

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Definisi Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* yang berarti remaja yaitu tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence*, seperti yang digunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif kurang lebih berhubungan dengan masa puber, termasuk juga perubahan intelektual yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam berhubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Menurut Hurlock (2001) remaja adalah tumbuh ke arah kemasakan dan periode transisi, dimana individu mengalami perubahan fisik dan psikis dari kekanak-kanakan menuju dewasa meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Sorensen (dalam Hurlock, 2001) mengatakan bahwa remaja adalah masa transisi dari perkembangan ego dari anak-anak yang tadinya tergantung lalu ingin mencapai seperti orang dewasa, berdiri sendiri. Stanly Hall (dalam Hurlock, 2001) berpendapat, remaja adalah periode *storm and stress* (badai dan stress/tekanan) satu masa dimana remaja emosinya dapat tidak stabil dan tidak dapat diramalkan.

Remaja artinya berangsur-angsur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan dan sosial serta emosional. Remaja sering kali didefinisikan sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur, mudah terangsang perasaannya dan sebagainya.

Berdasarkan beberapa pengertian remaja yang telah dikemukakan para ahli, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja adalah individu yang sedang berada pada masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dan ditandai dengan perkembangan yang sangat cepat dari aspek fisik, emosional dan sosial.

2. Ciri-ciri Remaja

Ciri-ciri masa remaja dalam (Hurlock, 2001) ialah sebagai berikut:

a. Masa Remaja sebagai Periode yang Penting

Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting mulai dari akibat fisik sampai psikologis. Dalam membahas akibat fisik pada remaja, Tanner (dalam Hurlock,1980) mengatakan bagi sebagian anak muda, antara usia dua belas dan enam belas tahun merupakan tahun kehidupan yang penuh kejadian sepanjang menyangkut pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal masa remaja. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya membetuk sikap dan minat baru.

b. Masa Remaja sebagai Periode Peralihan

Perubahan fisik selama setahun awal akan mempengaruhi tingkat perilaku remaja dan mengakibatkan diadakannya penilaian kembali penyesuaian nilai-nilai yang telah bergeser. Dalam satu periode peralihan, status individu tidak jelas akan keraguan peran yang harus dilakukan dan di sisi lain status remaja yang tidak jelas menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.

c. Masa Remaja sebagai Periode Perubahan

Ada empat perubahan yang sama yang hampir bersifat universal. Pertama, meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan sikap dan psikologis yang terjadi. Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk dipesankan, menimbulkan masalah baru yang timbul tampak lebih banyak dan lebih sulit. Remaja akan merasa ditimbuni masalah.

Ketiga, dengan berubahnya minat dan perilaku maka nilai-nilai juga berubah. Keempat sebagian remaja bersifat ambivalen terhadap setiap perubahan. Remaja menginginkan dan menuntut kebebasan, tetapi mereka sering takut bertanggungjawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggungjawab tersebut.

d. Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah

Ketidakmampuan mengatasi masalah sendiri menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka. Seperti dijelaskan oleh Anna Freud (dalam Hurlock 2001), "Banyak kegagalan yang seringkali disertai akibat yang tragis, bukan karena ketidakmampuan individu tetapi karena kenyataan bahwa tuntutan yang diajukan kepadanya justru pada saat semua tenaganya telah dihabiskan untuk mencoba masalah pokok yang disebabkan oleh pertumbuhan dan perkembangan seksual yang normal.

e. Masa Remaja sebagai Masa Mencari Identitas

Pada tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun remaja akan mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal.

f. Masa Remaja sebagai Usia yang Menakutkan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja mudah takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal. Stereotip juga berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja, yang menggambarkan citra diri remaja sendiri yang lambat laun dianggap sebagai gambaran yang asli dan remaja membentuk

perilakunya sesuai dengan gambaran ini (Hurlock, 1980). Menerima stereotip dan adanya keyakinan orang dewasa mempunyai pandangan buruk tentang remaja, membuat peralihan kemasadewasaan menjadi sulit.

g. Masa Remaja sebagai Masa yang Tidak Realistik

Dengan bertambahnya pengalaman pribadi dan pengalaman sosial dan dengan meningkatnya kemampuan untuk berpikir rasional, remaja yang lebih besar memandang diri sendiri, keluarga teman-teman lebih realistis. Dengan demikian, remaja tidak terlampau mengalami kekecewaan seperti ketika masih lebih muda.

h. Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan oleh status dewasa, yaitu merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perbuatan seks (Hurlock, 1980).

3. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja menurut (Hurlock, 2001) antara lain:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.

- b. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- c. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
- d. Mempersiapkan karier ekonomi.
- e. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

4. Aspek Perkembangan Remaja

a. Perkembangan Fisik

Dalam Hurlock (2001), perubahan fisik pada remaja memiliki perbedaan secara individual dan terdapat perbedaan seks yang sangat jelas. Anak laki-laki biasanya memulai pertumbuhan pesatnya lebih lambat daripada anak perempuan, namun setelah masa puber kekuatan anak laki-laki melebihi kekuatan anak perempuan, dan perbedaan ini terus meningkat.

