

**HUBUNGAN KECANDUAN MENONTON DRAMA KOREA
TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC
DISORDER* PADA MAHASISWIPSIKOLOGI UMS**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

WOROHAYUN JANASTRI

F 100 170 198

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KECANDUAN MENONTON DRAMA KOREA TERHADAP
KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWI
PSIKOLOGI UMS**

PUBLIKASI ILMIAH

oleh:

WOROHAYUN JANASTRI

F 100 170 198

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen
Pembimbing



Permata Ashfi Raihana, S.Psi., MA

NIK. 0622058601

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN KECANDUAN MENONTON DRAMA KOREA TERHADAP
KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWI
PSIKOLOGI UMS**

OLEH

WOROHAYUN JANASTRI

F100170198

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Kamis, 20 Januari 2022
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Dr Permata Ashfi Raihana, S.Psi., MA
(Ketua Dewan Penguji)



2. Dra. Partini, M.Si.
(Anggota I Dewan Penguji)



3. Gita Aulia Nurani, S.Psi, M.Psi., Psikolog
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,



Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIK.NIDN: 799/0629037401

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 17 November 2021

Penulis



WORO HAYUN JANASTRI
F100170198

HUBUNGAN KECANDUAN MENONTON DRAMA KOREA TERHADAP KECENDERUNGAN BODY DYSMORPHIC DISORDER PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UMS

Abstrak

Mahasiswi saat ini banyak yang menggemari drama Korea bahkan hingga ada yang mengalami kecanduan dengan selalu menonton dalam jumlah episode lebih dari yang sudah ditentukan sebelumnya. Bisa dikatakan kecanduan menonton drama Korea apabila telah menonton lebih dari 6 episode dalam sehari. Dalam drama tersebut sudah pasti menampilkan para pemerannya memiliki tubuh ideal nyaris sempurna yang diharapkan oleh para perempuan hingga timbul kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD). Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswi aktif Psikologi UMS yang berusia 18-23 tahun dan gemar menonton drama Korea lebih dari 6 episode dalam sehari. Jumlah subjek yang diambil sebanyak 100 mahasiswi menggunakan teknik purposive sampling untuk merekrut responden. Metode penelitian menggunakan kuantitatif korelasional, alat pengumpul data dengan skala likert BDD dan kecanduan menonton drama Korea yang telah dimodifikasi oleh peneliti yang kemudian dianalisis menggunakan teknik korelasi product moment pearson. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kecanduan menonton drama Korea terhadap kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswi Psikologi UMS.

Kata Kunci: Body dysmorphic disorder, drama Korea, kecanduan, mahasiswi

Abstract

Many students nowadays are fond of Korean dramas, and some even experience addiction by always watching more episodes than previously determined. You can say you are addicted to watching Korean dramas if you have watched more than 6 episodes a day. In this drama, it is certain that the actors have the ideal almost perfect body that is expected by women so that a tendency for body dysmorphic disorder (BDD) arises. The subjects in this study were UMS Psychology active students aged 18-23 years and liked to watch Korean dramas for more than 6 episodes a day. The number of subjects taken was 100 female students using purposive sampling technique to recruit respondents. The research method uses correlational quantitative, data collection tools with a BDD Likert scale and addiction to watching Korean dramas that have been modified by researchers which are then analyzed using Pearson's product moment correlation technique. The results showed that there was a relationship between addiction to watching Korean dramas and the tendency of body dysmorphic disorder in Psychology UMS students.

Keywords: Addiction, body dysmorphic disorder, Korean drama, student

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa ada di periode *emerging adulthood* dan termasuk dalam masa transisi dari remaja ke dewasa, di Indonesia rentang usia untuk mahasiswa yaitu antara 18-25 tahun (Eva, Shanti, Hidayah, Bisri, 2020). Jika tidak bisa melalui masa remaja ini dengan baik, mereka bisa cenderung mengarah ke *Body Dysmorphic Disorder* (selanjutnya akan disebut dengan *BDD*), dimana hanya terpaku pada penampilan fisik

saja (*American Psychiatric Association*). Berdasarkan penjelasan lain, seseorang dengan gangguan *BDD* akan merasa sibuk dengan bagian tubuh yang dirasa cacat atau kurang dari penampilan fisik yang dapat dilihat oleh banyak orang padahal itu sepele dan dapat menyebabkan ketakutan serta menghindar pada kehidupan sosial (*American Psychiatric Association*). Didukung juga oleh pendapat dari Corazza, dkk (2019), apabila terlalu senang dan asyik melihat penampilan diri sendiri akan menimbulkan obyektifikasi tubuh yang bahkan bisa mengarah pada gangguan penampilan. Untuk wanita, kecantikan telah menjadi tolok ukur untuk menilai seorang perempuan dengan patokan tubuh tinggi, langsing, putih dan mulus. Hal tersebut juga terbentuk karena adanya media masa (Cash dan Smolak, 2011). Dalam suatu drama dengan judul *It's Okay to Not Be Okay* sang pemeran utama wanita Seo Ye-ji, memakai pakaian berwarna pink pastel sehingga memperlihatkan lekuk tubuhnya yang langsing sehingga menjadi pusat perhatian penonton dan membuat mereka penasaran apakah rahasianya untuk mendapat tubuh ideal seperti itu (Merdeka.com). Papalia, Old dan Feldman (2009), perempuan yang berada pada tahap memasuki masa dewasa awal biasanya akan memperhatikan penampilan mereka berhubungan dengan kebutuhan akan cinta, karena itu akan menciptakan suatu hubungan yang kuat, stabil, dekat dan saling peduli menjadikan motivasi terkuat perilaku manusia.

