

INFORMASI ARTIKEL

Received: May, 07, 2025

Revised: September, 01, 2025

Available online: September, 04, 2025

at: <https://e-jurnal.ipphorr.com/index.php/hjk>

Hubungan antara *body image* dan *body dysmorphic disorder* pada member *fitness center*

Claudeo Primus Wenur, Angela Fitriani Clementine Kalesaran*, Afnal Asrifuddin

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

Korespondensi penulis: Angela Fitriani Clementine Kalesaran. *Email: afckalesaran@unsrat.ac.id

Abstract

Background: Body Dysmorphic Disorder (BDD) is a mental disorder characterized by an excessive obsession with physical defects that often go unnoticed by others. The prevalence of BDD varies between 0.5 and 3.2% and can affect individuals aged 5 to 80 years, with a slightly higher prevalence in women. BDD often emerges in adolescence and significantly impacts daily life, particularly among gym members. Research suggests that factors such as a history of abuse and stigma contribute to BDD.

Purpose: To explore the relationship between body image and body dysmorphic disorder among gym members.

Method: This was an observational analytical study with a cross-sectional design. A sample of 96 respondents was selected using simple random sampling. The research instruments used the MDDI questionnaire to assess BDD and the MBSRQ-AS to assess body image. Univariate analysis was conducted to describe the characteristics of the respondents and each variable. Bivariate analysis was performed using the chi-square test.

Results: The bivariate analysis using the chi-square test between the independent variable of body image and the dependent variable of BDD yielded a p-value <0.05.

Conclusion: There is a significant relationship between body image and body dysmorphic disorder in fitness center members.

Keywords: Body Dysmorphic Disorder; Body Image; Fitness Center; Members.

Pendahuluan: *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah gangguan mental yang ditandai oleh obsesi berlebihan terhadap cacat fisik yang sering tidak diperhatikan orang lain. Prevalensi BDD bervariasi antara 0.5-3.2% dan dapat memengaruhi individu dari usia 5-80 tahun dengan kecenderungan sedikit lebih tinggi pada perempuan. BDD sering muncul pada masa remaja dan berdampak signifikan pada kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan anggota *fitness center*. Penelitian menunjukkan bahwa faktor, seperti riwayat penyalahgunaan dan stigma berkontribusi terhadap BDD.

Tujuan: Untuk mengeksplorasi hubungan antara *body image* dan *body dysmorphic disorder* pada member *fitness center*.

Metode: Penelitian observasional analitik dengan desain potong lintang. Jumlah sampel sebanyak 96 responden yang dipilih secara *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner MDDI untuk menilai adanya BDD dan MBSRQ-AS untuk menilai *body image*. Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan setiap variabel. Sementara analisis bivariat dilakukan dengan uji *chi-square*.

Hasil: Analisis bivariat menggunakan uji *chi square* antara variabel bebas *body image* dan variabel terikat BDD didapatkan nilai $p < 0.05$.

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *body dysmorphic disorder* pada member *fitness center*.

Kata Kunci: *Body Dysmorphic Disorder; Body Image; Fitness Center; Member.*

PENDAHULUAN

Body Dysmorphic Disorder (BDD) atau dikenal juga dengan istilah *body dysmorphia* adalah gangguan psikiatri yang didefinisikan sebagai preokupasi atau keasyikan berlebihan terhadap dugaan cacat atau kekurangan pada penampilan fisik, padahal secara nyata kekurangan tersebut tidak terlihat atau hanya tampak kecil bagi orang lain. Individu dengan BDD mengalami pikiran yang mengganggu dan sulit dikendalikan tentang kekurangan fisik tersebut, sehingga menimbulkan perilaku berulang, seperti memeriksa cermin secara berlebihan, menyembunyikan bagian tubuh, atau membandingkan diri dengan orang lain. Kondisi ini menyebabkan gangguan signifikan dalam fungsi sosial, pekerjaan, atau area penting lain dalam kehidupan (Nicewicz, Torrico, & Boutrouille, 2025).

