

Analisis Multifaktor Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Mahasiswi Baru

Putri Nur Rizki¹, Miftahul Fikri^{2*}, Dina Sukma³, Lia Mita Syahri⁴
Departemen Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang¹²³⁴

*) Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Bar., Kec. Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat 25171, Indonesia; E-mail: miftahulfikri@fip.unp.ac.id

Article History:

Received: 10/02/2026;
Revised: 14/02/2026;
Accepted: 21/02/2026;
Published: 28/02/2026.

How to cite:

Putri Nur Rizki 1, Miftahul Fikri 2, Dina Sukma 3, & Lia Mita Syahri 4. (2026). Analisis Multifaktor Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Mahasiswi Baru. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(3), pp. 19–32. DOI: 10.26539/terapeutik.9/3/26.956



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2026, Putri Nur Rizki, Miftahul Fikri, Dina Sukma, & Lia Mita Syahri(s).

Abstract: *Body Dysmorphic Disorder (BDD) is a body image disturbance characterized by maladaptive cognitive schemas regarding perceived physical flaws. In the digital era, exposure to visual media and narrow beauty standards has intensified social pressure, while research on BDD tendencies among university students in Indonesia remains limited. First-year female students are considered a vulnerable group because they are undergoing a transitional phase that requires adjustment to a new academic and social environment. This study aims to identify the factors contributing to BDD tendencies among first-year female students at the Faculty of Education, Universitas Negeri Padang. A descriptive quantitative approach was employed using Exploratory Factor Analysis (EFA) with Varimax rotation. The sample consisted of 323 students selected through stratified random sampling. Data were collected using a BDD Tendency Scale developed based on cognitive-behavioral theory. The results indicated a moderate level of BDD tendency, with five underlying factors: psychological vulnerability, social comparison, sensitivity to evaluation, psychosocial pressure, and emotional sensitivity. These findings highlight the multidimensional nature of BDD and emphasize the importance of cognitive restructuring-based counseling services in higher education settings.*

Keywords: *Body Dysmorphic Disorder; First-Year Female Students; Exploratory Factor Analysis;*

Abstrak: *Body Dysmorphic Disorder (BDD) merupakan gangguan persepsi tubuh yang ditandai oleh skema kognitif maladaptif terhadap kekurangan fisik yang dirasakan. Di era digital, paparan media visual dan standar kecantikan yang sempit meningkatkan tekanan sosial, sementara kajian mengenai kecenderungan BDD pada mahasiswi di Indonesia masih terbatas. Mahasiswi baru menjadi kelompok rentan karena berada pada fase transisi dan penyesuaian diri di lingkungan kampus. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecenderungan BDD pada mahasiswi baru Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan Exploratory Factor Analysis (EFA) dan rotasi Varimax. Sampel berjumlah 323 mahasiswi yang dipilih melalui stratified random sampling. Data dikumpulkan menggunakan Skala Kecenderungan BDD berbasis teori kognitif-perilaku. Hasil menunjukkan tingkat kecenderungan BDD berada pada kategori sedang dengan lima faktor laten: kerentanan psikologis, perbandingan sosial, sensitivitas penilaian, tekanan psikososial, dan kepekaan emosional. Temuan menegaskan sifat multidimensional BDD serta pentingnya layanan konseling berbasis restrukturisasi kognitif di perguruan tinggi.*

Kata Kunci: *Body Dysmorphic Disorder; Mahasiswi Baru; Analisis Faktor Eksploratori*

Pendahuluan

Masa remaja adalah periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikososial, dimana individu menghadapi tugas perkembangan untuk menerima citra tubuh mereka (Latifah *et al.*, 2024; Izzani *et al.*, 2024; Rahmat, C. P *et al.*, 2024). Ketidakmampuan untuk menerima perubahan fisik dapat menyebabkan ketidakpuasan diri dan kecemasan terkait penampilan (Izzani *et al.*, 2024). Mahasiswi baru termasuk dalam kelompok remaja akhir yang sedang berada dalam fase transisi menuju dewasa awal dan harus menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus yang baru (Roosdyanto *et al.*, 2025). Tekanan sosial dalam proses adaptasi dapat meningkatkan risiko gangguan citra tubuh, salah satunya adalah *Body Dysmorphic Disorder* (BDD).

Body Dysmorphic Disorder (BDD) merupakan masalah psikologis yang ditandai dengan ketidakpuasan yang berlebihan terhadap penampilan fisik dan keterikatan pada kekurangan tubuh yang sebenarnya tidak ada atau sangat sedikit (Adlya dan Zola, 2020; Amrizon et al., 2022). Individu yang cenderung mengalami BDD umumnya sering kali memiliki pemikiran negatif mengenai penampilan mereka, mengalami tekanan emosional, dan mengalami gangguan dalam fungsi sosial yang dapat mempengaruhi kualitas hidup sehari-hari mereka (Aswathy, 2023; Cahyaningrum et al., 2024). Secara konseptual, fenomena BDD merupakan muara dari interaksi antara rendahnya *body esteem* dan tingginya kecemasan sosial.

Rendahnya *body esteem*, yang ditandai dengan penilaian negatif terhadap fungsi dan penampilan tubuh, bertindak sebagai pemicu awal yang merusak citra diri individu (Sukma, 2022). Kondisi ini kemudian memicu kecemasan sosial, di mana individu merasa khawatir bahwa kekurangan fisik yang mereka persepsikan akan menjadi objek penghinaan atau penolakan oleh lingkungan kampus yang baru. Dalam kerangka kognitif perilaku, mekanisme ini berkembang menjadi BDD ketika kecemasan tersebut berubah menjadi preokupasi yang menetap dan disertai dengan perilaku keselamatan (*safety behaviors*) untuk menutupi diri (Phillips, 2009; Syahri & Daharnis, 2020).

Secara teoretis, pembentukan BDD dapat dijelaskan melalui model kognitif perilaku (*Cognitive Behavioral Theory*). Model ini menjelaskan bahwa pengalaman interpersonal negatif, seperti ejekan atau kritikan masa lalu, mengaktifkan skema diri maladaptif di mana individu mengaitkan harga diri mereka secara eksklusif dengan penampilan fisik (Phillips, 2009). Kerangka teoretis ini menekankan bahwa BDD bukan sekadar masalah estetika, melainkan gangguan pemrosesan informasi kognitif yang melibatkan perhatian selektif terhadap detail fisik dan interpretasi bias terhadap penilaian sosial (Veale, 2004).