Sedangkan dari penelitian yang dilakukan oleh Cerea, Bottesi, Ghirsham & Ghisi (2018), sepuluh perempuan yang terindikasi *Body Dysmorphic Disorder (BDD)* dengan usia 18-28 tahun dengan dua diantaranya menunjukkan perhatiannya pada aspek penampilan sedangkan delapan diantaranya melihat kecacatan pada rambut, hidung dan gigi yang berperilaku terlalu memikirkan juga menghabiskan waktu berjam-jam. Di zaman yang sudah serba canggih ini, setiap orang sudah dihadapkan dengan perasaan bingung akan bentuk fisiknya karena ada yang kurang lalu membandingkan pada orang lain terutama postingan di Instagram dimana banyak selebritis yang punya tubuh ideal (Tirto.id). Rasa tidak puas terhadap bentuk tubuh sendiri bisa dikarenakan ada komentar negatif dari lingkungan karena perubahan tubuhnya, sehingga akhirnya membandingkan bentuk tubuhnya pada teman sebaya ataupun *public figure* (Rahmadiyahanti dan Munthe, 2020). Perilaku membandingkan ini akan memunculkan pemikiran negatif untuk selalu ingin memiliki penampilan menarik, karena merasakan bentuk tubuh diri sendiri masih ada yang kurang di

beberapa titik atau lebih yang bisa dikatakan ada kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*.

Body Dysmorphic Disorder yaitu sebuah gangguan yang ditandai dengan individunya yang merasa cacat pada satu atau lebih pada bagian tubuh baik yang terlihat maupun tidak dan juga membandingkan penampilan dengan orang lain. Diagnosanya yaitu, asyik dengan bagian tubuh yang dirasa tidak sempurna dan merasa dianggap remeh oleh orang lain, melakukan perilaku berulang (bercermin, perawatan berlebihan, mengambil / mengelupas kulit, mencari asuransi) serta membandingkan penampilan dengan orang lain, keasyikan yang menjadi tekanan (secara sosial, pekerjaan dan area fungsi lain), adanya lemak tubuh yang menimbulkan gangguan makan (American Psychiatric Association). Phillip (2017) juga mendefinisikan *Body Dysmorphic Disorder* adalah sebuah gangguan umum yang penderitanya mengalami kesusahan dengan kekurangan pada penampilan fisik. Biasanya, para penderita ini akan mendeskripsikan diri seolah terlihat jelek, tidak menarik, cacat atau abnormal, kelainan yang dirasakan bisa pada kulit, rambut serta hidung tetapi bisa juga pada seluruh anggota tubuh dan pada kenyataannya mereka terlihat normal ataupun lebih menarik. Pendapat lain juga mengatakan *Body Dysmorphic Disorder (BDD)* ialah ketika seseorang selalu merasa khawatir dikarenakan penampilan fisik yang tidak sempurna (Soler, Ferreira, Novaes, dan Fernandes dalam Santoso, Fauzia, Rusli, 2019). Definisi lainnya menjelaskan jika *Body Dysmorphic Disorder* itu sendiri merupakan rasa tidak puas terhadap tubuh sendiri dengan selalu berpikiran negatif dengan keadaan tubuh. Gejalanya meliputi kecemasan, merasa tidak aman, tidak nyaman, kurang percaya diri dan menghargai diri sendiri sehingga perkembangannya kurang optimal. Mereka yang mengidap hal tersebut akan memiliki pola pikir maladaptif pada kondisi diri sendiri (Edmawati, Hambali dan Hidayah, 2018). Walaupun gangguan jenis ini bisa lebih parah atau bahkan kronis, masih sedikit yang mengetahui gejala awal mulanya dan bagaimana untuk mengobatinya (Beilharz, Castle, Grace & Rossell, 2017). *Body Dysmorphic Disorder* memiliki prevalensi yang sama baik remaja maupun dewasa yang berhubungan dengan *distress* juga gangguan yang cukup besar pada kalangan muda (Schneider, Turner, Mond dan Hudson, 2016).

