَ نَفْسِكَ وَأَرْسَلْنَاكَ
 لِلنَّاسِ رَسُولًا وَكَفَى بِاللَّهِ شَهِيدًا ﴿٧٩﴾

Artinya: “Apa saja nikmat yang kamu peroleh adalah dari Allah, dan apa saja bencana yang menimpamu, maka dari (kesalahan) dirimu sendiri. Kami mengutus Nabi untuk menjadi Rasul kepada segenap manusia dan cukuplah Allah yang menjadi saksi”. Islam memperkenankan untuk memelihara penampilan dan kecantikan pada diri, dengan cara memperhatikan setiap aspek dalam kehidupan secara menyeluruh maka hal itu akan mendatangkan suatu kebajikan. Sejatinya keindahan, ketampanan dan kecantikan sudah menjadi fitrah bagi setiap individu. Body dysmorphic disorder adalah gangguan psikologis yang ditandai dengan obsesi berlebihan terhadap kekurangan fisik yang sering kali tidak disadari oleh orang lain. Fenomena ini semakin banyak ditemukan di kalangan remaja, terutama dalam lingkungan sekolah. Remaja sering kali mengalami tekanan sosial yang kuat terkait penampilan fisik, baik dari lingkungan pertemanan, media sosial, maupun standar kecantikan yang berkembang di masyarakat. Di sekolah- sekolah, termasuk SMAN 2 Cirebon, peserta didik menghadapi tekanan sosial yang signifikan terkait penampilan mereka, sehingga rentan mengalami gangguan psikologis seperti *body dysmorphic disorder*.

Salah satu faktor yang dianggap memengaruhi kecenderungan seseorang untuk mengalami body dysmorphic disorder adalah tingkat self esteem. Hal ini mengacu pada bagaimana individu menilai dirinya sendiri, baik dalam hal fisik, kemampuan, maupun status sosial. Remaja dengan self esteem rendah cenderung lebih rentan terhadap gangguan citra tubuh negatif, yang dapat mengarah pada body dysmorphic disorder. Di sisi lain, remaja dengan self esteem yang baik cenderung lebih mampu menerima kekurangan fisiknya dan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengeksplorasi peranan self esteem terhadap body dysmorphic disorder dengan harga diri peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon. Tentunya dengan harapan dapat memberikan manfaat teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan pengetahuan dan wawasan dalam bidang psikologi. Selain itu, kajian teoritis dari penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar untuk pengembangan penelitian lebih lanjut. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai “Eksplorasi Peran Self Esteem terhadap Body Dysmorphic Disorder Peserta Didik di SMA Negeri 2 Cirebon.”

B. Perumusan Masalah

Perumusan masalah ini adalah sebagai pijakan memulai sebuah penelitian. Perumusan masalah ini berisi identifikasi masalah, pembatasan masalah, dan pertanyaan penelitian.

1. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang di atas maka identifikasi masalah yang di teliti sebagai berikut :

- a. Eksplorasi *self esteem* dengan *body dysmorphic disorder* pada peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon.
- b. Kecenderungan ketidakberhargaan diri pada peserta didik di SMA Negeri2 Cirebon.
- c. Rasa Ketidakpuasan dan keberhargaan diri pada peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon.

2. Pembatasan Masalah

Untuk mencegah meluasnya masalah dalam penelitian, maka peneliti membatasi masalah yang erat kaitannya dengan judul penelitian, yaitu:

- a. Pembatasan ini mencakup eksplorasi peran *self esteem* peserta didik di SMAN 2 Cirebon.
- b. Pembatasan ini mencakup peran *self esteem body dysmorphic disorder*

pada peserta didik di SMAN 2 Cirebon.