Mahasiswi baru berada pada fase remaja akhir yang merupakan masa transisi menuju dewasa awal, dimana individu diharapkan telah mampu menerima diri secara fisik dan psikologis (Islami & Fitriyani, 2022). Namun, pada kenyataannya, tidak semua mahasiswi mampu melalui fase ini dengan baik. Tekanan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan yang baru sering kali memunculkan kecemasan terhadap penampilan fisik, terutama ketika penampilan menjadi salah satu aspek penting dalam interaksi sosial (Roosdyanto et al., 2025). Kondisi ini dapat meningkatkan risiko munculnya ketidakpuasan terhadap citra tubuh.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung mengalami *Body Dysmorphic Disorder* lebih sering dibandingkan pria, terutama di kalangan mahasiswa (Yunalia et al., 2023; Putri et al., 2022). Data dari *International OCD Foundation* mengungkapkan bahwa prevalensi BDD di seluruh dunia berkisar antara 1,7–2,9% dari populasi, dengan proporsi yang lebih tinggi pada perempuan (Song dan Mahaputra, 2022). Penelitian di antara mahasiswa juga menunjukkan angka yang cukup tinggi, seperti temuan Saab, et al. (2023), yang melaporkan prevalensi BDD sebesar 6,4% di kalangan mahasiswa di Lebanon, serta Mohanty, et al (2024), yang menemukan bahwa mahasiswa perempuan memiliki risiko BDD yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki.

Menurut Phillips (2009), kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi, meliputi faktor psikologis, sosial/budaya, serta peristiwa pemicu. Faktor psikologis mencakup rendahnya kepercayaan diri, perfeksionisme, dan citra tubuh negatif. Faktor sosial dan budaya meliputi pengaruh media sosial, tekanan teman sebaya, serta standar kecantikan yang berkembang di lingkungan sosial. Sementara itu, peristiwa pemicu seperti komentar negatif, pengalaman memalukan, atau perubahan fisik tertentu dapat memperkuat munculnya gejala BDD (Ramdani, 2021; Edmawati, 2023).

Fenomena kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* juga ditemukan pada mahasiswi baru Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara, mahasiswi baru merasakan tekanan yang signifikan terkait standar kecantikan kampus, seperti tuntutan memiliki tubuh ideal, kulit cerah, dan penampilan menarik. Ketika standar tersebut tidak terpenuhi, muncul perasaan malu, rendah diri, serta kecenderungan menghindari situasi sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecenderungan BDD pada mahasiswi baru tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor, melainkan hasil interaksi berbagai faktor psikologis dan sosial.

Penelitian sebelumnya, umumnya lebih menitikberatkan pada sejauh mana atau dampak dari faktor-faktor tunggal terhadap *Body Dysmorphic Disorder*. Kesenjangan utama yang diisi oleh penelitian ini adalah pada penggunaan teknik Analisis Faktor Eksploratori (EFA) untuk membedah struktur laten pembentuk BDD secara multidimensional. Berbeda dengan studi-studi terdahulu, penelitian ini tidak hanya membuktikan adanya hubungan, tetapi memetakan faktor-faktor apa saja yang paling berkontribusi dalam konteks transisi perguruan tinggi di Indonesia. Fokus pada identifikasi faktor dominan ini menjadi kebaruan (*novelty*) yang penting bagi pengembangan intervensi bimbingan dan konseling yang lebih presisi dan berbasis data di lingkungan kampus.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang membentuk kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* di kalangan mahasiswi baru di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang paling dominan. Harapan dari hasil penelitian ini adalah untuk menjadi dasar dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang lebih preventif dan responsif terhadap masalah kesehatan mental mahasiswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif dan analisis faktor eksploratori (*Exploratory Factor Analysis/EFA*). Pendekatan deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswi baru, sedangkan analisis faktor eksploratori bertujuan untuk mengidentifikasi dan mereduksi indikator-indikator menjadi sejumlah faktor laten yang membentuk kecenderungan BDD (Sugiyono, 2020; Ihsan *et al.*, 2023).

Subjek penelitian adalah mahasiswi baru yang terdaftar di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang pada tahun 2025. Populasi penelitian ini berjumlah 1.597 mahasiswi. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *probability sampling* menggunakan metode *stratified random sampling* agar masing-masing program studi terwakili secara proporsional (Sugiyono, 2020). Ukuran sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin dengan margin kesalahan sebesar 5%, sehingga diperoleh 323 mahasiswi sebagai responden penelitian untuk melihat gambaran kecenderungan BDD (Yusuf, 2017).

Sesuai dengan tujuan penelitian untuk membedah struktur pembentuk BDD, analisis EFA dilakukan secara spesifik terhadap responden yang berada pada kategori kecenderungan sedang dan tinggi. Hal ini bertujuan agar faktor yang diekstraksi benar-benar merepresentasikan karakteristik psikologis individu yang memiliki gejala BDD signifikan. Ukuran sampel sebanyak 165 orang dengan total 17 item instrumen menghasilkan rasio sebesar 9:1. Rasio ini telah memenuhi kriteria Hair *et al.* (2019) yang mensyaratkan minimal 5–10 observasi per item, sehingga stabilitas dan validitas hasil ekstraksi faktor dalam penelitian ini terjamin secara statistik.

Instrumen penelitian adalah kuesioner mengenai kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*, yang disusun berdasarkan teori Phillips (2009). Instrumen ini mencakup dua dimensi utama, yaitu *preoccupation* dan *distress/impairment in functioning*, serta indikator-indikator dari faktor psikologis, sosial/budaya, dan peristiwa pemicu. Instrumen ini disusun dalam bentuk skala Likert lima poin, yang berkisar dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Sebelum digunakan, instrumen ini telah menjalani pengujian validitas dan reliabilitas yang diuji melalui *expert judgment* oleh pakar di bidang konseling pada bulan Desember 2025 untuk memastikan kesesuaian dan konsistensi pengukuran (Sugiyono, 2020). Dalam proses pengembangan instrumen, validitas memiliki peran fundamental karena berkaitan dengan akurasi dan kesahihan tes dalam mencerminkan variabel yang ingin diteliti. Semakin tinggi validitas, semakin tepat instrumen menggambarkan fenomena yang diukur (Syahputra, Y., Rahmat, C. P., & Erwinda, L. 2025).

Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan menjunjung tinggi etika penelitian, di mana setiap identitas responden dijaga kerahasiaannya (*anonymity*) selama proses penelitian. Pengumpulan data dilakukan selama tiga minggu, mulai dari 24 Desember 2025 hingga 11 Januari 2026. Proses pengumpulan data dilaksanakan dengan menggunakan kuesioner

tertutup yang disebarakan langsung kepada para responden. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif serta analisis faktor eksploratori. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan atau mengkategorisasikan tingkat kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* di kalangan mahasiswi baru. Selain itu, analisis faktor eksploratori dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor pembentuk kecenderungan BDD.

Pada prosedur teknis *Exploratory Factor Analysis* (EFA) diawali dengan uji kelayakan data menggunakan *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) *Measure of Sampling Adequacy* dengan ambang batas $p > 0,50$ dan *Bartlett's Test of Sphericity* pada taraf signifikansi $p < 0,05$. Dalam proses ini, peneliti juga mengevaluasi nilai *Measure of Sampling Adequacy* (MSA) pada masing-masing item. Item yang memiliki nilai MSA di bawah ambang batas kelayakan $< 0,50$ dikeluarkan dari analisis untuk memastikan kekuatan struktur faktor yang terbentuk. Setelah penghapusan item tersebut, uji kelayakan diulang kembali hingga seluruh item yang tersisa memenuhi kriteria untuk dianalisis lebih lanjut. Selanjutnya, dilakukan ekstraksi faktor menggunakan metode *Principal Component Analysis* (PCA) untuk mereduksi variabel berdasarkan nilai *eigenvalue* > 1 . Untuk menghasilkan struktur faktor yang lebih jelas dan sederhana, peneliti menerapkan rotasi faktor dengan metode Varimax. Tahap akhir adalah interpretasi faktor, di mana sebuah indikator dinyatakan signifikan dan masuk ke dalam struktur faktor laten jika memiliki nilai loading factor $\geq 0,40$ sesuai dengan kriteria yang ditetapkan (Hair et al., 2019; Ihsan et al., 2023).

Hasil dan Diskusi

Hasil

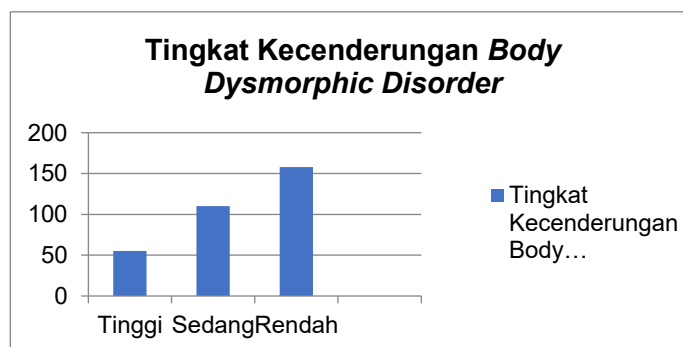
Analisis Deskriptif

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru berada pada kategori sedang. Berdasarkan data statistik, diperoleh nilai rata-rata (*mean*) skor kecenderungan BDD sebesar 65,85, dengan standar deviasi 17,036, skor minimum 26, dan skor maksimum 90. Rentang skor ini menunjukkan adanya variasi tingkat kecenderungan BDD di antara responden.

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
BDD	323	26	90	65.85	17.036
Valid N (listwise)	323				

Berdasarkan pengkategorian skor, distribusi tingkat kecenderungan BDD dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Tingkat Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

Distribusi kecenderungan BDD di antara mahasiswi baru terbagi menjadi tiga kelompok. Hasilnya menunjukkan bahwa 158 mahasiswi (48,92%) termasuk dalam kategori rendah, 110 mahasiswi (34,05%) berada di kategori sedang, dan 55 mahasiswi (17,03%) tergolong dalam kategori tinggi. Meskipun sebagian besar responden berada pada kategori rendah, proporsi mahasiswi di kategori sedang dan tinggi mencapai 51,08%, yang menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden memiliki kecenderungan BDD yang memerlukan perhatian lebih. Temuan ini menggambarkan bahwa kecenderungan BDD di kalangan mahasiswi baru bukanlah fenomena kecil, melainkan cukup signifikan dalam konteks populasi penelitian. Hal ini memberikan indikasi kuat mengenai eksistensi kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dalam dinamika kehidupan mahasiswi di lingkungan kampus.

Analisis Faktor

Sebelum menganalisis faktor, data terlebih dahulu diuji kelayakannya dengan menggunakan *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) dan *Bartlett's Test of Sphericity*. Pada tahap awal, terdapat beberapa item yang memiliki nilai *Measure of Sampling Adequacy* (MSA) di bawah ambang batas kelayakan, sehingga item tersebut dihapus. Setelah penghapusan, uji kelayakan dilakukan kembali dan semua item yang tersisa memenuhi kriteria untuk dianalisis lebih lanjut.

Tabel 2. KMO dan *Bartlett's Test*

<i>KMO and Bartlett's Test</i>	
<i>Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.</i>	.793
<i>Bartlett's Test of Sphericity</i>	<i>Approx. Chi-Square</i> 579.891
	Df 153
	Sig. .000

Hasil pengujian *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) menunjukkan angka 0. 793, yang lebih tinggi dari batas minimum 0. 50. Angka ini mengindikasikan bahwa ukuran sampelnya cukup baik dan pola hubungan antar indikator cukup solid untuk dianalisis lebih jauh. Hasil dari *Bartlett's Test of Sphericity* menunjukkan nilai signifikansi 0. 000 ($p < 0,05$). Hasil ini mengindikasikan bahwa matriks korelasi tidak merupakan matriks identitas, yang menunjukkan adanya keterkaitan penting antarvariabel. Dengan demikian, data ini dianggap cocok untuk dianalisis secara faktorial eksploratif.