Kebanyakan orang ingin mengubah sesuatu pada tubuh dan penampilan mereka, tetapi bagi sebagian orang, hal itu menjadi sebuah obsesi. Kulit yang sehat memainkan peran penting dalam kesejahteraan fisik dan mental seseorang, sementara penampilan yang buruk berkaitan dengan masalah citra tubuh (Tomas-Aragones & Marron, 2016). Perubahan fisik yang terjadi pada masa dewasa, menerima penerimaan diri dari individu itu sendiri (Sucianggala & Wibowo, 2021). Media massa mempunyai pengaruh yang cukup signifikan dalam mewujudkan persepsi para perempuan terkait penampilan fisik yang dianggap menarik dari sudut pandang masyarakat (Damayanti & Susilawati, 2018).

Gangguan mental yang sering dirasakan dan ditandai dengan obsesi yang kuat terhadap satu atau lebih bayangan dari penampilan fisik. Penderita BDD ini seringkali tidak dapat menghentikan pemikiran negatif tentang penampilan mereka, meskipun orang lain mungkin tidak melihat cacat tersebut, namun orang yang memiliki BDD akan selalu berpikir bahwa usaha mereka itu kurang. Orang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* biasanya melakukan berbagai usaha, seperti memperbaiki penampilan, menjalani diet demi mendapatkan tubuh ideal, berolahraga secara berlebihan, atau mencoba mengubah bentuk tubuh dengan melakukan berbagai perawatan tubuh dan wajah bahkan perawatan kecantikan (Annisyah & Susilarini, 2022).

Estimasi prevalensi titik gabungan untuk BDD adalah 11.3% di seluruh studi dengan tingkat

heterogenitas yang tinggi ($I^2 = 95.81$). Estimasi prevalensi titik gabungan adalah 20.0% di lingkungan kosmetik/dermatologi, 7.4% di lingkungan kesehatan mental, dan 6.7% di lingkungan 'lainnya' (termasuk mahasiswa dan penari balet profesional) (McGrath, Oey, McDonald, Berle, & Wootton, 2023). Penelitian lain menemukan prevalensi keseluruhan BDD pada populasi umum adalah 17% dengan angka yang lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Prevalensi pada pasien bedah plastik adalah 24%. Sementara prevalensi BDD tertinggi ditemukan di Amerika Latin, dibandingkan dengan wilayah dunia lainnya (Pérez-Buenfil & Morales-Sánchez, 2025).

Kecenderungan BDD juga banyak ditemukan pada anggota *fitness centre*. Pada suatu penelitian memiliki tujuan utama untuk menentukan prevalensi dari *muscle dysmorphia* dari 117 anggota *fitness center*, ditemukan sebanyak 51 (43.6%) anggota yang memiliki kecenderungan BDD. Tubuh atletis menunjukkan hubungan positif yang signifikan dengan *muscle dysmorphia* ($B = 0.536$; 95% CI = -0.002; 0.430; $p < 0.001$), yang berarti bahwa jika skor internalisasi tubuh atletis meningkat satu unit, maka skor MDDI akan meningkat sebesar 0.536 (Susanto, Wirawan, & Griadhi, 2020). Dalam sebuah penelitian yang memiliki populasi binaraga wanita dengan jumlah sebanyak 20 sampel, terindikasi *Muscle Dysmorphia* (MD) sebanyak 50% dan sebanyak 35% terindikasi MD tinggi (Amareksa, Ugelta, Jajat, Sultoni, Suherman, Damayanti, & Ruhayati, 2024).

Kesalahan persepsi terhadap *body image* sering terjadi pada masyarakat umum dan juga merupakan salah satu unsur utama dari beberapa penyakit serius, termasuk *body dysmorphic disorder* (Hosseini & Padhy, 2024). Pada kelompok anggota *member fitness centre* sendiri, persepsi *body image* bisa berpengaruh pada kehidupan kesehariannya. *Body image* dapat berfungsi sebagai pendorong atau hambatan dalam perjalanan kebugaran anggota *fitness center*. Semakin seseorang memiliki *body image* yang rendah, kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin tinggi *body image* seseorang, maka kecenderungan untuk mengalami *body dysmorphic disorder* akan semakin rendah (Islamiyah, Murdiana, & Ismail, 2023).