Perbedaan individual juga dipengaruhi oleh usia kematangan. Anak yang matangnya terlambat cenderung mempunyai bahu yang lebih lebar daripada anak yang matang lebih awal. Anak perempuan yang matang lebih awal lebih berat, lebih tinggi dan lebih gemuk dibandingkan dengan anak perempuan yang matangnya terlambat. Dengan berkurangnya perubahan fisik, kecanggungan pada masa puber dan awal masa remaja pada umumnya menghilang, karena remaja yang lebih besar sudah mempunyai waktu tertentu untuk mengawasi tubuhnya yang bertambah besar.

Dalam Hurlock (1991) menyatakan bahwa hanya sedikit remaja yang mengalami kateksis-tubuh atau merasa puas dengan tubuhnya. Ketidakpuasan banyak dialami di beberapa bagian tubuh tertentu. Kegagalan mengalami kateksis tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik dan kurangnya harga diri pada masa remaja. Hurlock, 2001 menjelaskan penampilan fisik seseorang beserta identitas seksualnya merupakan ciri pribadi yang paling jelas dan paling mudah dikenali oleh orang lain dalam interaksi sosial. Meskipun pakaian dan alat-alat kecantikan dapat digunakan untuk menyembunyikan bentuk-bentuk fisik yang tidak disukai remaja dan untuk menonjolkan bentuk fisik yang dianggap menarik tetapi belum cukup untuk menjamin adanya kateksis tubuh.

Jerawat dan gangguan kulit lainnya merupakan sumber kegelisahan pada anak laki-laki dan anak perempuan. Suburnya jerawat membuat anak laki-laki semakin prihatin. Keprihatinan lebih besar pada anak laki-laki karena mereka sadar bahwa jerawat mengurangi daya tarik fisik dan karena mereka tidak dapat menggunakan alat kosmetik untuk menutupinya seperti anak perempuan yang mampu menggunakan alat-alat kosmetik untuk menutupi jerawat (Hurlock, 2001).

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa. Pada tahap ini remaja sudah mampu berspekulasi tentang sesuatu, dimana mereka sudah mulai membayangkan sesuatu yang diinginkan dimasa depan. Perkembangan kognitif yang terjadi pada remaja juga dapat dilihat dari kemampuan seorang remaja untuk berpikir logis.

Remaja sudah mulai mempunyai pola berpikir sebagai peneliti, dimana mereka mampu membuat suatu perencanaan untuk mencapai suatu tujuan di masa depan (Santrock, 2001).

c. Perkembangan Emosi

Emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali, dan tampaknya irasional, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosional. Menurut Gessel dkk dalam Hurlock 2001, remaja empat belas tahun seringkali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung meledak, tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara atau dengan suara keras. Remaja juga iri dengan orang yang memiliki benda lebih banyak (Hurlock, 2001).

B. Penggunaan *Make up*

1. Definisi *Make up*

Make up didefinisikan sebagai produk kosmetika berwarna yang artinya bila digunakan pada tubuh atau bagian tubuh tertentu akan menghasilkan warna. *Make up* adalah kegiatan mengubah penampilan dari bentuk asli sebenarnya dengan bantuan bahan dan alat kosmetik. Istilah *make up* lebih sering ditujukan kepada pengubahan bentuk wajah, meskipun sebenarnya seluruh tubuh bisa dihias (wikipedia.org/wiki/Tata_rias_wajah).

Make up diperlukan untuk merias dan menutupi cacat pada kulit sehingga menghasilkan penampilan yang lebih menarik serta menimbulkan efek psikologis yang baik, seperti percaya diri (Tranggono, dalam Utami, 2014). *Make up* merupakan pemolesan serta pemberian sentuhan warna pada wajah sehingga membuat wajah menjadi cantik dan menarik. *Make up* bila diaplikasikan ke tubuh akan menghasilkan suatu warna contohnya *lipstick*, *mascara*, *eyeliner*, *eyeshadow*, dan *blush on* (Melliana dalam Yuwanto, 2006).

Make up banyak dipilih karena dengan menggunakan *make up* dapat memberikan dampak positif terhadap daya tarik fisik perempuan (Scoot, dalam Kartono 2014). Seseorang dengan menggunakan *make up* yang berwarna dapat terlihat cantik bahkan jauh lebih cantik dari sebelumnya. Hal tersebut secara langsung akan membuat penggunaanya merasa lebih percaya diri (dalam Kartono 2014).

Dari beberapa penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *make up* merupakan kegiatan mengubah penampilan diri dengan menggunakan kosmetik untuk menutupi kekurangan pada wajah sehingga tampak lebih cantik, lebih menarik dan lebih percaya diri.

2. Fungsi *Make up*

Menurut Korichi, Pelle-de-Queral, Gazano, dan Aubert 2008 (dalam Yuwanto 2010) *make up* secara psikologis memiliki dua fungsi yaitu fungsi *seduction* dan *camouflage*. Fungsi *seduction* artinya individu menggunakan *make up* untuk meningkatkan penampilan diri. Umumnya individu

yang menggunakan *make up* untuk *fungsi seduction* merasa bahwa dirinya menarik dan menggunakan *make up* untuk membuat lebih menarik. Fungsi *camouflage* artinya individu menggunakan *make up* untuk menutupi kekurangan diri secara fisik. Umumnya individu yang menggunakan *make up* untuk *camouflage* merasa dirinya tidak menarik sehingga perlu menggunakan *make up* untuk membuat menarik.