Aspek *Body Dysmorphic Disorder* oleh Phillips (2009) yaitu : a. Distress, merupakan situasi emosional seperti depresi, cemas, khawatir, takut, panik dan semua pemikiran negatif yang dirasakan serta dipikirkan, b. Preoccupation yang merupakan rasa khawatir dengan penampilan jika terlihat jelek, tidak menarik, cacat, mengerikan bahkan menjijikkan. Sedangkan faktor yang mempengaruhi *Body Dysmorphic Disorder* menurut Phillips (2009) yaitu a.) Genetis / biologis, yang disebabkan oleh pran gen, pengaruh evolusioner, memiliki perilaku selektif dan fokus pada tiap detail, sirkuit otak ; b.) Sosial, yang muncul karena tekanan masyarakat pada tiap penampilan dan pengaruh budaya ; c.) Psikologis, yang muncul karena kejadian yang pernah dialami, ciri dan nilai dalam kepribadian, tertuju pada nilai estetika ; d.) Pengalaman, dikerenakan mengomentari penampilan, tekanan hidup, merasa ditolak, mencoba kosmetik, fisik yang berubah pada remaja.

Salah satu contohnya yaitu faktor sosial, dimana seorang aktris remaja Indonesia sering dikatakan bertubuh gendut oleh orang-orang dan akhirnya termotivasi untuk diet karena menonton drama Korea dengan melakukan diet secara sehat sehingga berat badannya mulai turun (Wowkeren.com). Budaya Korea ada berbagai macam seperti film, drama televisi (K-Drama), musik pop (K-Pop), K-Fashion, Skincare dan K-Food. Perilaku menonton drama Korea ini menjadi tren di kalangan mahasiswa. Para mahasiswa juga cenderung mengidolakan artis Korea yang terkenal sangat cantik dengan menampilkan proporsi tubuh yang bisa dikatakan dianggap sempurna (Surin, Santi & Ananta, 2021). Kesuksesannya diawali dengan populernya drama Korea yang akhirnya sampai ke beberapa negara di Asia (Topan & Ernungtyas, 2020). Di era globalisasi seperti ini, kecanduan drama Korea sudah familiar di kalangan mahasiswa yang digunakan sebagai peralihan dari remaja menuju dewasa (Rahman dalam Sidik, Rahman, Asmahasnah, 2020). Menonton drama Korea pada awalnya akan mencoba menonton dalam dua episode atau kurang lebih dua jam, akan tetapi akan membuat para penontonnya tidak bisa berhenti untuk mengikuti sampai episode terakhir hingga akan berdampak dengan membuang waktu percuma, lupa dengan kehidupan nyata maupun lingkungan baik teman atau keluarga juga masyarakat (Herpina dan Amri, 2017). Drama Korea ini berbentuk cerita bersambung yang biasanya terdiri dari 16 episode hingga 32 episode. Setiap episode berdurasi 40 menit sampai 1 jam. Sehingga untuk menonton Drama Korea ini dapat

menyita waktu. Jika seseorang menonton Drama Korea dimulai dari episode pertama, maka berkeinginan untuk melanjutkan episode-episode lainnya, dan dapat membuat penonton tersebut kecanduan menonton drama Korea (Fitri, 2019).

Penelitian ini juga mengambil dari hasil wawancara yang dilakukan pada 3 orang mahasiswi aktif Psikologi UMS, kemudian dari jawaban mereka didapatkan senang menonton drama Korea selama berjam-jam dengan jumlah episode lebih dari 6. Drama yang ditonton pun bermacam-macam genre nya seperti, romantis, komedi, *action*, misteri ataupun kolosal. Ketika menonton drama Korea pun, mereka senang melihat para pemainnya dari pemeran utama ataupun bukan apalagi jika pemeran tersebut memiliki bentuk wajah atau tubuh yang hampir sempurna. Beberapa mahasiswi yang diwawancarai tersebut, menjelaskan ingin juga memiliki penampilan seperti para pemain drama Korea karena terkadang merasa bentuk tubuh atau penampilan sendiri merasa kurang menarik apalagi jika berat tubuh sedang naik, tubuh terlalu kurus ataupun kulit sedang berjerawat membuat rasa percaya diri berkurang. Jika sedang memiliki masalah pada tubuh atau penampilannya, mereka merasa khawatir ataupun cemas bila orang-orang disekitarnya akan mengomentari permasalahan tersebut. Sehingga untuk menutupi ataupun memperbaiki masalah penampilan tersebut, masing-masing dari mereka akan memakai pakaian yang bisa sedikit mengubah bentuk tubuh yang dirasa kurang bagus, berolahraga, mengurangi makanan yang meningkatkan berat badan, memperbaiki pola makan atau pola hidup sehari-hari, memakai *make up* yang dapat mempercantik wajah.