Sebelum melangkah ke tahap ekstraksi faktor, dilakukan pengujian lebih mendalam terhadap kekuatan hubungan antaritem melalui pemeriksaan matriks *Anti-Image Correlation*. Fokus utama dalam tahap ini adalah mengamati nilai *Measure of Sampling Adequacy* (MSA) yang terdapat pada diagonal matriks yang ditandai dengan label "a". Secara teoretis, nilai MSA memberikan informasi mengenai sejauh mana sebuah item atau indikator dapat diprediksi oleh item lainnya tanpa kesalahan (Hair, *et al.*, 2022).

Tabel 3. Hasil Uji MSA (*Measures of Sampling Adequacy*)

Indikator	<i>Anti Image Correlation</i>		
	Nilai MSA	Syarat	Keterangan
FP1	0,867	>0,50	<i>Eligible</i>
FP2	0,840	>0,50	<i>Eligible</i>
FP4	0,744	>0,50	<i>Eligible</i>
FP5	0,661	>0,50	<i>Eligible</i>
FSB1	0,802	>0,50	<i>Eligible</i>
FSB2	0,713	>0,50	<i>Eligible</i>
FSB3	0,773	>0,50	<i>Eligible</i>
FSB4	0,858	>0,50	<i>Eligible</i>
FSB5	0,753	>0,50	<i>Eligible</i>
FSB6	0,649	>0,50	<i>Eligible</i>
FSB7	0,761	>0,50	<i>Eligible</i>
FPP1	0,865	>0,50	<i>Eligible</i>
FPP2	0,811	>0,50	<i>Eligible</i>
FPP3	0,824	>0,50	<i>Eligible</i>
FPP4	0,800	>0,50	<i>Eligible</i>
FPP5	0,825	>0,50	<i>Eligible</i>
FPP6	0,721	>0,50	<i>Eligible</i>

Hasil pemeriksaan *Anti-Image Correlation Matrix* menunjukkan bahwa setelah melalui proses eliminasi item pada tahap awal, seluruh 17 item yang dipertahankan memiliki nilai MSA yang berada dalam rentang 0,649 hingga 0,867. Mengacu pada kriteria yang dijelaskan oleh Hair, *et al* (2022), nilai MSA yang berada > 0,50 dikategorikan sebagai ambang batas minimal kelayakan, sementara nilai yang berada pada rentang 0,80 ke atas dikategorikan sebagai "sangat baik" (*meritorious*). Dengan demikian, tingginya nilai MSA pada mayoritas item penelitian ini, memberikan bukti empiris bahwa setiap indikator memiliki sinergi korelasi yang sangat kuat dalam membentuk variabel kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*.

Pemeriksaan ini sangat penting karena nilai MSA yang tinggi menjamin bahwa data tidak mengalami masalah multicollinearity yang dapat merusak struktur faktor, namun tetap memiliki keterkaitan yang memadai untuk dikelompokkan ke dalam faktor-faktor laten (Hair, *et al*, 2022). Tidak ditemukannya item dengan nilai MSA di bawah 0,50 pada tahap final ini menegaskan bahwa instrumen yang digunakan telah memenuhi syarat presisi statistik yang ketat. Hal ini memberikan fondasi yang sangat valid bagi peneliti untuk melanjutkan ke tahap ekstraksi *Principal Component Analysis* (PCA), karena seluruh item secara individual terbukti mampu merepresentasikan dimensi psikologis yang ingin diukur secara konsisten tanpa adanya distorsi data.

Selanjutnya, pengambilan faktor dilakukan dengan metode *Principal Component Analysis*. Jumlah faktor ditentukan berdasarkan kriteria nilai *eigen* > 1 (*Kaiser's criterion*). Hasil pengambilan menunjukkan bahwa terdapat lima faktor dengan nilai *eigen* lebih dari 1.

Tabel 4. Hasil Uji *Total Variance Explained*

Compo nent	<i>Total Variance Explained</i>								
	<i>Initial Eigenvalues</i>			<i>Extraction Sums of Squared Loadings</i>			<i>Rotation Sums of Squared Loadings</i>		
	<i>Total</i>	<i>% of Variance</i>	<i>Cumulative %</i>	<i>Total</i>	<i>% of Variance</i>	<i>Cumulative %</i>	<i>Total</i>	<i>% of Variance</i>	<i>Cumulative %</i>
1	4.316	25.387	25.387	4.316	25.387	25.387	2.388	14.045	14.045
2	1.362	8.012	33.399	1.362	8.012	33.399	1.879	11.052	25.097
3	1.286	7.566	40.965	1.286	7.566	40.965	1.875	11.027	36.124
4	1.233	7.256	48.220	1.233	7.256	48.220	1.660	9.764	45.887
5	1.088	6.399	54.619	1.088	6.399	54.619	1.484	8.732	54.619
6	.909	5.349	59.969						
7	.865	5.087	65.056						
8	.836	4.917	69.973						
9	.795	4.674	74.647						
10	.737	4.334	78.981						
11	.672	3.950	82.931						
12	.618	3.633	86.564						
13	.587	3.454	90.019						
14	.527	3.097	93.116						
15	.444	2.614	95.730						
16	.395	2.322	98.052						
17	.331	1.948	100.000						

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Hasil ekstraksi faktor melalui metode *Principal Component Analysis* menunjukkan nilai akumulasi *Total Variance Explained* sebesar 54,619%. Secara metodologis, angka ini telah melampaui standar kelayakan dalam penelitian ilmu-ilmu sosial, dimana total varians kumulatif sebesar 50% atau lebih dianggap sudah cukup kuat untuk menjelaskan struktur faktor yang terbentuk dari sebuah fenomena psikologis (Ihsan *et al.*, 2023). Hal ini mengindikasikan bahwa model lima faktor yang ditemukan dalam penelitian ini memiliki validitas yang baik dalam memetakan dimensi-dimensi yang membangun kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswa baru.