3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka pertanyaan pada penelitian ini sebagai berikut :

- a. Bagaimana gambaran kondisi psikologis peserta didik terhadap gejala *body dysmorphic disorder* di SMA Negeri 2 Cirebon?
- b. Faktor apa saja yang mempengaruhi kemunculan *body dysmorphic disorder* pada peserta didik SMA Negeri 2 Cirebon ?
- c. Bagaimana peran dukungan sosial, lingkungan sekolah dan cara peserta didik dalam mempengaruhi *self esteem* di SMA Negeri 2 Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian di atas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Memahami gejala *body dysmorphic disorder* di kalangan peserta didik di SMAN 2 Cirebon
2. Mengetahui faktor yang mempengaruhi *self esteem* terhadap *body dysmorphic disorder*
3. Mengetahui peran dukungan sosial, sekolah terhadap terjadinya *body dysmorphic disorder* pada peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau referensi yang berguna bagi pembaca, khususnya terkait dengan konsep gangguan *body dysmorphic disorder*.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan akan memberi manfaat sebagai

berikut.

1. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan pemikiran bagi pihak sekolah, baik wali kelas, guru mata pelajaran maupun BK berkontribusi dalam meningkatkan *self esteem* siswa khususnya dalam melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling.

2. Bagi Lembaga

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kemajuan dalam ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi sosial, serta menunjukkan relevansi antara jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dengan fakultas sosial.

3. Bagi Mahasiswa

Peneliti berharap agar penelitian ini bisa menambah pengetahuan peneliti mengenai konsep *self esteem* serta memberikan dampak edukasi kepada sekitar bahwa kecantikan itu tidak akan pernah ada standarnya serta berguna untuk mendapatkan gelar sarjana sosial (S.Sos).

E. Landasan Teori

1. Konsep *Self Esteem* (Harga Diri)

a. Definisi *Self Esteem*

Self esteem atau harga diri merujuk pada evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup aspek positif maupun negatif. *Rosenberg* (1965) mendefinisikan *self esteem* sebagai sikap yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri, baik berupa penerimaan maupun penolakan. Individu dengan *self esteem* yang tinggi cenderung merasa berharga, kompeten, dan mampu menghadapi tantangan hidup, sedangkan individu dengan *self-esteem* rendah sering merasa tidak layak atau tidak berharga.

Menurut Coopersmith (1967), *self esteem* adalah evaluasi yang dilakukan seseorang terhadap dirinya sendiri berdasarkan keyakinan mengenai kemampuannya untuk memenuhi harapan sosial, emosional, dan intelektual. *Self esteem* juga berkaitan dengan persepsi individu terhadap keberhasilan atau kegagalannya dalam mencapai tujuan hidup.

b. Komponen *Self Esteem*

Rosenberg (1965) mengemukakan bahwa *self esteem* terdiri dari dua komponen:

1. *Self Worth*: Perasaan bahwa diri sendiri berharga dan layak mendapatkan penghargaan.
2. *Self Competence*: Keyakinan terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan tugas dan mengatasi masalah.

c. Dimensi *Self Esteem*

Menurut Mruk (2006), *self esteem* memiliki dua dimensi utama:

1. *Competence Based Self Esteem*: Berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan dan menyelesaikan tugas.
2. *Worth Based Self Esteem*: Merupakan persepsi seseorang terhadap nilai intrinsik dirinya.

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Esteem*

1. Pengalaman Masa Kecil

Hubungan dengan orang tua atau pengasuh berperan penting dalam pembentukan *self esteem*. Orang tua yang memberikan dukungan emosional, penghargaan, dan rasa aman kepada anak cenderung membantu perkembangan *self esteem* yang positif (Harter, 1999).

2. Lingkungan Sosial

Interaksi dengan teman sebaya, keluarga, dan masyarakat memengaruhi cara individu memandang

dirinya sendiri (Baumeister, 2003). Dukungan sosial yang positif dapat meningkatkan *self esteem*.

3. Prestasi dan Kegagalan

Keberhasilan dalam mencapai tujuan memberikan rasa percaya diri yang lebih besar, sementara kegagalan dapat merusak *self esteem* (Bandura, 1997).

4. Media dan Budaya

Standar kecantikan, kesuksesan, dan nilai-nilai sosial yang disampaikan melalui media dapat memengaruhi persepsi individu terhadap dirinya.