3. Kriteria Penggunaan *Make up*

Sesuai definisi yang dikemukakan oleh (Yuwanto, 2011; Melliana, 2006) bahwa *make up* merupakan pemolesan serta pemberian sentuhan warna pada wajah sehingga membuat wajah menjadi cantik dan menarik. *Make up* bila diaplikasikan ke tubuh akan menghasilkan suatu warna contohnya *lipstick*, *mascara*, *eyeliner*, *eyeshadow*, dan *blush on*.

Beberapa *brand* kosmetik di Indonesia dalam memberikan trik penggunaan *make up* seperti Wardah, Mustika Ratu, Viva, menyatakan hal yang sama dalam menggunakan *make up*. *Brand* kosmetik Wardah menyatakan bahwa tahapan ber-*makeup* dengan tampilan *natural* ialah dengan menggunakan beberapa alat kosmetik seperti, mencuci muka dengan menggunakan *facial wash*, membersihkan wajah, menggunakan pelembab, menggunakan *foundation*, memakai bedak, menggunakan *lipstick*, sedangkan *mascara*, *eyeliner*, *eye shadow* dan *blush on* adalah tambahan dalam ber-*makeup* agar tampak lebih berwarna. *Brand* kosmetik Mustika Ratu menyatakan bahwa untuk mendapatkan wajah cantik ialah dengan menggunakan beberapa alat kosmetik seperti, menggunakan pembersih dan penyegar, menggunakan *foundation*, menggunakan bedak,

menggunakan *eyeliner*, merapikan alis dengan menggunakan pensil alis, menggunakan *mascara*, dan menggunakan *lipstick*. *Brand* kosmetik Viva menyatakan bahwa menggunakan *make up* tidak harus tebal namun dapat digunakan secara natural dengan cara, membersihkan wajah, menggunakan pelembab, *foundation*, memakai bedak, *eye shadow*, *eye brow*, *eyeliner*, *mascara*, *lipstick*, dan *blush on* (Viva.co.id).

Berdasarkan beberapa cara ber-*makeup* yang dikemukakan beberapa *brand* kosmetik tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kriteria atau ciri-ciri seseorang menggunakan *make up* yaitu dengan menggunakan beberapa peralatan kosmetik sebagai berikut:

- a. Menggunakan pembersih wajah
- b. Menggunakan pelembab wajah
- c. Menggunakan *foundation* (alas bedak)
- d. Menggunakan *powder* (bedak)
- e. Menggunakan *blush on*
- f. Menggunakan *eyeshadow*
- g. Menggunakan *eyeliner*
- h. Menggunakan *eye brow*
- i. Menggunakan *mascara*
- j. Menggunakan *lipstick/ lipgloss*

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penggunaan *Make up*

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Korichi, Pelle-de-Queral, Gazano, dan Aubert 2008 (dalam Yuwanto, 2010) menyebutkan bahwa ada lima faktor psikologis yang mendasari seseorang menggunakan *make up* diantaranya ialah:

- a. Kepribadian
- b. Citra tubuh
- c. *Self-esteem*
- d. *Anxiety*
- e. *Assertiveness*

Penelitian yang dilakukan oleh Korichi (dkk) tersebut kemudian diuji secara empiris oleh beberapa peneliti. Congadi (2010) melakukan penelitian untuk mengetahui mengenai profil kepribadian *Sales Promotion Girl* ditinjau dari fungsi psikologis *make up* dan hasil penelitiannya yaitu subjek penelitian yang menggunakan *make up* sebagai sarana untuk meningkatkan penampilan fisik memiliki profil kepribadian *extraversion* sangat tinggi, *agreeableness* sangat tinggi, *conscientiousness* sedang, *neuroticism* tinggi dan *openness* sedang. Subjek yang menggunakan *make up* untuk menutupi kekurangan yang ada di wajahnya memiliki profil kepribadian *extraversion* sedang dan rendah, *agreeableness* tinggi, *conscientiousness* tinggi dan *openness* sedang. Subjek yang memakai *make up* untuk menutupi kekurangan dan meningkatkan penampilan memiliki profil kepribadian *extraversion* sedang, *agreeableness* tinggi, *conscientiousness* tinggi, *neuroticism* sedang dan *openness* tinggi.

Sutanto (dalam Kartono, 2014) dalam penelitiannya mengenai hubungan antara citra tubuh dan fungsi psikologis *make up* menyatakan bahwa subjek yang memiliki citra tubuh sedang menggunakan *make up* untuk meningkatkan penampilan sedangkan subjek yang memiliki citra tubuh yang tergolong positif menggunakan *make up* untuk meningkatkan penampilan fisiknya. Subjek dengan citra tubuh negatif memiliki keyakinan bahwa *make up* bisa membuatnya mendapatkan penilaian yang baik dari orang lain sehingga membantunya diterima di lingkungan sosialnya. Dengan demikian faktor lingkungan membawa pengaruh kepada individu untuk menggunakan *make up*.

Handayani (dalam Kartono, 2014) dalam penelitiannya menyatakan bahwa subjek yang memiliki *self-esteem* sedang tergolong menggunakan *make up* untuk meningkatkan penampilan dan menutupi kekurangan yang dimiliki, sementara subjek dengan *self-esteem* tinggi menggunakan *make up* untuk meningkatkan penampilan fisiknya saja. Subjek dengan *self-esteem* rendah merasa dengan menggunakan *make up* dapat membuat diri mereka menarik dan secara psikologis membuat mereka merasa nyaman, berharga, penting dan dihargai oleh orang lain.