Berdasar penelitian yang dilakukan Aulia & Lubis (2020), terdapat pengaruh drama korea terhadap gaya hidup para penontonnya seperti meniru membeli pakaian, alat *make up* maupun gaya rambut. Hasil survey oleh Angkawijaya & Kusumawati (2020), dari 50 responden di kota besar berusia 17-22 tahun menyatakan bahwa idol/personel grup band aktor/aktris dari Korea disukai karena adanya dukungan tubuh langsing dan kulit putih yang diperoleh dari seleksi dan latihan berat. suatu drama Korea sering menampilkan tubuh yang diidam-idamkan oleh para wanita dan sebagai wakil dari standar kecantikan (Pratiwi, Jaya dan Reskiyawati dalam Saputra, Priyowidodo dan Wahjudianata, 2018). Penelitian lain yang dilakukan oleh Kaparang (dalam Apsari, Mayangsari dan Erlyani, 2016), menonton drama korea yang termasuk dalam budaya Pop Korea akan mengakibatkan para remaja untuk

berperilaku sama dari segi penampilan hingga fisik sebagai tanda dari citra diri mereka.

Perilaku seperti *Body Dysmorphic Disorder* ataupun keinginan untuk meniru penampilan fisik pada seseorang dapat juga didukung oleh adanya kecanduan untuk menonton drama Korea. Menurut Adita & Rosmawati (2018), kecanduan adalah perilaku seseorang yang melakukan aktivitas yang disenangi dari suatu objek atau kegiatan. Untuk kecanduan sendiri menurut Endarmoko (2007), merupakan perilaku ketagihan atau tergila-gila pada suatu hal. Menurut Dewi dan Prasanti (2020), drama korea merupakan adalah salah satu jenis budaya artistik, mengacu pada drama TV yang muncul di Korea Selatan dalam bentuk mini-drama dan menggunakan bahasa Korea. Dalam drama Korea, cerita kehidupan manusia diperkenalkan dalam bahasa Korea. Pesan media dapat dijangkau dalam berbagai format (termasuk televisi, majalah, Internet, radio, papan iklan, film, buku, permainan video, brosur, poster, dan iklan), penelitian di bidang ini terutama berfokus pada cita-cita penampilan yang ditemukan di televisi dan majalah dan dampak potensial mereka pada tingkat internalisasi konsumen. Studi-studi ini telah menunjukkan bahwa citra media tentang wanita semakin didominasi oleh cita-cita ramping. Selain presentasi gambar atau representasi fisik dari cita-cita penampilan secara terus-menerus, outlet media sering menekankan pentingnya upaya untuk mencapai yang ideal melalui diet, olahraga, dan produk yang mengubah penampilan (Cash, 2012). Asih (2017), menemukannya seorang mahasiswi yang terlalu sering melihat drama Korea sehingga ia merasa kurang percaya diri karena penampilan yang dirasakan kurang menarik sehingga dapat mengarah pada kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Kemudian untuk kecanduan menonton drama korea sendiri, merupakan gangguan kronis yang membuat ketagihan, dapat terikat, tidak dapat berhenti dan berulang-ulang untuk memuaskan diri dengan menonton drama yang seperti kehidupan nyata dengan emosional tinggi (Sidik, Rahman, & Asmahasanah, 2020). Batas kecanduan menonton drama menurut Exelmans dan Bulck (2017) yaitu aspek kecanduan menonton drama Korea menggunakan aspek dari kecanduan *game online* menurut Lemmens, Valkenburg dan Peter, (2009): a.) *Salience* , yaitu ketika suatu aktifitas menjadi kegiatan yang mendominasi dan penting dalam pikiran seseorang ; b.) *Mood modification* , yaitu keadaan dimana seseorang mendapat kesenangan dari

aktifitas yang dilakukan ; c.) *Conflict* ,yaitu pertentangan yang terjadi ketika tingkat kecanduan meningkat dengan orang disekitarnya (konflik interpersonal) atau dengan diri sendiri (konflik intrapsikis) ; d.) *Tolerance* , yaitu ketika tingkat kecanduan makin meningkat untuk mendapat kesenangan ; e.) *Withdrawal syntoms*, yaitu perasaan tidak senang ketika aktifitas yang sudah membuat kecanduan dihilangkan atau berhenti secara tiba-tiba.; f.) *Relapse* , yaitu kembali melakukan ke pola aktifitas sebelumnya yang bahkan bisa semakin meningkat atau parah ; g.) *Problem* , yaitu permasalahan yang muncul karena kecanduan menonton drama. Faktor yang memprngaruhi kecanduan menurut Widian, Retnowati, & Hidayat (2004) adalah adanya interaksi pada tiap pengguna, b. Adanya fasilitas yang tersedia, c. Kurang dalam hal pengawasan, d. Motivasi individu, e. Kurang mengontrol perilaku.