Claudeo Primus Wenur, Angela Fitriani Clementine Kalesaran*, Afnal Asrifuddin

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

Korespondensi penulis: Angela Fitriani Clementine Kalesaran. *Email: afckalesaran@unsrat.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i6.929>

Besarnya peran penampilan fisik bagi kehidupan kaum perempuan dan adanya pengaruh budaya Korea di masa sekarang mengakibatkan kaum perempuan rela berbuat apa saja demi penampilan fisik ideal yang diharapkan, sekalipun usaha yang dilakukan dapat menimbulkan dampak negatif bagi kelangsungan hidup mereka selanjutnya. Hal tersebut pernah dialami oleh seorang mahasiswi dari suatu perguruan tinggi negeri di Banten, mahasiswa tersebut terpaksa harus merasakan nyeri dan mengalami pengelupasan kulit cukup parah selama kurang lebih dua minggu setelah menggunakan krim pemutih wajah seharga Rp. 10,000.00 (Kurniawati, 2017).

METODE

Penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain potong lintang. Penelitian dilakukan di Kota Tomohon, Provinsi Sulawesi Utara, pada bulan Desember 2024 – Maret 2025. Populasi pada penelitian ini yaitu member aktif di salah satu *fitness center* Kota Tomohon, sebanyak 127 orang. Sampel penelitian yang dihitung dengan rumus *Lemeshow*, didapatkan sejumlah 96 responden.

Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *simple random sampling*. Kriteria inklusi sampel yaitu berusia lebih dari 17 tahun dan tidak memiliki kelainan fisik bawaan. Sementara kriteria

eksklusi yaitu tidak komunikatif dan menolak menjadi responden. Variabel yang diteliti yaitu *body image* dan *body dysmorphic disorder*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Muscle Dysmorphic Disorder Inventory* (MDDI) untuk menilai variabel *body dysmorphic disorder* dan kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire Appearance Scale* (MBSRQ-AS) untuk menilai variabel *body image*.

Adapun indikator penilaian *body image* positif adalah responden yang memiliki *body image* positif akan cenderung merasa puas terhadap kondisi tubuhnya, memiliki harga diri yang tinggi, penerimaan jati diri yang tinggi, rasa percaya diri akan kepedulian terhadap kondisi badan, dan kesehatannya sendiri serta adanya kepercayaan diri ketika menjalani hubungan dengan orang lain. *Body image negative* yaitu responden yang memiliki *body image* yang negatif akan cenderung merasa tidak puas atau malu terhadap kondisi tubuhnya, sehingga tidak jarang menimbulkan depresi, memiliki harga diri yang rendah atau bahkan merasa dirinya tidak berharga.

Analisis data univariat dilakukan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, dan analisis data bivariat dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square* dengan nilai $p < 0.05$ dianggap memiliki hubungan signifikan secara statistik.

Claudeo Primus Wenur, Angela Fitriani Clementine Kalesaran*, Afnal Asrifuddin

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

Korespondensi penulis: Angela Fitriani Clementine Kalesaran. *Email: afckalesaran@unsrat.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i6.929>

HASIL

Tabel Distribusi Karakteristik Responden (N=96)

Variabel	Hasil	p-value
Umur (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(31.5 ±11.88)(17-61)	
Jenis Kelamin (n/%)		
Laki-laki	43/44.8	
Perempuan	53/55.2	
Pendidikan Terakhir (n/%)		
SD	0/0	
SMP	0/0	
SMA	25/26.0	
Perguruan Tinggi	71/74.0	
Pekerjaan (n/%)		
Pelajar	37/38.5	
PNS	21/21.9	
Wiraswasta	32/33.3	
Lainnya	6/6.3	
IMT (Mean±SD)(Rentang)(kg/m²)	(24.11±2.51)(15.42-30.1)	
Kecenderungan BDD (n/%)		
Cenderung BDD	42/43.8	
Non-BDD	54/56.3	
Body Image (n/%)		
Negatif	18/18.8	0.007
Positif	78/81.2	