C. Body Dysmorphic Disorder (BDD)

1. Definisi *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Body dysmorphic disorder dahulu dikenal dengan nama *dysmorphophobia* (APA.DSM IV, 1994). Istilah tersebut untuk pertama kalinya dimunculkan oleh seorang doktor Italia yang bernama Morselli pada tahun 1886. *Dysmorphophobia* berasal dari bahasa Yunani, “*dysmorph*” yang berarti *misshapen* dalam bahasa

Inggris. Kemudian namanya diresmikan oleh *American Psychiatric Classification* menjadi *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). Sejarah mencatat bahwa sejak Freud mengadakan praktek mengenai gejala ini yang kemudian oleh Freud sendiri dinamakan sebagai „*wolf man*’. Karena gejala *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) tersebut terjadi pada seorang pria bernama Sergei Pankejeff yang mempunyai masalah dengan kecemasan terhadap bentuk hidungnya.

Istilah *Body Dysmorphic Disorder* (BDD), secara formal juga tercantum dalam *Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorder* (4th Ed), untuk menerangkan kondisi seseorang yang terus menerus memikirkan kekurangan fisik minor atau bahkan *imagine defect*. Akibatnya individu tidak hanya merasa tertekan, bahkan kondisi tersebut melemahkan taraf berfungsinya individu dalam kehidupan sosial, pekerjaan atau bidang kehidupan lainnya (misalnya, kehidupan keluarga dan perkawinan). Media biasanya menyebut gangguan ini sebagai „*imagined ugliness syndrome*”.

Definisi *body dysmorphic disorder* yaitu preokupasi mengenai kerusakan dalam penampilan fisik dan menyebabkan distress serta penurunan fungsi sosial (American Psychiatric Association, 2000). *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dimasukkan ke dalam DSM IV di bawah *somatization disorders*. Keduanya merupakan gangguan tubuh (*somatoform*) yang disebabkan oleh pengaruh psikologis dan kesulitan emosional yang ditunjukkan dengan bentuk-bentuk perilaku tubuh tertentu. Kata „*soma*” berasal dari bahasa Yunani yang memiliki persamaan istilah dengan „*body*”. *Somatoform disorders* merupakan lima

gangguan besar yang saling berhubungan (Bruno, 1989). Penjelasannya sebagai berikut:

- a. *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) merupakan bentuk gangguan mental yang mempersepsi tubuh dengan ide-ide bahwa dirinya memiliki kekurangan yang berarti pada wajah dan badannya sehingga kekurangan itu membuatnya tidak menarik.
- b. *Conversion disorder* adalah suatu kapasitas kerusakan fisik yang disebabkan oleh konflik emosional.
- c. *Hypochondriasis* diartikan sebagai karakteristik gangguan mental yang kronis dan kecemasan yang irrasional mengenai kesehatan.
- d. *Somatization disorders* adalah kerusakan fisik yang ditandai oleh adanya kondisi saraf yang lemah dan kecapaian yang terus-menerus karena konflik psikis.
- e. *Somatoform pain disorders* merupakan gangguan perasaan sakit tanpa alasan yang jelas.

Para ahli memberikan pengertian untuk istilah BDD sebagai berikut:

- a. Menurut Watkins (2006), *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah keasyikan dengan kekurangan fisik yang imajiner pada penampilan atau perhatian yang sangat berlebihan terhadap kekurangan yang sebenarnya tidak begitu berarti.
- b. *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) merupakan salah satu *body image disturbance* yang diartikan oleh Thompson, 2002 (dalam

Fristy, 2012) sebagai taksiran terlalu tinggi terhadap ukuran tubuh tertentu ketika dibandingkan dengan ukuran yang objektif.

- c. *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah gangguan mental yang diartikan sebagai keasyikan seseorang terhadap perasaan kekurangan penampilannya (Veale dalam Sukamto, 2013).

Definisi *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dapat diindikasikan dengan gejala ketidakpuasan tingkat tinggi terhadap tubuh, pemikiran negatif atau hubungan kognisi terhadap bagian-bagian tubuh tertentu atau bahkan tingkatan yang tinggi dari penghindaran situasi sosial yang disebabkan perasaan-perasaan negatif mengenai tubuh. “*These measure may indicate high levels of body dissatisfaction, negative thoughts, or cognitions associated with certain body parts, or even high levels of social avoidance due to negative feelings about the body*” (Thompson, 2002).

Secara sederhana, seorang yang terkena gangguan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) selalu mencemaskan penampilan karena merasa memiliki kekurangan pada tubuhnya (*body image* yang negatif). *Body image* adalah suatu pandangan internal seseorang mengenai penampilannya. “*Body image is an internal view of one’s own appearance*” (Thompson, 2002). *Body image* juga mengandung arti sebagai persepsi dan penilaian tubuh, fungsi fisik, dan penampilan seseorang terhadap dirinya sendiri. Menurut Roberta Honigman & David J. Castle, *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya; bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk

tubuhnya, dan atas bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dia pikirkan dan rasakan, belum tentu benar-benar merepresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang subyektif.

Secara klinis, *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) merupakan bagian dari *obsessive-compulsive disorder* (Watkins, 2006; Thompson, 2002). Kartini Kartono (1985) menjelaskan mengenai *Obsessive-Compulsive Disorder* (OCD) dimana simptom reaksi *obsessif-compulsif* ialah kekacauan psikoneurotik dengan kecemasan-kecemasan, yang berkaitan dengan pikiran-pikiran yang tidak terkontrol, dan berhubungan dengan impuls-impuls repetitif untuk melakukan suatu perbuatan. Penderita sadar kalau pikiran dan kecemasan itu sia-sia, tidak pantas/tidak perlu, abnormal, absurd dan tidak mungkin. Namun ia tidak mampu mengontrolnya.