Dominansi Faktor 1 (Kerentanan Psikologis) yang memberikan kontribusi varians sebesar 25,387% merupakan temuan yang paling menonjol. Angka ini menceritakan bahwa seperempat dari seluruh penyebab kecenderungan BDD pada mahasiswa baru berakar dari aspek psikologis internal, terutama yang berkaitan dengan sisa-sisa pengalaman negatif masa lalu yang belum terselesaikan. Tingginya angka pada faktor pertama ini menegaskan teori

bahwa meskipun tekanan lingkungan hadir secara masif, kerentanan psikologis tetap menjadi prediktor utama (Phillips, 2009).

Empat faktor lainnya, yaitu Perbandingan Sosial (11,052%), Sensitivitas Penilaian (11,027%), Tekanan Psikososial (9,764%), dan Kepekaan Emosional (8,732%), secara kolektif melengkapi sisa penjelasan varians tersebut. Keempat faktor ini berfungsi sebagai katalisator yang memperparah kondisi individu. Sebagai contoh, ketika seorang mahasiswi dengan kerentanan psikologis tinggi (Faktor 1) terpapar oleh tekanan standar kecantikan (Faktor 4) dan umpan balik negatif di media sosial (Faktor 5), maka preokupasi terhadap kekurangan fisik akan meningkat secara eksponensial

Untuk memperoleh struktur faktor yang lebih sederhana dan mudah diinterpretasikan, dilakukan rotasi faktor menggunakan metode *Varimax Rotation*.

Tabel 5. Hasil Uji *Rotated Component Matrix*

	<i>Rotated Component Matrix^a</i>				
	Component				
	1	2	3	4	5
X1	.497	.408	.051	.266	.107
X2	.290	.684	.272	.108	-.110
X4	.029	-.044	.711	.089	.107
X5	.273	-.071	.076	.662	-.223
X6	.549	.167	-.046	.281	.259
X7	.130	.050	.178	.110	.769
X8	.209	.394	.673	.066	.057
X9	.570	.175	.206	-.130	-.007
X10	.041	.352	.396	.447	-.222
X11	-.077	.811	-.062	.048	.267
X12	.131	.240	-.172	.614	.258
X13	.296	.381	.044	-.019	.402
X14	.647	-.073	.159	.147	.088
X15	.407	.168	.293	-.049	.452
X16	-.110	.019	.343	.638	.339
X17	.684	.044	.055	.088	.081
X18	.343	-.005	.579	-.023	.236

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 8 iterations.

Berdasarkan *Rotated Component Matrix*, setiap item dikelompokkan ke dalam faktor dengan nilai *loading factor* tertinggi. Hasil uji menunjukkan bahwa sebanyak 17 indikator variabel yang diekstrak berhasil membentuk faktor sebanyak 5 faktor, dimana setiap indikator memiliki nilai *factor loading* di atas ambang batas 0,40 (Ihsan *et al.*, 2023).

Untuk memperjelas struktur faktor yang terbentuk beserta indikator-indikator yang menyusunnya, hasil analisis faktor selanjutnya disajikan secara ringkas dalam bentuk tabel. Penyajian tabel ini dimaksudkan untuk menunjukkan muatan faktor masing-masing indikator, kategori faktor yang terbentuk, serta kontribusi setiap faktor dalam menjelaskan variasi kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru.

Tabel 6. Hasil Analisis Faktor

Indikator Variabel	Muatan Faktor	Kategori Faktor	Total Variance Explained
Sensitivitas Pasca Pengalaman Negatif (X17)	0,684	Faktor Kerentanan Psikologis	25.387%
Penurunan Kepercayaan Diri (X14)	0,647		
Manajemen Citra Diri (X9)	0,570		
Pengaruh Media Sosial Terhadap Citra Diri (X6)	0,549		
Ketidakstabilan Keyakinan Diri (X1)	0,497		
Pengaruh Teman Sebaya (X11)	0,811	Faktor Perbandingan Sosial	8.012%
Perbandingan Diri Negatif (X2)	0,684		
Kecemasan Terhadap Pencapaian (X4)	0,711	Faktor Sensitivitas Penilaian	7.566%
Perbandingan Sosial Daring (X8)	0,673		
Dampak Pengalaman Kritik/Ejekan (X18)	0,579		
Perfeksionisme (X5)	0,662	Faktor Tekanan Psikososial	7.256%
Stres Akibat Perubahan Diri (X16)	0,638		
Internalitas Standar Kecantikan (X12)	0,614		
Tekanan Sosial (X10)	0,447		
Sensitivitas Terhadap Umpan Balik Media Sosial (X7)	0,769	Faktor Kepekaan Emosional	6.399%
Sensitivitas Terhadap Kritik (X15)	0,452		
Rasa Malu Terhadap Penilaian Negatif (X13)	0,402		

Sumber: Hasil Output SPSS, 2026

Diskusi dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis faktor, dapat disimpulkan bahwa *kecenderungan Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru terbentuk dari lima faktor laten yang secara kumulatif mampu menjelaskan 54,62% varians dari kecenderungan BDD. Penamaan faktor yang telah terbentuk dilakukan dengan mempertimbangkan kesamaan makna konseptual antar item yang membentuk masing-masing faktor.

Faktor pertama yang terbentuk adalah kerentanan psikologis, yang dibangun oleh indikator ketidakstabilan keyakinan diri, pengaruh media sosial terhadap citra diri, manajemen citra diri, penurunan kepercayaan diri, serta sensitivitas pasca pengalaman negatif. Di antara indikator tersebut, sensitivitas pasca pengalaman negatif menjadi yang paling dominan dengan nilai loading sebesar 0,684. Temuan ini memberikan pemahaman bahwa pengalaman emosional negatif di masa lalu memiliki peran yang sangat kuat dalam melemahkan kepercayaan diri mahasiswi baru, yang pada akhirnya memicu fokus berlebihan pada kekurangan fisik dan memperkuat kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Saab et al (2023) pada mahasiswa di Lebanon yang menemukan bahwa riwayat perundungan (*bullying*) secara signifikan meningkatkan skor BDD. Hal ini membuktikan bahwa kerentanan internal bukan sekadar masalah kepercayaan diri biasa, melainkan filter kognitif yang membuat individu secara selektif memperhatikan cacat fisiknya sebagai mekanisme pertahanan diri yang maladaptif.