Tabel di atas menunjukkan bahwa, usia rata-rata responden adalah 31.5 tahun dan standar deviasi sebesar 11.88 dengan rentang usia 17-61 tahun. Mayoritas adalah perempuan (55.2%) dengan tingkat pendidikan terakhir sebagian besar hingga perguruan tinggi (74%). Dari segi pekerjaan, responden didominasi oleh pelajar (38.5%), diikuti oleh wiraswasta (33.3%) dan PNS (21.9%), sementara kategori lainnya hanya mencakup 6.3%.

Data ini menggambarkan populasi yang sebagian besar berpendidikan tinggi dan berada dalam usia produktif, dengan latar belakang pekerjaan yang beragam. Selain itu, analisis Indeks Massa Tubuh (IMT) menunjukkan rata-rata sebesar (24.11 ± 2.51) dengan rentang (15.42-30.1), nilai ini mencerminkan status gizi yang umumnya sehat pada responden, meskipun terdapat variasi dengan standar deviasi sebesar 2.51 dan rentang IMT dari 15.42 hingga 30.10. Tabel di atas juga menunjukkan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) diantara 96 responden yang diteliti. Sebanyak 42 responden (43.8%) menunjukkan kecenderungan BDD, sementara 54 responden (56.3%) tergolong dalam kategori non-BDD. Dari total responden, sebanyak 18 responden (18.8%) memiliki *body image* negatif, sedangkan mayoritas, yaitu 78 responden (81.2%), menunjukkan *body image* positif.

Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* menunjukkan hubungan signifikan antara persepsi *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada responden dengan p-value sebesar 0.007.

Claudeo Primus Wenur, Angela Fitriani Clementine Kalesaran*, Afnal Asrifuddin

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

Korespondensi penulis: Angela Fitriani Clementine Kalesaran. *Email: afckalesaran@unsrat.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i6.929>

PEMBAHASAN

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden dalam penelitian ini, terdapat 44.8% laki-laki dan 55.2% perempuan. Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, hasil ini menunjukkan variasi yang menarik. Dalam studi yang dilakukan sebelumnya mengungkapkan hasil 70.2% responden perempuan lebih dominan dalam penelitian tentang BDD (Yunalia, Samudera, & Fatehah, 2023). Sementara itu, penelitian lain di kalangan mahasiswa di Jawa Timur menemukan bahwa, sebanyak 79.4% dari 214 responden adalah perempuan (Mareta & Santi, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa, meskipun perempuan cenderung memiliki prevalensi BDD yang lebih tinggi, penelitian ini mencakup proporsi laki-laki yang signifikan, sehingga mencerminkan perlunya perhatian terhadap kesehatan mental di kedua gender dalam konteks *fitness center*. BDD dapat memengaruhi, baik laki-laki maupun perempuan, meskipun dengan tingkat kecenderungan yang berbeda.

Karakteristik pendidikan terakhir responden adalah berpendidikan SMA 26% dan 74% yang berpendidikan Universitas. Hasil ini menunjukkan perbedaan dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa sekitar 41.6% responden memiliki pendidikan terakhir di tingkat SMA, sementara 58.4% memiliki pendidikan universitas (Indraswari & Raihana, 2020). Proporsi tinggi responden berlatar-belakang pendidikan universitas juga ditemukan pada penelitian lain dengan mayoritas responden (67%) adalah mahasiswa dengan pendidikan universitas, menunjukkan bahwa populasi yang diteliti cenderung lebih terdidik. Perbedaan ini mungkin mencerminkan fokus demografis dari masing-masing penelitian. Penelitian ini menunjukkan bahwa proporsi anggota *fitness center* dengan pendidikan tinggi cukup signifikan, yang dapat berpengaruh pada kesadaran mereka terhadap isu-isu kesehatan mental dan citra tubuh. Hal ini juga menunjukkan bahwa individu dengan pendidikan lebih tinggi mungkin lebih terbuka untuk memahami dan mengatasi masalah terkait BDD dibandingkan dengan mereka yang memiliki latar belakang pendidikan lebih rendah (Mareta & Santi, 2024).