Menurut Phillips 2009 (dalam Sukamto, 2013) keparahan BDD terentang dalam suatu spektrum mulai dari simptom-simptom ringan hingga simptom-simptom sangat parah bahkan yang mengancam nyawa. Orang-orang dengan BDD ringan dapat tetap produktif dan berprestasi, walaupun mereka mengakui bahwa prestasi kerja mereka tidak seoptimal kapasitas yang dimiliki. BDD juga dapat berada pada taraf keparahan sedang dan dalam beberapa kasus sangat parah. BDD yang sangat parah dapat mengacaukan setiap aspek kehidupan seseorang, misal ada yang sampai berhenti dari pekerjaan dan hanya berdiam diri di rumah selama bertahun-tahun atau ada yang berpikir bahwa diri mereka sebegitu jelek

sehingga tidak mau berkencan atau menikah. Beberapa orang dengan BDD yang sangat parah bahkan sampai mencoba untuk bunuh diri.

Berdasarkan beberapa uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa, *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah gangguan pada seseorang yang mengalami ketidak-puasan terhadap beberapa bagian tubuh dengan tingkat yang tinggi, kecemasan yang ditunjukkan dengan perilaku *obsesif-kompulsif*, pikiran dan perasaan yang negatif mengenai tubuh, serta menghindari hubungan dan situasi sosial.

2. Gejala *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Bentuk-bentuk perilaku yang mengindikasikan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) (menurut Watkins, 2006; Thompson, 2002; Wikipedia, 2006; Weinshenker, 2001; dan David Veale) adalah sebagai berikut:

- a. Secara berkala mengamati bentuk penampilan lebih dari satu jam per hari atau menghindari sesuatu yang dapat memperlihatkan penampilan, seperti melalui cermin atau kamera.
- b. Mengukur atau menyentuh kekurangan yang dirasakannya secara berulang-ulang.
- c. Meminta pendapat yang dapat mengukuhkan penampilan setiap saat.
- d. Mengkamufleskan kekurangan fisik yang dirasakannya.
- e. Menghindari situasi dan hubungan sosial.
- f. Mempunyai sikap obsesi terhadap selebritis atau model yang mempengaruhi idealitas penampilan fisiknya.
- g. Berpikir untuk melakukan operasi plastik.

- h. Selalu tidak puas dengan diagnosis *dermatologist* atau ahli bedah plastik.
- i. Mengubah-ubah gaya dan model rambut untuk menutupi kekurangan yang dirasakannya.
- j. Mengubah warna kulit yang diharapkan memberi kepuasan pada penampilan.
- k. Berdiet secara ketat dengan kepuasan tanpa akhir.

3. Kriteria *Body Dysmorphic Disorder*

Menurut DSM IV (APA, 1994), beberapa kriteria yang harus dipenuhi untuk mendiagnosis seseorang mengalami BDD adalah:

- a. Preokupasi (perhatian yang berlebihan) terhadap suatu kecacatan dalam penampilan yang hanya berada dalam imajinasi individu; kendati hanya terdapat sedikit kelainan fisik, namun keprihatinan individu sangat berlebihan.
- b. Preokupasi tersebut menyebabkan *distress* (penderitaan emosional) yang signifikan secara klinis atau penurunan secara fungsi sosial, pekerjaan, atau area-area penting yang lain.
- c. Preokupasi tersebut tidak dapat dijelaskan dengan lebih baik oleh gangguan mental yang lain (seperti ketidakpuasan terhadap bentuk dan ukuran tubuh dalam Anorexia Nervosa).

4. Aspek-aspek *Body Dysmorphic Disorder*

Adapun aspek-aspek *Body Dysmorphic Disorder* menurut Rosen & Reiter 1996 (dalam Sukamto, 2013) ialah sebagai berikut:

- a. Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh atau wajah.
- b. Perasaan malu terhadap bentuk tubuh atau wajah ketika berada di lingkungan sosial
- c. *Body Checking*
- d. Kamufase tubuh
- e. Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain.
- f. Kepentingan berlebihan yang di berikan pada penampilan dalam evaluasi diri.

Rosen (Nevid, 2005 dalam Fristy, 2012) menyatakan bahwa gangguan *Body Dysmorphic* dapat diklasifikasikan kedalam empat aspek yang membentuk psikodinamika yaitu aspek pikiran (kognitif), aspek perasaan (afeksi), aspek perilaku (behavioral), dan aspek hubungan sosial. Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Fristy (2012) yaitu sebagai berikut:

- a. Aspek Pikiran (Kognitif)

- 1) Kecemasan terhadap Tubuh

Dalam aspek ini subjek mengalami kecemasan terhadap tubuhnya dengan seringkali bercermin, memperhatikan wajahnya dan berpikir untuk selalu tampil cantik dan kekurangan fisik tertutupi.