Selanjutnya, faktor kedua diidentifikasi sebagai perbandingan sosial yang terdiri dari indikator perbandingan diri negatif dan pengaruh teman sebaya. Pengaruh teman sebaya muncul sebagai indikator yang paling dominan dengan nilai 0,811, yang mengindikasikan bahwa penilaian serta sikap dari lingkungan pergaulan sangat menentukan bagaimana mahasiswi baru melakukan evaluasi diri. Kuatnya kebutuhan akan penerimaan sosial di lingkungan kampus cenderung memperburuk perbandingan diri yang negatif dan secara signifikan meningkatkan risiko terjadinya *Body Dysmorphic Disorder*.

Temuan ini didukung oleh riset Mohanty et al (2024) yang menegaskan bahwa lingkungan pergaulan di perguruan tinggi sering kali menciptakan standar kecantikan informal yang memicu perbandingan sosial ke atas (*upward social comparison*). Sejalan dengan

pendapat Sukma (2022), proses membandingkan diri ini memicu kecemasan sosial yang menjadi bahan bakar utama bagi gejala BDD.

Adapun faktor ketiga, yaitu sensitivitas penilaian, terbentuk dari kecemasan terhadap pencapaian, perbandingan sosial daring, serta pengalaman kritik atau ejekan. Kecemasan terhadap pencapaian menjadi indikator dominan dalam faktor ini dengan nilai 0,711. Hal ini menunjukkan bahwa rasa takut akan kegagalan atau ketidakmampuan dalam memenuhi ekspektasi lingkungan dapat merembet pada evaluasi diri yang negatif secara umum, termasuk terhadap penampilan fisik, sehingga memperkuat preokupasi BDD pada individu.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Cahyaningrum et al. (2024) yang menekankan bahwa sensitivitas terhadap penilaian ini sering kali diperparah oleh pengalaman ejekan masa lalu, yang menciptakan pola pikir defensif di mana mahasiswi merasa bahwa kesempurnaan fisik adalah satu-satunya cara untuk menghindari penolakan sosial atau kegagalan dalam interaksi sosial di kampus. Lebih lanjut, Aswathy (2023) mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat kecemasan akademik atau performa yang tinggi cenderung lebih kritis terhadap kekurangan fisik mereka sebagai bentuk proteksi dari perasaan tidak kompeten.

Faktor keempat dikategorikan sebagai tekanan psikososial yang mencakup indikator perfeksionisme, tekanan sosial, internalisasi standar kecantikan, dan stres akibat perubahan diri. Dalam faktor ini, perfeksionisme merupakan indikator yang paling dominan dengan nilai 0,662. Tingginya tuntutan untuk mencapai kesempurnaan, terutama dalam standar penampilan fisik, menjadi sumber utama tekanan psikologis yang memicu ketidakpuasan mendalam terhadap diri sendiri dan meningkatkan kerentanan terhadap gejala BDD.

Hal ini konsisten dengan temuan Putri et al. (2022) bahwa perfeksionisme penampilan berkaitan erat dengan ketidakpuasan tubuh. Individu yang perfeksionis cenderung memiliki standar kecantikan yang tidak realistis, sehingga kesenjangan antara diri nyata dan diri ideal memicu preokupasi BDD yang lebih parah.

Terakhir, faktor kelima yang muncul adalah kepekaan emosional yang dibentuk oleh sensitivitas terhadap umpan balik media sosial, rasa malu terhadap penilaian negatif, serta sensitivitas terhadap kritik. Indikator yang paling dominan adalah sensitivitas terhadap umpan balik media sosial dengan nilai sebesar 0,769. Temuan ini menegaskan bahwa interaksi digital, khususnya komentar dan penilaian di media sosial, memiliki pengaruh besar dalam membentuk respons emosional negatif dan memperkuat fokus mahasiswi pada kekurangan fisik yang dirasakan.

Penelitian Yunalia et al. (2023) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tinggi berkorelasi dengan peningkatan gejala BDD karena adanya fitur penyuntingan wajah (filter) yang mengaburkan batas antara realitas dan persepsi. Komentar negatif di platform digital menjadi peristiwa pemicu yang memperkuat rasa malu dan penarikan diri secara sosial.

Secara kumulatif, terbentuknya kelima faktor tersebut menggambarkan bahwa kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswi baru merupakan fenomena multidimensional yang tidak dapat dipisahkan dari interaksi antara kerentanan internal dan tekanan lingkungan. Meskipun setiap faktor memiliki karakteristik yang berbeda, terdapat keterkaitan yang erat di mana faktor kerentanan psikologis bertindak sebagai fondasi utama, sementara faktor lainnya seperti perbandingan sosial dan tekanan psikososial berperan sebagai pemicu (*trigger*) yang memperburuk preokupasi individu terhadap penampilan fisik (Phillips, 2009).

Keterkaitan antarfaktor ini menjelaskan mengapa kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru tidak hanya dipengaruhi oleh aspek internal individu, tetapi juga oleh kepekaan terhadap penilaian sosial (Phillips, 2009). Kondisi ini sejalan dengan temuan Sukma (2022) yang menunjukkan bahwa penilaian negatif terhadap tubuh berkorelasi dengan kecemasan sosial. Lebih lanjut, hal ini juga berkaitan erat dengan kebutuhan individu akan penerimaan sosial yang memengaruhi cara mereka menampilkan diri di depan publik (Syahri & Daharnis, 2020). Mahasiswi yang memiliki kecemasan terhadap penolakan sosial cenderung melakukan manajemen presentasi diri yang berlebihan untuk menutupi kekurangan fisik yang mereka rasakan.

Secara demografis, fenomena kecenderungan BDD ini ditemukan pada mahasiswi baru angkatan 2025. Meskipun mayoritas responden berada pada kategori rendah, terdapat 51,08% mahasiswi yang masuk ke dalam kategori sedang dan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah populasi mahasiswi baru di lingkungan tersebut memiliki kerentanan yang signifikan terhadap kecenderungan BDD. Masa transisi perkuliahan merupakan periode kritis, di mana kebutuhan untuk diterima di lingkungan baru memicu mahasiswi untuk lebih memperhatikan penampilan fisik secara berlebihan sebagai bentuk manajemen citra diri (Amrizon et al., 2022).