2. Konsep *Body Dysmorphic Disorder*

a. Definisi *Body Dysmorphic Disorder*

Body Dysmorphic Disorder adalah gangguan mental yang ditandai dengan perhatian berlebihan terhadap cacat atau kekurangan fisik yang sebenarnya kecil atau tidak terlihat oleh orang lain. Individu dengan *Body Dysmorphic Disorder* sering kali merasa malu, cemas, atau stres akibat persepsi negatif terhadap tubuh mereka, yang dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari, hubungan sosial, dan pekerjaan. Gangguan ini termasuk dalam kategori *Obsessive-Compulsive and Related Disorders* dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5).

b. Dampak *Body Dysmorphic Disorder*

Body Dysmorphic Disorder dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, seperti:

1. Psikologis: Depresi, kecemasan, atau bahkan pikiran bunuh diri.
2. Sosial: Isolasi sosial, konflik dalam hubungan.
3. Ekonomi: Pengeluaran besar untuk kosmetik atau perawatan medis

F. Signifikansi Penelitian

Signifikansi penelitian ini secara teoritis di harapkan memberikan kontribusi mengenai teori self esteem atau keberhargaan diri khususnya di lingkungan pendidikan. Dalam hal praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan khususnya terkait peningkatan keberhargaan diri yang perlu diperhatikan terutama oleh pengajar agar di terapkan pada siswa yang bersangkutan.

G. Penelitian Terdahulu

Perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian ini

Nama Peneliti	Syahrani Syahla Azzura dan Andjar Sari Faradwi	Anggun Zoraya Br Sinaga dan Yohana Wuri Satwika	Zulmi Ramdani	Syifa Ni'matul Maula
Judul	Hubungan Antara Self Esteem dan Self Acceptance Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Siswi SMA 109 Jakarta	Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswa	Identifikasi Body Dysmorphic Disorder pada Remaja Menggunakan Metode Systematic Literature Review	Eksplorasi Peran Self Esteem terhadap Body Dysmorphic Disorder pada Peserta Didik di SMA Negeri 2 Cirebon
Fokus	Meneliti hubungan antara self esteem dan self acceptance dengan kecenderungan mengalami body dysmorphic disorder pada siswi SMA.	Meneliti hubungan antara self esteem dengan kecenderungan mengalami <i>body dysmorphic disorder</i> pada mahasiswa di Surabaya, Jawa Timur.	Menjelaskan Body Dysmorphic Disorder penyebab, dan dampaknya pada remaja, serta faktor-faktor yang memengaruhi kecenderungan remaja mengalami <i>body dysmorphic disorder</i>	mengeksplorasi peran self-esteem terhadap body dysmorphic disorder pada siswa di SMA Negeri 2 Cirebon, serta faktor-faktor yang memengaruhi.

Teori	<p>-Teori Self Esteem: Merujuk pada Maslow (1991)</p> <p>-Teori Body Dysmorphic Disorder: Berdasarkan Katharine Phillips (2009)</p> <p>-Teori Self Acceptance: Hurlock (2008)</p>	<p>-Teori Self-Esteem: Berdasarkan Coopersmith (1967)</p> <p>-Teori Body Dysmorphic Disorder: Berdasarkan Phillips (2009)</p>	<p>-Teori Remaja oleh Santrock (2003)</p> <p>-Teori Citra Tubuh oleh Papalia, Old & Feldman (2008)</p> <p>-Teori Perfeksionisme oleh Manaf (2020)</p>	<p>-Teori Self-Esteem (Coopersmith, 1967)</p> <p>-Teori Body Dysmorphic Disorder (Phillips, 2009)</p>
Metode	<p>- Penelitian kuantitatif dengan teknik saturated sampling.</p>	<p>Kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Sampel: 214 mahasiswa</p>	<p>Kualitatif dengan jenis Systematic Literature Review (SLR) : Peneliti</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.</p>
	<p>Sampel: 108 siswi kelas 12 SMA 109 Jakarta.</p> <p>-Alat ukur: Skala Body Dysmorphic Disorder (15 item, $\alpha = 0,904$), Skala Self Esteem (19 item, $\alpha = 0,876$), Skala Self Acceptance (32 item, $\alpha = 0,938$).</p> <p>-Analisis data menggunakan program SPSS versi 25.0, dengan analisis korelasi dan regresi berganda.</p>	<p>berusia 18-22 tahun yang diambil dengan teknik accidental sampling.</p> <p>Instrumen: Skala self-esteem (Coopersmith, 1967) dan skala Body Dysmorphic Disorder (Phillips, 2009).</p> <p>Analisis data menggunakan teknik Pearson Product Moment dengan bantuan SPSS versi 22.0.</p>	<p>mengumpulkan data dari jurnal ilmiah dan artikel yang relevan menggunakan mesin pencari Google Scholar. Artikel yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dari 10 tahun terakhir (2012-2021), fokus pada remaja yang mengalami BDD, dan jurnal memiliki ISSN.</p>	<p>Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi untuk mendapatkan informasi dari siswa dan guru BK di SMA Negeri 2 Cirebon</p>