2) Pikiran Negatif tentang Tubuh

Subjek berpikir negatif tentang tubuhnya dimana subjek minder dan malas bicara jika bersama dengan orang yang tampilan fisiknya lebih cantik daripada subjek, subjek lebih memilih untuk diam karena berpikir bahwa subjek akan kalah cantik atau takut tersaingi dengan orang lain yang dianggapnya lebih cantik daripada dirinya.

b. Aspek Perasaan (Afeksi)

1) Ketidakpuasan terhadap Bagian Tubuh

Dalam aspek perasaan (afeksi) ketidakpuasan terhadap bagian tubuh yaitu ketidakpuasan subjek tepat pada bagian tubuh, mulai dari hidung, tinggi badan, kulit, rambut, payudara, bokong, bahkan hampir seluruh tubuh.

2) Perasaan Negatif tentang Tubuh

Dalam perasaan negatif tentang tubuh, subjek memiliki perasaan negatif dimana subjek merasa benci dengan kulitnya saat ini karena menggelap, sehingga timbul perasaan tidak puas dengan fisiknya.

c. Aspek Perilaku (Behavioral)

Perilaku Obsesif-Kompulsif

Pada aspek perilaku (behavioral) perilaku Obsesif- Kompulsif, subjek memiliki gejala obsesif kompulsif dimana subjek berdandan lebih dari satu setengah jam setiap kali berdandan, subjek berdandan dengan teliti, tanpa boleh ada satu kecacatanpun dalam

penampilannya, bahkan mengulang kembali dandanan jika merasa kurang sempurna.

d. Hubungan Sosial

Menghindari Situasi dan Hubungan Sosial

Dalam hubungan sosial (menghindari situasi dan hubungan sosial) hubungan sosial subjek cukup baik, dimana subjek senang berkumpul dengan teman sekolah dan kampusnya, senang mengobrol dan membahas trend masa kini. Namun subjek tidak dekat dengan tetangga-tetangganya. Subjek merasa tidak percaya diri jika berkumpul dengan teman yang lebih cantik.

5. Faktor-faktor Penyebab *Body Dysmorphic Disorder*

Sampai saat ini, belum ada penelitian yang memastikan penyebab *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dengan jelas. Riwayat dilecehkan tubuhnya pada masa kanak-kanak, tidak dicintai orang tua, dan mempunyai penyakit yang mempengaruhi penampilan, jerawat misalnya, bisa dikategorikan menjadi penyebab gejala *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). Jika diklasifikasikan, ada dua aspek yang masih menjadi dugaan penyebab *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) yaitu:

- a. Adanya ketidakseimbangan cairan kimia (hormon *serotonin*) di dalam otak, yang berpengaruh terhadap kapasitas obsesi.
- b. Kemungkinan faktor-faktor sifat, psikologis, maupun budaya.

Phillips (dalam Sukamto, 2013) menyatakan bahwa BDD seringkali tidak dikenali dan tidak terdiagnosis. Beberapa penyebabnya adalah:

- a. Penderita terlalu malu untuk mengungkapkan keprihatinan mereka terhadap penampilan.
- b. BDD dipandang sebagai hal yang remeh atau bahkan sombong oleh orang lain karena penampilan fisik penderita secara umum baik-baik saja.
- c. Masih kurangnya pengenalan kebanyakan orang, termasuk praktisi kesehatan mengenai BDD.
- d. BDD bisa salah didiagnosis sebagai gangguan yang lain, seperti depresi atau fobia sosial.
- e. Banyak penderita BDD justru mencari bantuan dari kulit, dokter bedah plastik, atau dokter-dokter lain dibandingkan praktisi kesehatan mental seperti psikiater atau psikolog, sehingga masalah citra tubuh yang dialami seringkali tidak selesai secara efektif.

6. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Brehm dalam, Ana (2010) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) yaitu:

- a. *First Impression Culture*

First impression culture adalah cara pandang sebuah penampilan dilihat dari aspek lingkungan budaya yang mencakup persepsi keliru tentang standar kecantikan dan terjebak oleh konsep cantik secara keseluruhan.

b. Standar Kecantikan yang Tidak Mungkin dapat Dicapai

Standar kecantikan yang tidak mungkin dicapai yaitu keraguan atau ketidakpuasan pada bentuk fisik tubuh seseorang yang mencakup berpenampilan yang terlalu jauh dengan *self reality*, membandingkan penampilan diri sendiri dengan orang yang di lingkungan yang jauh dengan standar diri sendiri (kecantikan).

c. Rasa Tidak Puas yang Mendalam terhadap Kehidupan dan Diri Sendiri

Tingkat kepuasan terhadap sosok tubuh yang tinggi diasosiasikan dengan tingkat harga diri sosial yang tinggi pula

d. Kurangnya Rasa Percaya Diri

Individu cenderung menutup diri dari lingkungan dan menarik diri dari lingkungan sosial.

e. Adanya Perasaan Kegemukan yang Berlebihan

Remaja yang merasa memiliki berat badan yang tidak ideal cenderung mempunyai pikiran dan perasaan yang negatif mengenai tubuhnya, mereka beranggapan bahwa berat badan yang dimilikinya tidak proporsional, dan berpikir mengalami kegemukan atau kekurusan.

f. Emosi Negatif Mengenai Tubuh

Emosi dasar negatif adalah perasaan berupa dengki, dendam, iri, kejam, menolak dan tidak mau mengerti terhadap perkembangan fisik baik penerimaan diri maupun gambaran dirinya.

g. Objektivitas Diri

Objektivitas diri sebagai salah satu faktor mengapa perempuan cenderung tidak puas terhadap tubuh dan memiliki pemikiran negatif yang didasari oleh perspektif orang lain dan fokus pada atribut tubuh yang tampak.