Pada penelitian ini, ditemukan karakteristik pekerjaan responden yaitu 38.5% pelajar, 21.9% PNS, 33.3% wiraswasta, dan 6.3% lainnya. Berbeda dibanding penelitian sebelumnya dengan responden

sekitar 40% responden adalah pegawai kantor, sedangkan 33.3% adalah mahasiswa (Santoso, Fauzia, & Rusli, 2020). Pada penelitian yang dilakukan di Kota Tomohon ini menunjukkan bahwa proporsi pelajar cukup signifikan, yang dapat berimplikasi pada bagaimana persepsi *body image* dan kecenderungan BDD terbentuk di kalangan individu yang masih dalam proses pendidikan. Hal ini menyoroti pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental di kalangan pelajar dan mahasiswa, yang sering kali menghadapi tekanan untuk memenuhi standar penampilan fisik.

Berdasarkan data usia responden pada penelitian ini, rata-rata usia responden adalah 31.5 tahun dengan rentang usia antara 17 hingga 61 tahun. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, yang memiliki rata-rata usia responden 20,85 tahun dan rentang usia 18 hingga 28 tahun, terlihat bahwa kelompok yang diteliti pada penelitian sebelumnya berusia lebih muda (Yunalia, Samudera, & Fatehah, 2023). Juga dengan penelitian lainnya yang melaporkan bahwa mayoritas responden berusia antara 18 hingga 30 tahun, mencerminkan fokus pada remaja dan dewasa muda (Mareta & Santi, 2024). Pada penelitian ini melibatkan anggota *fitness center* dengan rentang usia lebih tua, mengindikasikan bahwa isu *body image* dan BDD tetap relevan di kalangan individu dewasa. Temuan ini menyoroti perlunya perhatian terhadap kesehatan mental dan *body image*, tidak hanya pada remaja tetapi juga pada orang dewasa yang mungkin mengalami tekanan sosial terkait penampilan fisik mereka.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar (81.2) responden merasa puas dengan penampilan fisik mereka, walau terdapat juga kelompok yang mengalami kecemasan terkait penampilan. Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa 76% responden masih memiliki *body image* negatif, meskipun mereka aktif berolahraga. Penelitian ini menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap penampilan fisik meskipun indeks massa tubuh (IMT) berada dalam batas normal (Arnain, 2019). Temuan ini berbeda dengan dengan hasil penelitian oleh peneliti, yang menunjukkan lebih banyak anggota *fitness center* memiliki *body image* positif. Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan dalam konteks sosial dan budaya di masing-masing daerah serta motivasi individu dalam berolahraga.

Didapatkan 43.8% anggota *fitness center* cenderung mengalami Body Dysmorphic Disorder

Claudeo Primus Wenur, Angela Fitriani Clementine Kalesaran*, Afnal Asrifuddin

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

Korespondensi penulis: Angela Fitriani Clementine Kalesaran. *Email: afckalesaran@unsrat.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i6.929>

(BDD). Angka ini memberikan gambaran penting mengenai kesehatan mental di kalangan individu yang aktif berolahraga, terutama di lingkungan *fitness center*. Hasil tersebut hampir sama dengan penelitian sebelumnya di Denpasar yang melibatkan 117 anggota *fitness center* menggunakan skala *Muscle Dysmorphic Disorder Inventory* (MDDI) dan melaporkan prevalensi kecenderungan BDD sebesar 43.6% (Susanto et al., 2020).