Pendekatan	Pendekatan kuantitatif menggunakan Likert scale untuk mengukur variabel-variabel yang terlibat.	Pendekatan kuantitatif dengan fokus pada hubungan antara variabel self-esteem dan kecenderungan BDD.	Pendekatan kualitatif, yang berfokus pada eksplorasi fenomena dan pemahaman mendalam tentang karakteristik, penyebab, serta dampak dari BDD pada remaja.	Pendekatan fenomenologi digunakan untuk mendeskripsikan persepsi siswa mengenai self-esteem dan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder.
Hasil	Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self esteem dengan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder ($r = -0,701$). Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self acceptance dengan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder ($r = -0,655$).	Ada hubungan yang signifikan antara self-esteem dengan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder. Semakin tinggi self-esteem, semakin rendah kecenderungan mengalami BDD, dan sebaliknya. Hasil korelasi menunjukkan $r = -0,586$, yang berarti	Penelitian menemukan bahwa remaja yang mengalami Body Dysmorphic Disorder obsesi pada kekurangan fisik yang tidak signifikan atau tidak terlihat oleh orang lain. BDD sering kali disebabkan oleh kombinasi faktor genetik, psikologis, dan budaya. Dampak BDD meliputi	Dari penelitian ini Penelitian akan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi self-esteem, seperti pengaruh media sosial, lingkungan sosial, serta tekanan standar kecantikan yang tidak realistis
	Terdapat hubungan signifikan antara self esteem dan self acceptance dengan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder ($R = 0,728$)	hubungan sedang dengan arah negatif	gangguan kepercayaan diri, kecemasan, depresi, hingga potensi tindakan bunuh diri	

H. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Metode Penelitian

Jenis pendekatan penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam

penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif menurut Creswell (2009) penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian pendidikan, jenis penelitian ini melibatkan pandangan partisipan atau informan. Peneliti akan mengajukan pertanyaan secara mendalam dan umum, serta mengumpulkan data yang sebagian besar berupa kata-kata atau teks dari informan. Data tersebut kemudian digambarkan dan dianalisis untuk mengidentifikasi tema-tema, dengan melakukan permintaan yang bersifat subjektif dan cenderung biasa untuk memancing jawaban tambahan.

Metode penelitian kualitatif muncul karena terjadi perubahan paradigma dalam memandang suatu realitas/fenomena/gejala. Dalam paradigma ini realitas dipandang sebagai sesuatu yang holistik dan metode ini sering disebut sebagai metode penelitian yang naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah, dalam penelitian kualitatif peneliti menjadi instrumen atau human instrument (Sugiyono, 2017).

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, jenis penelitian kualitatif deskriptif untuk mendeskripsikan peran aktual persepsi *self esteem* terhadap *body dysmorphic* disorder pada peserta didik SMA Negeri 2 Cirebon. Disamping itu, pendekatan itu memungkinkan peneliti mengumpulkan data dan menyesuaikan dengan konteks, karena penelitian ini relevan menggunakan penelitian metode kualitatif dan metode penelitian yang digunakan yaitu fenomenologi.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi, fenomenologi merupakan ilmu tentang perkembangan kesadaran dan pengenalan diri manusia yang juga dikenal sebagai aliran filsafat sekaligus metode berfikir, yang mempelajari fenomena manusiawi (human phenomena) tanpa mempertanyakan penyebab dari fenomena itu, realitas objektifnya, dan penampakkannya. melanjutkan bahwa dalam

penelitian yang menggunakan pendekatan fenomenologi, fenomena yang ditunjukkan adalah asli seperti yang tampak apa adanya, dan sangat menyakini bahwa fenomena yang tampak itu tidak lepas dari makna-makna yang tersembunyi di baliknya karena aliran fenomenologi ini mempercayai bahwa selalu ada makna di balik setiap fenomena (Gunawan, 2018)