D. Hubungan Antara Penggunaan *Make up* dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Remaja

Remaja banyak menunjukkan ketidakpuasan mereka terhadap tubuh, khususnya pada remaja putri yang lebih banyak mengembangkan citra tubuh negatif (Jones dalam Yuniar, 2012). Seringkali sulit bagi para remaja untuk menerima keadaan fisiknya bila sejak kanak-kanak mereka telah mengagungkan konsep mereka tentang penampilan diri pada waktu dewasa nantinya. Diperlukan waktu untuk memperbaiki konsep ini dan untuk mempelajari cara-cara memperbaiki penampilan diri sehingga lebih sesuai dengan apa yang dicita-citakan (Hurlock, 2001).

Remaja memiliki banyak cara untuk mencari perhatian, salah satunya adalah dalam hal penampilan. Terlebih lagi jika membandingkan hasrat untuk berpenampilan menarik antara pria dan wanita, hasrat wanita jauh lebih besar daripada hasrat pria (Davies; Thompson dalam Fristy, 2012). Kecenderungan lain adalah wanita lebih terpengaruh oleh bayangan atau citra tubuh ideal yang diajarkan oleh kebudayaan atau lingkungan mereka (Rice dalam Fristy 2012). Bagi remaja putri, penampilan merupakan hal yang sangat penting karena dapat menunjukkan seberapa diterimanya mereka didalam lingkungan mereka. Terlebih

lagi pada masa remaja terjadi perubahan fisik yang cukup drastis yang menyebabkan terjadinya komparasi antara bentuk tubuh secara nyata dengan standar nilai kecantikan yang ada. Remaja akan mencoba untuk menutupi kekurangannya tersebut dengan berbagai macam cara, mulai dari olahraga sampai melakukan perawatan intensif pada dokter kecantikan, bahkan melakukan operasi, ekstrimnya.

Santrock (2003) juga menegaskan bahwa perhatian pada tampilan fisik atau citra tubuh seseorang sangat kuat terjadi pada masa remaja, baik pada remaja perempuan maupun laki-laki. Para remaja akan melakukan berbagai usaha untuk mendapatkan tampilan fisik yang ideal sehingga terlihat menarik, seperti menggunakan pakaian yang sesuai ataupun melakukan perawatan tubuh dan wajah, namun itupun belum memuaskan penampilan mereka.

Seiring dengan penjelasan mengenai remaja di atas, beberapa penelitian mengungkapkan bahwa di era modern ini *make-up* bukan menjadi hal yang tabu bagi remaja. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Escentual (*brand* yang menjual produknya secara *online*) mengatakan, mereka sangat memikirkan tentang kondisi pra-remaja saat ini yang mungkin bisa memicu obesesi yang tidak sehat dengan penampilannya. Lebih dari 62% berpikir bahwa akan ada risiko yang buruk bila menggunakan *make up* di usia yang masih sangat muda.

Sejalan dengan hal itu remaja cenderung menggunakan *make up* untuk membuat penampilan menjadi lebih menarik, menutupi kekurangan yang ada pada wajah, menarik perhatian lawan jenis serta kamufase diri agar remaja dapat diterima di lingkungan sosial (Handayani, dalam Kartono 2014).

Masalah yang timbul manakala penilaian kecantikan atau ketampanan mengalami pergeseran paradigma adalah gejala mencemaskan penampilan yang disebut sebagai *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 70% kasus BDD dimulai sejak remaja (Thompson, dalam Fristy 2012).

Obsesi remaja putri untuk memiliki bentuk tubuh atau tampilan fisik yang sempurna dapat dijadikan salah satu indikasi bahwa remaja tersebut memiliki karakteristik dari *Body Dysmorphic Disorder*. *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah gangguan mental yang diartikan sebagai preokupasi seseorang terhadap perasaan kekurangan penampilannya (Veale dalam Fristy 2012). Orang-orang pengidap *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah mereka yang merasa berkekurangan pada tubuh dan memfokuskan diri hanya pada kekurangan fisik.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh, Pelle-de-Queral, Gazano, dan Aubert 2008 (dalam Yuwanto, 2010) fungsi *make up* secara psikologis yaitu *camouflage* artinya individu menggunakan *make up* untuk menutupi kekurangan diri secara fisik. Umumnya individu yang menggunakan *make up* untuk *camouflage* merasa dirinya tidak menarik sehingga perlu menggunakan *make up* untuk membuat menarik.

Penelitian fungsi *make up* tersebut sejalan dengan gejala *Body Dysmorphic Disorder* dan aspek-aspek dalam *Body Dysmorphic Disorder* yaitu melakukan kamufase terhadap penampilan fisik. Selain penilaian negatif terhadap citra tubuh pada remaja mendorong minat remaja untuk menggunakan *make up* dengan berbagai alat kosmetik yang mudah didapatkan. Maka ketika remaja mulai

ketergantungan menggunakan *make up* untuk mencapai fungsi psikologis tersebut remaja secara tidak langsung akan mengalami beberapa simptom yang ada pada *Body Dysmorphic Disorder* seperti, penilaian negatif terhadap diri, mengubah gaya atau penampilan, melakukan *body checking*, dan mengkamufase diri.