Dari penjelasan diatas dapat diambil rumusan masalah “apakah ada hubungan antara kecanduan menonton drama Korea dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* ?”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecanduan menonton drama Korea dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada mahasiswi Psikologi UMS. Manfaat penelitian ini secara teoritis adalah untuk memberi referensi pada bidang ilmu Psikologi, sedangkan secara praktis untuk menambah wawasan kepada para pembaca baik dosen, mahasiswa dan masyarakat umum. Ada hubungan signifikan antara kecanduan menonton drama Korea terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

2. METODE

Metode dalam penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional yang dikumpulkan dengan alat data berupa skalalickert. Skala tersebut disebarakan menggunakan *google form*, kedua skala tersebut adalah skala *body dysmorphic disorder* dengan reliabilitas sebesar 0,623 dan kecanduan menonton drama Korea dengan reliabilitas sebesar 0,870 yang sudah dimodifikasi oleh peneliti. Teknik sampling menggunakan *perposivesampling*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Sejumlah judul drama Korea yang dijawab oleh responden didapatkan 115 judul dan yang paling banyak ditonton yaitu *Penthouse*, *Vincenzo*, *School series* serta *Start Up*. Sedangkan media yang digunakan oleh responden untuk menonton drama Korea adalah

sebagai berikut :

Tabel 1. Media menonton drama Korea

Media	F	Persentase
<i>Handphone</i>	15	44,11%
Laptop	17	50%
Komputer	2	5,89%
Total	34	100%

Sebanyak 34 responden menonton drama Korea melalui berbagai situs seperti VIU, Netflix, Iqiyi, Telegram, Vidio.com, WeTv, Drama.com, Dramaid.tv, Dramaqu.com serta Dramaku.id. Situs yang paling banyak dikunjungi responden adalah VIU sebanyak 56 responden. Uji linearitas digunakan untuk mengetahui kelienaran diantara variabel bebas dan tergantung pada suatu penelitian. Dari hasil uji linearitas didapatkan nilai dari *Deviation from linearity* sebesar 0,051 yang berarti lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) dapat disimpulkan terdapat linearitas pada kedua variabel.

Uji hipotesis menggunakan korelasi *product moment pearson*. Hasilnya adalah diperoleh $r_{xy} = 0,245$ dengan $p = 0,005$ ($0,245 < 0,005$) dan dapat disimpulkan terdapat hubungan diantara kedua variabel. Sumbangan efektif bertujuan untuk mengetahui besarnya kontribusi kecanduan menonton drama Korea terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Dari hasil analisis data, didapatkan R^2 sebesar 0,245 dengan presentase sumbangan efektif yaitu 6%.

Kategorisasi, Hal ini ditujukan untuk mengetahui kondisi pada subjek penelitian menggunakan kelas interval kategorisasi yang selanjutnya semua subjek diletakkan pada kategori yang tepat, sesuai dengan perbandingan rerata hipotetik (RH) dan rerata empirik (RE). Untuk kecanduan menonton drama Korea, dari hasil analisis diperoleh RE sebesar 63,73 dan RH sebesar 63. Berdasarkan tabel, dapat diketahui bahwa RE 63,73 dan RH 63 yang berarti kecanduan menonton drama Korea pada mahasiswa Psikologi UMS berkategori sedang. Diperoleh juga mahasiswa yang kecanduan menonton drama Korea sejumlah 0 (0%) berkategori sangat rendah, 7 orang (20,6%) berkategori rendah, 22 orang (64,7%) berkategori sedang, 4 orang (11,8%) berkategori tinggi dan 1 orang (2,9%) berkategori sangat tinggi. Sedangkan untuk *Body dysmorphic disorder*, diperoleh RE sebesar 60,26 dan RH sebesar 69.

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa RE 60,26 dan RH 69 yang berarti

tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi Psikologi UMS berkategori sedang. Diperoleh juga mahasiswi yang terdapat kecenderungan *BDD* sejumlah 0 (0%) berkategori sangat rendah, 12 orang (35,3%) berkategori rendah, 20 orang (58,5%) berkategori sedang, 2 orang (5,9%) berkategori tinggi dan 0 orang (0%) berkategori sangat tinggi.

3.2 Pembahasan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara kecanduan menonton drama Korea terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi fakultas Psikologi UMS yang berusia 18-23 yang berjumlah 34 orang mahasiswi. Hasil dari penelitian ini menjelaskan adanya korelasi antara kecanduan menonton drama Korea terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi dengan korelasi antara kedua variabel dengan uji korelasi *product moment pearson* menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) korelasi sebesar 0,245. Ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuh dapat dijadikan salah satu indikasi seseorang mengidap gangguan dismorfik tubuh.