Peneliti memilih metode penelitian kualitatif karena strategi ini lebih fokus pada pemahaman fenomena sosial yang sedang terjadi. Oleh karena itu, penekanan pada kealamian penelitian sangat penting. Beberapa ciri khas dari penelitian kualitatif termasuk sifat alamiah dan penggunaan metode wawancara. Penelitian kualitatif mengumpulkan data langsung dari lapangan, bukan dari laboratorium atau penelitian yang dikontrol, dengan melakukan kunjungan ke situasi alami subjek dan mengembangkan situasi dialogis sebagai pendekatan ilmiah.

Secara ringkas dapat dijelaskan bahwa deskriptif adalah suatu metode penelitian yang bergerak pada pendekatan kualitatif sederhana dengan alur induktif. Alur induktif ini maksudnya penelitian deskriptif kualitatif diawali dengan proses atau peristiwa penjas yang akhirnya dapat ditarik suatu generalisasi yang merupakan sebuah kesimpulan dari proses atau peristiwa tersebut.

2. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini yang akan dilakukan perihal penelitian terhadap peran *self esteem* terhadap *body dysmorphic disorder* pada peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon, tepatnya di Jl.DR.Cipto Mangunkusumo No.1, Pekiringan, Kec. Kesambi, Kota Cirebon, Jawa Barat.

Waktu yang dilakukan pada Bulan Oktober 2024 sampai dengan Februari 2025 dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.1 Rencana Waktu Penelitian (Time Schedule)

No								
Tahap Penyusunan Proposal Skripsi								
1	Pengajuan Judul							
2	Penyusunan Proposal							
3	Revisi Proposal							
4	Seminar Proposal							
5	Revisi Proposal							
Tahap Pelaksanaan Penelitian								
6	Pembuatan SK Penelitian							
7	Perizinan Penelitian							
8	Instrumen Wawancara							
9	Penelitian Skripsi							
10	Penyusunan Skripsi							
Tahap Pelaporan Hasil Penelitian								
11	Sidang Skripsi							
12	Revisi Skripsi							
13	Pengesahan Skripsi							

3. Penentuan Sumber Informan/Informasi

Adapun Penentuan informan dalam penelitian ini didasarkan atas pihak- pihak yang menguasai masalah, memiliki data, dan bersedia memberikan data, disamping itu penentuannya pun didasarkan atas kriteria tujuan dan manfaatnya. Penentuan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive, dimana hanya orang-orang atau pihak-pihak tertentu saja yang akan dijadikan tujuan peneliti sebagai sumber informasi.

Menurut Sugiyono dalam penelitian kualitatif tidak dikenal dengan konsep populasi dan sampel. Sumber informasi untuk penelitian kualitatif adalah informan atau narasumber yang terkait dengan permasalahan penelitian dan oleh peneliti dianggap mampu memberikan informasi dan data (Sugiyono, 2017).

Kriteria informan dengan menggunakan pendekatan fenomenologi, harus memenuhi 5 persyaratan Engkus, (2013) yaitu:

- a. Informan yang akan ditunjuk harus mengalami langsung situasi atau kejadian yang berkaitan dengan topik penelitian. Tujuannya adalah untuk mendapatkan deskripsi dari sudut pandang orang utama. Ini merupakan kriteria utama dan harus dilakukan dalam penelitian fenomenologi
- b. Informan mampu menggambarkan kembali fenomena yang telah dialaminya terutama dalam sifat alamiah dan maknanya. Sehingga hasilnya nanti akan diperoleh data yang alami dan reflektif menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.
- c. Bersedia untuk terlibat dalam kegiatan penelitian yang mungkin membutuhkan waktu yang lama.
- d. Bersedia untuk diwawancarai dan direkam atau selama penelitian berlangsung.
- e. Memberikan persetujuan untuk mempublikasikan hasil penelitian. aktifitasnya selama wawancara.