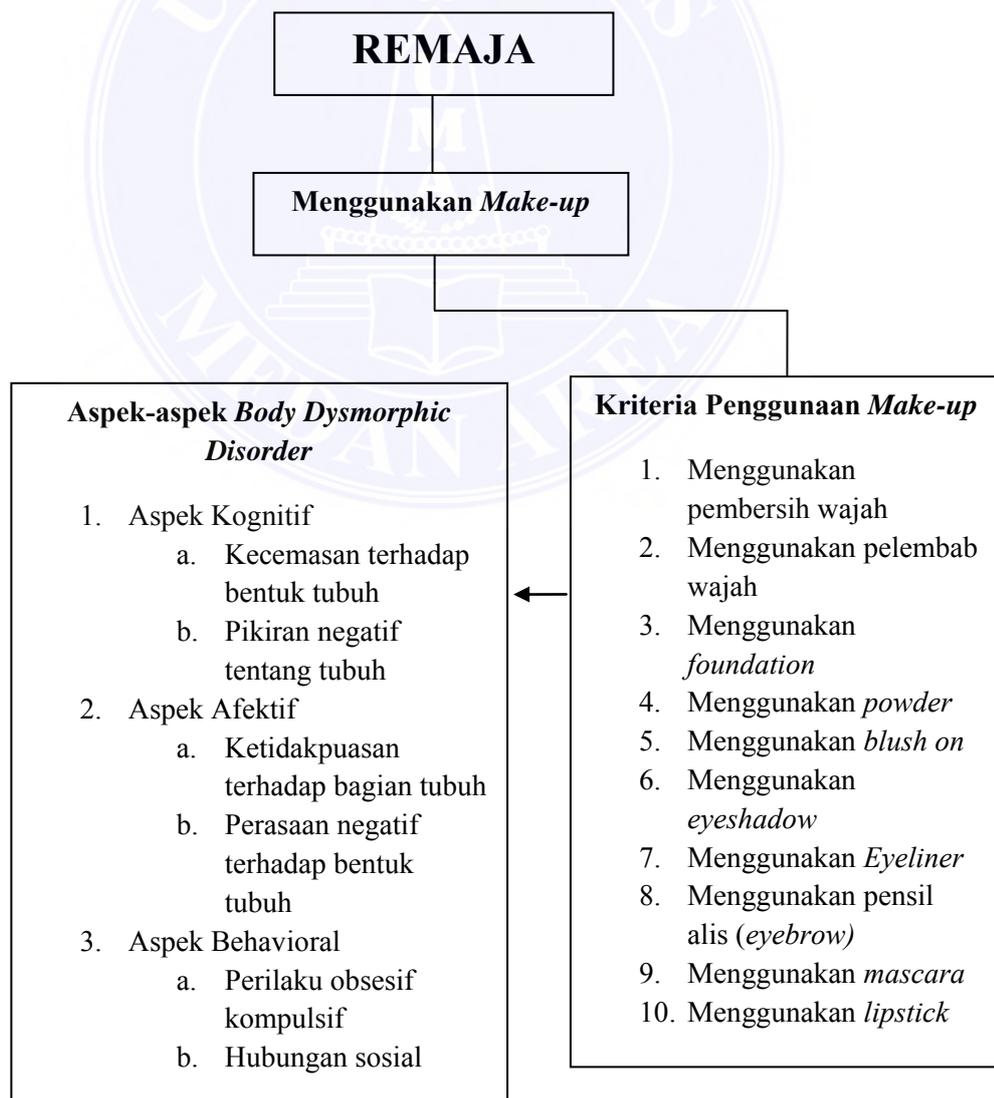
Brehm dalam Murtaqiyah (2010), menyatakan bahwa standar kecantikan yang tidak mungkin dicapai merupakan salah satu faktor penyebab BDD dimana keraguan atau ketidakpuasan pada bentuk fisik tubuh seseorang yang mencakup berpenampilan yang terlalu jauh dengan *self reality*, membandingkan penampilan diri sendiri dengan orang yang di lingkungan yang jauh dengan standar diri sendiri (kecantikan).

Pernyataan di atas didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Fristy (2012) mengenai citra diri pada remaja perempuan yang mengalami kecenderungan BDD dimana faktor rasa tidak puas yang mendalam terhadap kehidupan dan diri sendiri yang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi BDD, dimana dalam subjek yang diteliti, bentuk ketidakpuasan subjek terefleksikan dari kebiasaannya bercermin dan memperhatikan wajahnya dengan intensitas yang sering, subjek juga mengeluhkan bentuk wajahnya yang menurutnya jelek dan selalu menggunakan *make up* untuk atasi ketidakpuasan fisiknya tersebut.

E. Kerangka Konseptual

Mengacu pada tinjauan pustaka yang telah dijelaskan di atas bahwa penelitian ini ditujukan untuk melihat hubungan antara penggunaan *make up* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja. Hal ini dituangkan dalam kerangka konseptual oleh peneliti.

Kerangka konseptual merupakan kerangka berpikir yang menjelaskan keterkaitan antar variabel, yaitu penggunaan *make up* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja. Kerangka konseptual atas penelitian ini dapat digambarkan dalam bagan sebagai berikut:



F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian di atas dapat diajukan hipotesis yaitu ada hubungan positif antara penggunaan *make up* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja, dengan asumsi semakin tinggi tingkat penggunaan *make up* maka semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder*, sebaliknya semakin rendah tingkat penggunaan *make up* maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja.