Gangguan dismorfik tubuh adalah gangguan persepsi diri, gangguan dismorfik tubuh merupakan gangguan dimana individu membuat cacat yang sebenarnya tidak ada dalam penampilannya, individu ini sangat terpaku pada kesempurnaan (Vashi, 2015). Kemudian berdasarkan pendapat dari Cash dan Smolak (2011), bahwa media massa adalah salah satu pendorong bagaimana wanita membentuk citra tubuh mereka masing-masing. Hal ini seolah-olah menciptakan wanita itu bertubuh langsing akan lebih baik daripada yang bertubuh gemuk karena rata-rata pemeran utamanya adalah mereka yang langsing begitupun dengan drama Korea jika ada pemeran yang tidak memiliki tubuh sempurna akan diperlakukan kasar oleh karakter lainnya. Didukung juga oleh pendapat Veale (2010) memperkuat hasil penelitian yang telah dilakukan dan membuktikan bahwa subjek penelitian banyak yang mendefinisikan diri mereka terhadap nilai ideal yang mereka bentuk tentang kesempurnaan penampilan dalam persepsi mereka. Ketidakpuasan mereka terhadap tubuh mereka berkaitan dengan status mereka yang merupakan mahasiswi dimana mereka telah memasuki tahap dewasa awal dan mereka memiliki tugas-tugas perkembangan, tugas-tugas itu diantaranya adalah memperoleh pekerjaan dan memperoleh pasangan, tentu saja dengan tugas perkembangan yang harus mereka selesaikan mereka akan berusaha memenuhi apa yang lingkungan harapkan dari mereka, lingkungan yang membentuk gambaran perempuan yang ideal akan membentuk

persepsi mereka juga terhadap bagaimana bentuk tubuh atau gambaran perempuan ideal yang diharapkan. Adanya gambaran ideal perempuan yang diinginkan lingkungan dapat menyebabkan seseorang mempunyai gangguan dismorfik tubuh, disamping itu banyak juga yang mengemukakan bahwa gangguan dismorfik tubuh disebabkan oleh media yang menyebarkan wacana tentang gambaran perempuan ideal di masyarakat. Peran media dan lingkungan yang secara tidak langsung menggambarkan bagaimana seorang perempuan ideal akan membuat perempuan-perempuan akan berusaha sedemikian rupa untuk memenuhi bagaimana tuntutan lingkungannya tersebut.

Jika seorang individu tidak dapat memenuhi keinginan yang dituntut lingkungannya, maka ia akan membandingkan diri mereka dengan orang lain, menyembunyikan bagian tubuh tertentu dan memiliki kekurangan dalam fungsi sosial (Philips, 2017). Penekanan yang tidak proporsional terhadap daya tarik fisik membawa mereka untuk melihat diri mereka negatif, sehingga mereka mengalami rendah diri, kecemasan, malu, dan kesedihan, mereka juga sering menunjukkan metode koping yang maladaptif seperti memandangi cermin atau penghindaran terhadap hal yang membuat mereka sadar akan kekurangan fisik. Jika hal ini terjadi terus menerus dan tidak ditangani sejak awal maka akan menyebabkan mereka depresi dan mengalami rendah diri dan kecemasan yang berlebihan (Philips, 2017).

Didukung juga oleh teri Papalia, Old dan Feldman (2009) bahwa perempuan yang sedang masuk ke tahap dewasa awal ini juga dalam tuntutan untuk selalu tampil menarik dikarenakan adanya kebutuhan sosial untuk membangun hubungan sosial dengan teman-teman mereka baik pada lingkup pekerjaan maupun universitas. Vonderan dan Kinally (2012) juga melakukan penelitian bahwa media massa secara tidak langsung mempengaruhi bagaimana seseorang memandang tubuh mereka. Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa seolah-olah orang yang gemuk atau pendek dianggap tidak menarik, sehingga perempuan akan membandingkan tubuhnya dengan visual tubuh ideal yang terbentuk dalam masyarakat. Pengulangan repetitif akan bentuk tubuh ideal mempengaruhi bagaimana perempuan membandingkan tubuhnya dengan tubuh ideal. Ada juga pendapat lainnya, dengan adanya media massa yang berfungsi sebagai penyampaian informasi memudahkan manusia dalam mengakses berbagai informasi yang sedang berkembang di masyarakat. Media massa memiliki peran yang cukup penting dalam terciptanya pandangan terhadap standar tubuh ideal (Mualifah, Wahyuni

& Anggraini, 2020). Phillip (2017), mengatakan bahwa kecenderungan *body dismorphic disorder* itu pada umumnya mulai terlihat ketika seorang individu dalam masa remaja awal atau masa dewasa awal. Mereka mulai dituntut dapat menemukan dan mengeksplorasi jati dirinya. Pencarian jati diri berkaitan dengan konsep diri. Konsep diri akan membentuk citra tubuh. Apabila konsep diri yang dikembangkan negatif, maka citra tubuh yang terbentuk juga negatif. Pandangan mengenai citra tubuh seseorang akan mempengaruhi pikiran, perasaan dan perbuatan. Hal ini dapat memicu ketidakpuasan seorang remaja putri. Semakin besar keinginan remaja putri untuk berpenampilan menarik akan membuat remaja putri rela melakukan perubahan pada tubuhnya dan mengarah kepada *body dysmorphic disorder*.