Hasil analisis bivariat mengenai hubungan antara *body image* dan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) menunjukkan bahwa, 72.2% responden dengan *body image* negatif cenderung mengalami BDD, sedangkan hanya 27.8% dari kelompok non-BDD yang memiliki *body image* negatif. Nilai *p* sebesar 0.007 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Beberapa penelitian sebelumnya juga mendapatkan hasil yang sejalan (Oselian, Syahrina, & Muliati, 2024). Penelitian lain juga melaporkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *body image* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Mareta & Santi, 2024). Temuan ini mendukung hasil penelitian ini, di mana *body image* negatif terkait erat dengan kecenderungan BDD. Penelitian tersebut ini menyoroti pentingnya memahami faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi hubungan antara *body image* dan BDD di kalangan anggota *fitness center*.

Hubungan antara *body image* dan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) telah menjadi fokus penelitian psikologi, mengingat dampak signifikan yang dimiliki *body image* terhadap kesehatan mental individu. *Body image* merujuk pada persepsi dan evaluasi seseorang terhadap penampilan fisiknya, yang dapat bersifat positif atau negatif. BDD, di sisi lain, adalah gangguan mental yang ditandai oleh obsesi berlebihan terhadap kekurangan fisik yang sering kali tidak terlihat oleh orang lain. Salah satu pendekatan teoritis yang menjelaskan hubungan ini adalah Teori Kognitif-Perilaku (CBT). Menurut teori ini, individu dengan BDD sering mengalami distorsi kognitif yang membuat mereka terfokus pada kekurangan fisik yang tidak nyata. Mereka mungkin terjebak dalam pola pikir negatif, seperti berpikir bahwa penampilan mereka sangat buruk meskipun tidak ada bukti objektif yang mendukung keyakinan tersebut. Distorsi ini menyebabkan individu merasa tidak puas dengan *body image* mereka, sehingga menciptakan siklus *body image* negatif memperburuk gejala BDD (Cash & Smolak, 2011).

Teori Sosiokultural juga memberikan perspektif penting dalam memahami hubungan antara *body image* dan BDD. Teori ini menyatakan bahwa standar kecantikan yang ditetapkan oleh masyarakat dan media

dapat memengaruhi cara individu memandang tubuh mereka sendiri. Paparan terhadap citra ideal di media seringkali menciptakan perbandingan sosial yang tidak sehat, individu merasa bahwa mereka tidak memenuhi standar tersebut. Hal ini dapat menyebabkan ketidakpuasan tubuh dan meningkatkan risiko pengembangan BDD (Tiggemann & Slater, 2014).

Secara keseluruhan, hubungan antara *body image* dan *Body Dysmorphic Disorder* sangat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosiokultural. Teori Kognitif-Perilaku menyoroti pentingnya pola pikir dalam membentuk persepsi tubuh, sementara teori sosiokultural menunjukkan bagaimana norma-norma masyarakat dapat memengaruhi *body image* individu (Cash & Smolak, 2011). Temuan empiris dari berbagai studi mendukung adanya hubungan negatif antara *body image* dan kecenderungan BDD, *body image* negatif berkontribusi pada peningkatan gejala BDD. Oleh karena itu, penting bagi intervensi psikologis untuk mempertimbangkan aspek-aspek ini dalam upaya meningkatkan kesehatan mental individu dan mencegah perkembangan BDD.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* terhadap *body dysmorphic disorder* pada member *fitness center* di Kota Tomohon dengan nilai *p*-value sebesar 0.007 (*p* < 0.05).

SARAN

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi variabel tambahan yang dapat mempengaruhi kecenderungan BDD, seperti faktor psikologis (misalnya, self-esteem dan penerimaan diri), faktor sosial (dukungan sosial dan pengaruh media), serta mempertimbangkan desain longitudinal untuk mengamati perubahan dalam kecenderungan BDD dan *body image* seiring waktu. Pengembangan program edukasi yang berfokus pada kesehatan mental dan *body image* juga penting untuk dilakukan dapat mencakup seminar, workshop, atau sesi konseling yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya *body image* yang positif dan cara-cara mengatasi tekanan sosial yang dapat memicu *Body Dysmorphic Disorder* (BDD).