Faktor yang paling dominan dalam membentuk kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru adalah Faktor 1 (Kerentanan Psikologis). Faktor ini memiliki nilai sebesar 25,387% terhadap faktor kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru. Akar masalah utama ditemukan pada indikator sensitivitas pasca pengalaman negatif. Pengalaman traumatis seperti ejekan atau kritik tajam di masa lalu menciptakan luka emosional yang membuat individu menetapkan standar perfeksionisme yang tidak realistis sebagai mekanisme pertahanan diri. Kondisi internal yang rapuh ini kemudian diperparah oleh paparan media sosial dan perbandingan dengan teman sebaya. Dominannya faktor ini menunjukkan bahwa kecenderungan BDD pada mahasiswi baru lebih banyak dipengaruhi oleh kondisi psikologis internal individu dibandingkan dengan faktor eksternal semata. Individu dengan kerentanan psikologis yang tinggi cenderung lebih mudah mengembangkan perhatian berlebihan terhadap kekurangan fisik yang dirasakan.

Dominansi faktor kerentanan psikologis sebagai kontributor utama menunjukkan bahwa kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswi baru di FIP UNP berakar pada kerapuhan struktur kognitif internal. Temuan ini sejalan dengan model kognitif BDD dari Veale (2004) yang menekankan peran keyakinan inti negatif terkait penampilan sebagai filter dalam memproses stimulus eksternal. Sensitivitas pasca pengalaman negatif merefleksikan internalisasi ejekan atau penolakan fisik di masa lalu ke dalam skema diri yang negatif dan menetap, sehingga memperkuat kerentanan psikologis individu. Kondisi ini menjelaskan mengapa faktor eksternal seperti media sosial dan teman sebaya menjadi lebih berdampak, karena cenderung ditafsirkan sebagai validasi atas keyakinan bahwa fisik individu bersifat cacat atau tidak menarik. Dalam konteks ini, perilaku mengecek cermin atau menutupi kekurangan fisik dipahami sebagai *safety behaviors* untuk mereduksi kecemasan yang bersumber dari ketidakstabilan keyakinan diri dan rasa tidak aman yang kronis (Veale, 2004).

Hasil penelitian yang menunjukkan terbentuknya lima faktor laten kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru memberikan implikasi penting terhadap perancangan layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi. Pemberian layanan tersebut bisa berupa bimbingan ataupun konseling kelompok yang mana sebagian besar faktor yang terbentuk, seperti perbandingan sosial, sensitivitas penilaian, dan tekanan psikososial, berkaitan erat dengan interaksi sosial. Melalui layanan tersebut, mahasiswa dapat memperoleh kesempatan untuk berbagi pengalaman, merefleksikan persepsi diri, serta mengembangkan penerimaan diri secara kolektif. Dalam layanan tersebut juga mereka dapat mereduksi ketidakpuasan terhadap diri mereka dengan menumbuhkan penerimaan diri, rasa syukur, dan cinta pada diri sendiri (Edmawati, 2023).

Secara lebih spesifik, implementasi konseling individual maupun konseling kelompok dengan teknik *Mindful Self-Compassion* dapat menjadi pilihan strategis. Sebagaimana ditemukan oleh Bunda, et al, (2025), pendekatan belas kasih pada diri sendiri ini efektif dalam membantu mahasiswa mereduksi penilaian diri yang negatif serta menumbuhkan rasa syukur dan cinta pada diri sendiri. Selain itu, sebagai upaya preventif, layanan informasi perlu diberikan kepada mahasiswi baru untuk meningkatkan pemahaman mengenai citra tubuh yang sehat dan risiko kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*. Tujuan utama dari layanan ini adalah agar penerima layanan dapat mengakses informasi tertentu dan mendapatkan bantuan dalam memecahkan masalah (Sasmita et al., 2025). Materi layanan dapat mencakup pengenalan konsep citra tubuh positif, dampak standar kecantikan sosial, serta penggunaan media sosial secara sehat.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswi baru berada pada kategori sedang (51,08%). Temuan ini menunjukkan bahwa pada masa transisi awal perkuliahan, mahasiswi baru telah menunjukkan adanya perhatian berlebih terhadap penampilan fisik, ketidakpuasan terhadap citra tubuh, serta sensitivitas terhadap penilaian lingkungan, meskipun belum berada pada tingkat gangguan yang berat.

Hasil analisis faktor eksploratori menunjukkan bahwa kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi baru terbentuk oleh lima faktor laten, yaitu Faktor Kerentanan Psikologis, Faktor Perbandingan Sosial, Faktor Sensitivitas Penilaian, Faktor Tekanan Psikososial, dan Faktor Kepekaan Emosional. Kelima faktor tersebut mencerminkan bahwa kecenderungan BDD tidak berdiri pada satu aspek tunggal, melainkan merupakan hasil interaksi antara kondisi psikologis internal individu dan pengaruh sosial eksternal.

Faktor Kerentanan Psikologis menjadi faktor yang paling dominan dalam membentuk kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (25,387%), yang ditandai oleh ketidakstabilan keyakinan diri, penurunan kepercayaan diri, pengaruh media sosial terhadap citra diri, serta sensitivitas terhadap pengalaman negatif. Faktor-faktor lainnya turut memperkuat kecenderungan BDD melalui mekanisme perbandingan sosial, kepekaan terhadap penilaian lingkungan, tekanan psikososial, serta respons emosional terhadap evaluasi negatif.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi terhadap perancangan layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi. Layanan bimbingan atau konseling kelompok dapat menjadi alternatif yang relevan karena sebagian besar faktor pembentuk kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* berkaitan dengan interaksi sosial. Selain itu, layanan informasi diperlukan sebagai upaya preventif untuk meningkatkan pemahaman mahasiswi baru mengenai citra tubuh yang sehat, dampak standar kecantikan sosial, serta penggunaan media sosial secara sehat.