Sumbangan efektif kecanduan menonton drama Korea sebesar 6%, sehingga masih ada 94% lagi faktor lain penyumbang efektif untuk kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Seperti pada penjelasan Fajarwati (2017) menjelaskan hasil dari penelitiannya jika suatu media massa seperti drama Korea memiliki peran penting terhadap citra gambaran tubuh yang terhubung pada *body dysmorphic disorder* karena tokoh dalam drama tersebut memiliki bentuk tubuh ideal yang diidamkan setiap wanita jika melihatnya dan akan mengidentifikasi diri mereka seperti yang ada di dalam drama Korea. Adanya keinginan menonton drama Korea secara terus menerus dan berkelanjutan yang didalamnya juga terdapat cara berbusana, kosmetik yang dipakai para pemeran maupun produk kecantikan lainnya akan mempengaruhi para penonton pada pandangan mereka akan kualitas citra tubuh sehingga akan mengikutinya. Hal tersebut akhirnya dijadikan standar kecantikan bagi mereka sehingga bisa membuat para penonton terutama wanita muncul kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Niswah & Zahro, 2021).

Didukung juga oleh penelitian yang menjelaskan jika banyak mahasiswi ingin merubah bentuk tubuhnya dengan berbagai hal setelah mereka menonton drama Korea (Surin, Sari & Ananta,2020). diperkuat juga oleh pendapat Wijaya (2016) jika para pemeran yang ada di dalam drama Korea adalah kunci keberhasilannya sebab mereka memiliki tubuh yang langsing,wajah yang halus serta kulit putih bersih yang tentu saja didambakan setiap orang begitupun dengan gaya berpakaianya juga diikuti oleh masyarakat. Gangguan *Body dysmorphic disorder* tersebut semakin sering terjadi terutama di kalangan mahasiwi karena adanya informasi mengenai bentuk tubuh ideal

di media masa seperti televisi terutama drama Korea yang membuat mereka yang memiliki kekurangan dalam segi fisik merasa prihatin dan mencari cara untuk menutupi kekurangannya (Purnaningwulan, 2015). Perempuan ideal yang dibentuk oleh media massa adalah yang muda, tinggi, kurus, dan putih (Cash dan Smolak, 2011). Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa seolah-olah orang yang gemuk atau pendek dianggap tidak menarik, sehingga perempuan akan membandingkan tubuhnya dengan visual tubuh ideal yang terbentuk dalam masyarakat. Pengulangan repetitif akan bentuk tubuh ideal mempengaruhi bagaimana perempuan membandingkan tubuhnya dengan tubuh ideal. Majalah, film dan acara televisi merupakan media pembawa standar kecantikan untuk menilai perempuan (Tiggemann dalam Cash dan Pruzinky, 2002).

Penelitian ini hanya mengambil responden dari kalangan mahasiswi saja, agar peneliti selanjutnya bisa mencari responden mahasiswa maupun mahasiswi untuk hasil yang lebih variatif dan lebih banyak lagi. Selain itu metode penelitian yang digunakan bisa menggunakan metode yang lain.

4. PENUTUP

Berdasarkan penelitian diatas, terdapat adanya hubungan positif antara kecanduan menonton drama Korea terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan korelasi sebesar 0,245 dengan ($0,001 < 0,05$). Sedangkan sumbangan efektif dari kecanduan menonton drama Korea yaitu 6% pada kecenderungan *body dysmorphic disorder*

Penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pengembangan ilmu pengetahuan mengenai kecanduan menonton drama Korea yang berkaitan dengan *body dysmorphic disorder*. Untuk para peneliti selanjutnya, bisa menambah subjek lagi dengan memberi kriteria mahasiswa dan mahasiswi untuk responden agar hasilnya lebih beragam. Variabel lain selain kecanduan drama Korea bisa digunakan atau menerapkan teknik penelitian lain seperti kualitatif. Sedangkan untuk para mahasiswi, tidak terlalu menjadikan apa yang ada di media salah satunya drama Korea sebagai standar ideal kecantikan hanya karena para pemainnya memiliki penampilan yang sempurna. Jika pemikiran tersebut terus berlanjut, bisa memunculkan adanya kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriliya, D. F. (2018). Berpikir Positif Dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders Fifth Edision*. Washington DC: American Psychiatric Publishing.
- Angkawijaya, Y., & Kusumawati, Y. A. (2020). Representasi Perempuan Pada Poster Teaser Album K-Pop Blackpink Dan Twice. *JURNAL TRANSLITERA*,9(1), 1-8.
- Apsari, L., Mayangsari, M. D., & Erlyani, N. (2016). Pengaruh perilaku modeling pada tayangan drama Korea terhadap citra diri remaja penggemar drama Korea. *Jurnal Ecopsy*,3(3), 144-148.
- Azwar, S. (2014). *Tes Prestasi Fungsi Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Beilharz, F., Castle, D. J., Grace, S., & Rossell, S. L. (2017). A systematic review of visual processing and associated treatments in body dysmorphic disorder . *Acta Psychiatr Scand*, 136(1),1-21.
- Cash, Thomas F., & Thomas Pruzinky. 2002. *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: The Guildford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (. (2011). *Body Image A Handbook of Science, Practice and Prevention (2nd edition)*. New York: The Guildfors Press.
- Cerea, S., Bottesi, G., Grisham, J. R., & Ghisi, M. (2018). Body dysmorphic disorder and its associated psychological and psychopathological features in an Italian community sample. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*,3(22), 1-10.
- Corazza, O., Simonato, P., Demetrovics, Z., Mooney, R., Ven, K. v., Urrestarazu, A. R., . . Martinotti,
- G. (2019). The emergence of Exercise Addiction, Body Dysmorphic Disorder, and other image- related psychopathological correlates in fitness settings: A cross sectional study. *Plos One*,1(2), 1- 17.
- Edmawati, M. D., Hambali, I., & Hidayah, N. (2018). Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mereduksi Body Dysmorphic Disorder. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*,3(8), 1076—1079.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator (The Effect of Social Support on Students' Psychological Well-being with Religiosity as a Moderator). *urnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 122-131.
- Endarmoko, E. (2007). *Tesaurus Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Exelmans, L., & Bulck, J. V. (2017). Binge Viewing, Sleep, and the Role of Pre-Sleep Arousal. *Journal of Clinical Sleep Medicine*,13(8), 1001-1008.
- Fazriyani, G. Y., & Rahayu, D. A. (2019). Body Dismorphic Disorder Tendency to Stress Level in Female Adolesences. *Media Keperawatan Indonesia*,2(3), 105-112.