Selanjutnya bilamana dalam proses pengumpulan data sudah tidak lagi ditemukan variasi informasi, maka peneliti tidak perlu lagi untuk mencari informan baru, proses pengumpulan informasi dianggap sudah selesai, dengan demikian penelitian kualitatif tidak dipersiapkan jumlah informan.

4. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder yaitu Suryabrata, 1989:93 :

a. Data Primer

Data primer adalah informasi yang dikumpulkan secara langsung oleh individu atau organisasi dari objek yang sedang diteliti, khususnya untuk tujuan studi tersebut. Data ini dapat diperoleh melalui observasi. Dalam konteks ini, data primer mencakup informasi yang diperoleh dari guru BK SMA Negeri 2 Cirebon dan peserta didik untuk mendapatkan informasi yang diperlukan.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah informasi yang bersumber dari bahan bacaan atau penelitian terdahulu yang dikumpulkan dan dilaporkan oleh pihak lain selain peneliti, dan biasanya diperoleh dari literatur. Data sekunder berfungsi untuk melengkapi data primer, karena data primer dianggap sebagai data aktual yang diperoleh secara langsung karena data sekunder yang diperoleh dari lapangan atau penerapan teori tertentu dapat membantu peneliti dalam memahami dan menganalisis data dengan lebih baik. Data ini disertakan oleh peneliti secara rinci sesuai dengan cakupan masalah yang diteliti.

5. Unit Analisis

Unit analisis adalah bagian dari penelitian kualitatif. Secara fundamental, unit analisis berhubungan dengan masalah penentuan apa yang dimaksud dengan kasus dalam penelitian. Unit analisis yaitu “apa yang akan diteliti” oleh yang sedang meneliti (Hermawan & Amirullah, 2018).

Berdasarkan pengertian unit analisis di atas dapat disimpulkan bahwa unit analisis dalam penelitian ialah subjek yang akan diteliti kasusnya. Dengan demikian peneliti melakukan unit analisis pada SMA Negeri 2 beralamatkan di Jalan Jl. DR. Cipto Mangunkusumo No.1, Pekiringan, Kec. Kesambi, Kota Cirebon, Jawa Barat. Peneliti melakukan penelitian kepada guru BK dan

peserta didik kelas XII SMA Negeri 2 Cirebon.

6. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif teknik pengumpulan data dapat dilakukan melalui setting dari berbagai sumber, dan berbagai cara. Dilihat dari settingnya, data dapat dikumpulkan dengan menggunakan sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer adalah sumber data yang langsung

memberikan data kepada peneliti, dan sumber sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada peneliti.

Metode pengumpulan data sangat erat hubungannya dengan masalah penelitian yang ingin dipecahkan. Masalah memberi arah dan mempengaruhi penentuan metode pengumpulan data. Banyak masalah yang telah dirumuskan tidak dapat dipecahkan dengan baik, karena metode untuk memperoleh data yang diperlukan tidak dapat menghasilkan data seperti yang diinginkan (Satori & Komariah, 2020).

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian menurut (Sugiyono, 2017) ini adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang memiliki ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik lainnya. Teknik observasi ini digunakan sebagai pencarian data atau informasi mengenai eksplorasi peran *self esteem* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon.

b. Wawancara

Kegiatan wawancara merupakan teknik pengumpulan data untuk pemerolehan informasi dengan cara melakukan proses tanya jawab antara penanya dan informan. Teknik

wawancara ini dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu:

1. Wawancara terstruktur, menggunakan inti penelitian sebagai panduan dalam melakukan wawancara terstruktur, peneliti telah menyiapkan instrumen peneliti berupa pertanyaan- pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah dipersiapkan, dengan wawancara terstruktur ini setiap responden diberi pertanyaan yang sama dan peneliti mencatatnya.
2. Wawancara tidak terstruktur, merupakan wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya, pedoman wawancara yang dilakukan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan. Wawancara ini sering digunakan dalam penelitian pendahuluan atau mengenai penelitin dengan subyek mendalam yang diteliti.
3. Wawancara semi-terstruktur, yaitu gabungan dari kedua jenis wawancara di atas. Dalam pendekatan ini, pewawancara menentukan inti permasalahan dan menyesuaikan pelaksanaannya dengan kondisi lapangan, jenis wawancara ini sudah termasuk dalam kategori in-depth interview, dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas jika dibandingkan dengan wawancara terstruktur.