DAFTAR PUSTAKA

- Amareksa, I. P. T. M., Ugelta, S., Jajat, J., Sultoni, K., Suherman, A., Damayanti, I., & Ruhayati, Y. (2024). Eating Disorder dan Muscle Dysmorphia Pada Binaraga Wanita. *Jurnal Sains Riset*, 14(1), 430-436.

Claudeo Primus Wenur, Angela Fitriani Clementine Kalesaran*, Afnal Asrifuddin

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

Korespondensi penulis: Angela Fitriani Clementine Kalesaran. *Email: afckalesaran@unsrat.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i6.929>

Hubungan antara *body image* dan *body dysmorphic disorder* pada member *fitness center*

- Annisyah, K., & Susilarini, T. (2022). Hubungan antara kepercayaan diri dan citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada profesi model di X agency. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 2(3), 76-84.
- Arnain, A. (2019). Hubungan motivasi olahraga dengan citra tubuh. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3).
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. Guilford press.
- Damayanti, A. A. M., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran citra tubuh dan penerimaan diri terhadap self-esteem pada remaja putri di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 424-433.
- Hosseini, S. A., & Padhy, R. K. (2024). Body image distortion (Archived). *StatPearls [Internet]*.
- Indraswari, D. H., & Raihana, P. A. (2020). *Hubungan Subjective Well-Being dengan Kecendurungan Body Dysmorphic Disorder pada Anggota Pusat Kebugaran* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Islamiyah, N., Murdiana, S., & Ismail, I. (2023). Body image and body dysmorphic disorder tendency of women social media users. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(3), 415-421.
- Kurniawati, S. (2017). Cerita Konsumen Yang Memakai Yang Memakai Krim Pemutih Abal-Abal. Diakses dari: <https://www.radarbanten.co.id/2017/04/21/simak-cerita-konsumen-yang-memakai-krim-pemutih-abal-abal/>
- Mareta, Z. D., & Santi, D. E. (2024). Kecenderungan BDD pada laki-laki anggota gym: Adakah peran perfeksionisme dan konsep diri?. *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(03).
- McGrath, L. R., Oey, L., McDonald, S., Berle, D., & Wootton, B. M. (2023). Prevalence of body dysmorphic disorder: A systematic review and meta-analysis. *Body image*, 46, 202-211.
- Nicewicz, H. R., Torrico, T. J., & Boutrouille, J. F. (2025). Body dysmorphic disorder [Updated 2024 Jan 20]. *StatPearls [Internet]*.
- Oselian, F. P., Syahrina, I. A., & Muliati, R. (2024). Hubungan Body Image dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Siswa SMA X. *Psyche 165 Journal*, 146-151.
- Pérez-Buenfil, L. Á., & Morales-Sánchez, M. A. (2025). Prevalence of Body Dysmorphic Disorder: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of cosmetic dermatology*, 24(4), e70121.
- 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), 55-60.
- Sucianggala, M. A. S., & Wibowo, D. H. (2021). Relationship between Body Image and Body Dysmorphic Disorder in SPG Profession. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 6(1), 23-37.
- Susanto, V. V. M., Wirawan, D. N., & Griadhi, I. P. A. (2020). Predictor of muscle dysmorphia among members of fitness centers in Denpasar City, Bali, Indonesia. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 8(1).
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46(6), 630-633.
- Tomas-Aragones, L., & Marron, S. E. (2016). Body image and body dysmorphic concerns. *Acta dermato-venereologica*, 96, 47-50.
- Yunalia, E. M., Samudera, W. S., & Fatehah, N. (2023). Gender dan resiko kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja akhir.

Claudeo Primus Wenur, Angela Fitriani Clementine Kalesaran*, Afnal Asrifuddin

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

Korespondensi penulis: Angela Fitriani Clementine Kalesaran. *Email: afckalesaran@unsrat.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i6.929>