- Hananto, H. P. (2019). *hubungan antara kecanduan bermain game online dengan perilaku agresi padaremaja* . Skripsi. Malang: Universitas Brawijaya.
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, kualitatif & mixed methode)*.
- Kuningan: Hidayatul Quran Kuningan.
- Herpina, & Amri, A. (2017). Dampak Ketergantungan Menonton Drama Korea Terhadap Perilaku Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*,2(2), 1-13.
- Hadi, A. (2020, Agustus 3). *Mengenal Body Dysmorphic Disorder dan Bagaimana Gejalanya?*. Diunduh dari <https://Tirto.id>.
- K, C. E., & Apriliana, E. (2018). Pengaruh Body Dysmorphix Disorder pada Self Esteem Mahasiswa . *JIP*,8(1), 53-61.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Petter, J. (2009). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*,12(1), 77-95.
- Papalia,Diane E., Sally Wendkos Old, & Ruth Duskin Feldman. 2008. *Human Development*. Terjemahan oleh A.K Anwar.2008. Jakarta: Prenada Media Grup.
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder*. New York: Oxford University Press.
- Prasanti, R. P., & Dewi, A. I. (2019). Dampak Drama Korea (Korean Wave) terhadap Pendidikan Remaja,11(2). *Jurnal Pendidikan*, 256-269.
- Rahmadiyah, A., & Munthe, R. A. (2020). Social Comparison Dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Buletin Ilmiah Psikologi*,1(1),11-19.
- Rianawati, I. F. (2017). *Hubungan Intensitas Menonton Drama Korea (K-Drama) Dan Kecenderungan Gangguan Dismorfik Tubuh Pada Perempuan Dewasa Awal*. Skripsi. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Santoso, M. V., Fauzia, R., & Rusli, R. (2019). Hubungan Antara Kepuasan Citra Tubuh Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Wanita Dewasa Awal Di Kota Banjarbaru. *JurnalKognisia*,2(1).
- Schneider, S. C., Turner, C. M., Mond, J., & Hudson, J. L. (2016). Prevalence and correlates of body dysmorphic disorder in a community sample of adolescents. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*,1(2), 1-9.
- Setyorini, T. (2020, juli 10). Heboh Pinggang Super Ramping Seo Ye-ji, Ini Rahasia Bugar sang Aktris. Diunduh dari <https://www.merdeka.com>.
- Sidik, S. N., Rahman, I. K., & Asmahasanah, S. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecanduan Dramakorea Di Kalangan Mahasiswa (Penelitian di Universitas Ibn Khaldun KotaBogor). *AKRAB JUARA*,5(3), 79-88.
- Tim Wow Keren. (2018, Maret 28). *Simak Cerita Syifa Hadju Yang Rela Berdiet Karena Pernah Depresi Dibilang Gendut Ini*. Diunduh dari <https://www.wowkeren.com> .
- Topan, D. A., & Ernungtyas, N. F. (2020). Preferensi Menonton Drama Korea Pada Remaja. *Jurnal Pustaka Komunikasi*,3(1), 37-48.
- Vonderen, K. E., & Kinnally, W. (2012). Media Effects on Body Image: Examining Media Exposurein the Broader Context of Internal and Other Social Factors. *American Communication Journal*,14(2), 41-57.

- Wagiran. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan : Teori dan Implementasi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Widiana, H. S., Retnowati, S., & Hidayat, R. (2004). Kontrol Diri Dan Kecenderungan KecanduanInternet. *Jurnal Psikologi Indonesia*,1(1), 6-16.