Sebagai rekomendasi praktis, konselor di perguruan tinggi disarankan untuk mengimplementasikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) atau teknik *Mindful Self-Compassion* guna membantu mahasiswa merestrukturisasi skema diri negatif dan meningkatkan penerimaan diri. Pada riset selanjutnya, disarankan bagi peneliti mendatang untuk menggunakan metode Analisis Faktor Konfirmatori (*Confirmatory Factor Analysis/CFA*) guna menguji kembali stabilitas struktur faktor yang ditemukan dalam penelitian ini pada populasi yang lebih luas.

Ucapan Terima Kasih

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin dan dukungan selama penelitian ini berlangsung. Penulis juga berterima kasih kepada para mahasiswi baru yang bersedia menjadi responden dan aktif berpartisipasi dalam mengisi instrumen penelitian, sehingga data yang diperlukan dapat terkumpul dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, Bapak Dr. Miftahul Fikri, M. Pd., yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan artikel ini, serta Ibu Dr. Dina Sukma, S. Psi., S. Pd., M. Pd., Kons., dan Ibu Lia Mita Syahri, M.Pd., yang telah memberikan masukan dan saran selama proses penelitian hingga artikel ini selesai. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada orang tua, keluarga, dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan.

Daftar Rujukan

Adlya, S. I., & Zola, N. (2020). Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 4(2), 59-62. <https://doi.org/10.29210/3003269000>.

- Amrizon, N. A., Ildil, I., Nirwana, H., Zola, N., Fadli, R. P., & Putri, Y. E. (2022). Studi Pendahuluan; Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (BDD) pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 87-99. <https://doi.org/10.29210/176900>
- Aswathy, J. B. (2023). Body Dysmorphic Disorder: Cause and Consequences. *Global Journal For Research Analysis*, 12(12). <https://10.36106/gjra>
- Bunda, T. P., Syukur, Y., Sukma, D., & Fikri, M. (2025). Implementation of Mindful Self-Compassion Group Counseling in Reducing Self-Injury Behavior in Students. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 11(11), 1085-1092. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v11i11.13282>.
- Cahyaningrum, A. A., Efendy, M., & Pratikto, H. (2024). Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja: Adakah peranan Self Acceptance?. *JiWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 417-432. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa>
- Edmawati, M. D. (2023). *Body Dysmorphic Disorder: Konsep Penanganan, Konseling Kelompok & Teknik Cognitive Restructuring*. Makassar: Nas Media Pustaka.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2022). *Multivariate Data Analysis (8th ed.)*. Boston: Cengage Learning.
- Ihsan, H., Wahyuni, M. S., & Kurnadipare, A. I. (2023). Penerapan Analisis Faktor Eksplanatori pada Pengambilan Keputusan Mahasiswa Membeli Produk Online di Kota Makassar. *Journal of Mathematics, Computations, and Statistics*, 6(2), 169-176. , [Online]. Available: <http://www.ojs.unm.ac.id/jmathcos>
- Islami, A. C., & Fitriyani, H. (2022). Gambaran Self-Acceptance (Penerimaan Diri) Pada Remaja yang Tinggal Bersama Orang Tua Tunggal Ibu: Sebuah Penelitian Kualitatif. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(2), 135-148. <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.112.02>
- Izzani, T. A., Octaria, S., & Linda, L. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259-273. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>
- Latifah, O., Rahmadani, R., & Yarni, L. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(3), 187-194. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i3.2876>
- Mohanty, A., Vajaratkar, V. P., & Dias, A. (2024). Prevalence of Body Dysmorphic Disorder in college-going students: a quantitative study. *Indian Journal of Clinical Psychiatry*, 4(01), 42-49. <https://10.54169/ijocp.v4i01.110>
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder: An essential guide*. Oxford University Press.
- Putri, R. A., Utami, A. B., & Ramadhani, H. S. (2022). Body Dysmorphic Disorder pada Pengguna Media Sosial : Self Esteem. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(10), 1–7. Diakses dari: <http://repository.untag-sby.ac.id/14323/8/JURNAL%20TURNITIN.pdf>
- Rahmat, C. P., Ilahi, F. N., Cahyo, G. N., & Sugara, H. (2024). Perilaku agresif pada remaja: dampak dan pencegahannya. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(3), 20-26.
- Ramdani, Z. (2021). Metode Systematic Literature Review untuk Identifikasi Body Dysmorphic Disorder pada Remaja. *Journal of Psychological Perspective*, 3(2), 53-58. <https://doi.org/10.47679/jopp.32952021>
- Roosdyanto, F. X. D., Zamralita., & Fahlevi, R. (2025). Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa Universitas X Jakarta. *Provitae Jurnal Psikologi Pendidikan*, 18(1), 50-59.
- Saab, A., Jamaledine, Y., Ismail, O., Abbas, L. A., Daoud, R., & Nasser, Z. (2024). Prevalence of Body Dysmorphic Disorder (BDD) among the Lebanese University students: associated risk factors and repercussion on mental health. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, 64(4), E481-E487. <https://doi.org/10.15167/2421-4248/jpmh2023.64.4.3050>
- Sasmita, E., Rahmadini, M., Razi, F., & Syam, H. (2025). Layanan Dalam Bimbingan Dan Konseling Bagi Peserta Didik Di Sekolah. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(1), 83-91. <https://doi.org/10.61722/jmia.v2i1.3135>

- Song, A., & Mahaputra. (2022). Body Dysmorphic Disorder di Layanan Estetik: Prevalensi, Problematika, dan Deteksi Dini. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 28(1), 97-106. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v28i1.2236>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukma, D. (2022). Analysis of body esteem and social anxiety in late adolescents. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 8(3), 676-685. <https://doi.org/10.29210/020221556>
- Syahputra, Y., Rahmat, C. P., & Erwinda, L. (2025). *Instrumentasi Tes dalam Bimbingan dan Konseling*. CV Eureka Media Aksara.
- Syahri, L. M., & Daharnis, D. (2020). Correlation Between Social Acceptance and Student Self Presentation and Implications in Guidance and Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3). <https://doi.org/10.24036/00349kons2020>.
- Veale, D. (2004). Advances in a cognitive behavioural model of body dysmorphic disorder. *Body Image*, 1(1), 113-125. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00009-3](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00009-3).
- Yunalia, E. M., 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.v17i4.11099>
- Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.