Tujuan dari wawancara jenis ini adalah menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide-idenya. Peneliti menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur ini untuk berinteraksi dengan guru BK dan peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon.

c. Dokumentasi

Dokumentasi ialah metode yang digunakan untuk memperoleh informasi dari sumber- sumber tertulis atau dokumen-dokumen, berupa buku, catatan, arsip, surat-surat, jurnal, laporan penelitian, dan lain-lain. Teknik dokumentasi ini digunakan untuk mendukung dan menjelaskan informasi dari hasil observasi dan wawancara. Selanjutnya data yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara akan disempurnakan dan dikuatkan dengan dokumentasi yang telah didapatkan.

7. Teknik Analisis data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan selama proses pengumpulan data. Selama wawancara, peneliti sudah mulai menganalisis jawaban dari pertanyaan yang diajukan. Jika jawaban yang dianalisis dianggap kurang memadai atau belum memuaskan, peneliti dapat mengajukan pertanyaan tambahan sampai data yang diperoleh dianggap dapat dipercaya. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model Miles dan Huberman (Sugiyono, 2020) yaitu:

1. *Data Collection* (Pengumpulan Data)

Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dengan observasi, wawancara mendala, dan dokumentasi atau gabungan ketiganya (triangulasi). Pengumpulan data dilakukan berhari-hari, mungkin berbulan-bulan, sehingga data yang diperoleh akan banyak. Pada tahap ini peneliti melakukan penjelajahan secara umum terhadap situasi sosial/obyek yang diteliti, semua yang dilihat dan didengar direkamsemua, sehingga dengan demikian peneliti akan memperoleh data yang sangat banyak dan bervariasi.

2. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Reduksi data adalah proses merangkum dan memilih

informasi penting dari data yang diperoleh di lapangan dalam jumlah besar. Ini melibatkan pencatatan secara teliti dan rinci, serta fokus pada hal-hal utama dengan mengidentifikasi tema dan pola, sambil membuang informasi yang tidak relevan. Dengan demikian, reduksi data membantu memberikan gambaran yang lebih jelas, mempermudah peneliti dalam pengumpulan data selanjutnya, dan memungkinkan pencarian informasi tambahan jika diperlukan.

3. *Data Display* (Penyajian Data)

Data yang telah direduksi kemudian akan ditampilkan. Menampilkan data berarti menyusun informasi secara sistematis, sehingga memudahkan peneliti dalam memahami situasi yang sedang terjadi.

4. *Conclusion Drawing/verification* (Kesimpulan)

Langkah selanjutnya dalam proses analisis data kualitatif, menurut Miles dan Huberman adalah menarik dan memvalidasi kesimpulan. Kesimpulan awal bersifat tentatif dan dapat berubah jika tidak didukung oleh bukti yang dapat dipercaya dalam analisis data selanjutnya. Namun apabila kesimpulan awal tersebut didukung dengan bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data wawancara di SMA Negeri 2 Cirebon, maka kesimpulan tersebut dapat dikatakan kredibel.

I. **Sistematika Penelitian**

a. Bab I: Pendahuluan

Bab satu merupakan pendahuluan yang menguraikan tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian,

kegunaan penelitian, penelitian terdahulu, kerangka teori, metode penelitian, sistematika penelitian, dan rencana waktu penelitian.

b. Bab II: Landasan Teori

Bab dua menguraikan landasan teoritis atau pemikiran yang memberikan uraian umum tentang konsep self esteem serta pemahaman mengenai body dysmorphic disorder.

c. Bab III: Metode Penelitian

Bab tiga menguraikan tentang metode penelitian, dan lokal penelitian yang digunakan penulis dalam melakukan penelitian. Pada bab ini menjelaskan sumber data, dan teknik pengumpulan data.

d. Bab IV: Hasil Penelitian

Bab empat menguraikan tentang temuan penelitian, dan pembahasan hasil sesuai dengan rumusan masalah, yaitu bagaimana peran *self esteem* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* bagi peserta didik.

e. Bab V: Penutup

Peneliti ini menyimpulkan dari hasil penelitian dan kemudian memberikan saran-saran.