PENGARUH PENGALAMAN BURUK MASA KECIL TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS X

TUGAS AKHIR
SKRIPSI

ALMA AMALIYA ULFA
46122010202

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2026

lib.mercubuana.ac.id

PENGARUH PENGALAMAN BURUK MASA KECIL TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS X

TUGAS AKHIR
SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

ALMA AMALIYA ULFA
46122010202

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2026

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Alma Amaliya Ulfa
NIM	:	46122010202
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:
"Pengaruh Pengalaman Buruk Masa Kecil Terhadap Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Mahasiswa Universitas X" adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 14 Agustus 2026



Alma Amaliya Ulfa

lib.mercubuana.ac.id

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama	: Alma Amaliya Ulfa
NIM	: 46122010202
Program Studi	: S1 Psikologi

dengan judul "Pengaruh Pengalaman Buruk Masa Kecil Terhadap Kecenderungan *Body Dsymorphic Disorder* pada Mahasiswa Universitas X", telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 20 Juni 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 25%.

Jakarta, 20 Juni 2026
Administrator Turnitin

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama	:	Alma Amaliya Ulfa
NIM	:	46122010202
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi
Judul Tugas Akhir	:	Pengaruh Pengalaman Buruk Masa Kecil Terhadap Kecenderungan *Body Dsymorphic Disorder* pada Mahasiswa Universitas X

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 31 Juli 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing

Erna Multahada, S.H.I., S.Psi., M.Si
NIDN/NUPTK: 0315038002

UNIVERSITAS MERCU BUANA

Jakarta, 31 Juli 2026
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi	Ketua Program Studi Psikologi
Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D	Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN/NUPTK: 0316058002	NIDN/NUPTK: 0324068701

lib.mercubuana.ac.id

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M. Eng., selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi
3. Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog., selaku Ketua Program Studi Psikologi
4. Erna Multahada, S.H.I., S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Tugas Akhir ini;
5. Papa dan Mama, yang dengan senang hati selalu menyalurkan doa, dukungan dan semangat yang hangat kepada saya, sehingga saya bisa menyelesaikan perkuliahan sampai pada tahap ini, terima kasih banyak Papa dan Mama.
6. Para dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, yang telah memberikan begitu banyak ilmu kepada saya, mengajarkan dengan kesabaran dan dukungan positif kepada saya, terima kasih banyak Bapak dan Ibu atas bimbingan dan arahannya selama 4 tahun ini, kebaikan Bapak dan Ibu akan selalu saya kenang.
7. Ketiga adik saya, yang selalu memberikan hiburan melalui lelucon mereka sehingga menjadi sumber semangat di rumah saat penulis merasa lelah dengan perkuliahan dan pengerjaan Tugas Akhir.
8. Teman-teman saya selama di perkuliahan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu di sini, terima kasih atas dukungan dan kerjasamanya, telah menemani melewati suka dan duka selama 4 tahun ini sehingga dipenuhi oleh masa-masa indah yang akan selalu saya kenang sampai tua nanti.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 20 Juni 2026

Alma Amaliya Ulfa

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Alma Amaliya Ulfa
NIM	:	46122010202
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi
Judul Tugas Akhir	:	Pengaruh Pengalaman Buruk Masa Kecil Terhadap Kecenderungan *Body Dsymorphic Disorder* pada Mahasiswa Universitas X

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (***Non-exclusive Royalty-Free Right***) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 14 Agustus 2026

Yang menyatakan,



Alma Amaliya Ulfa

lib.mercubuana.ac.id

PENGARUH PENGALAMAN BURUK MASA KECIL TERHADAP KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS X

ALMA AMALIYA ULFA

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh ditemukannya beberapa perilaku mahasiswa yang cenderung mengarah ke *Body dysmorphic disorder* (BDD) atau gangguan dismorfik tubuh, yaitu perilaku yang berkaitan dengan perasaan tidak puas serta percaya diri yang rendah terhadap penampilan fisik sampai melakukan segala cara untuk menyamarkan atau menutupi bagian tubuh yang tidak disenangi, penelitian terdahulu mengaitkan perilaku ini terbentuk dari paparan pengalaman buruk yang terjadi di masa awal kehidupan. Maka dari itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pengalaman buruk masa kecil terhadap kecenderungan BDD pada mahasiswa Universitas X. Jumlah sampel yang dilibatkan dalam analisis adalah sebanyak 179 mahasiswa yang dikumpulkan menggunakan teknik *accidental sampling.* Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecenderungan BDD adalah *Appearence Anxiety Inventory* (AAI), sedangkan instrumen *Adverse Childhood Experiences International Questionnaire* (ACE-IQ) digunakan untuk mengukur pengalaman buruk masa kecil. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh pengalaman buruk masa kecil terhadap kecenderungan BDD. Pengambilan data melalui kuesioner yang disebarkan secara online dalam bentuk *google form.* Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah positif pengalaman buruk masa kecil terhadap kecenderungan BDD pada mahasiswa Universitas X ($R = 0{,}538$; $R^2 = 0{,}290$; $P = <{,}001$). Diperoleh nilai $R^2 = 0{,}290$ artinya pengalaman buruk masa kecil memberikan kontribusi sebesar 29% terhadap kecenderungan BDD. Selain itu, hasil dari analisis tambahan yang dilakukan, menemukan bahwa terdapat 2 aspek pengalaman buruk masa kecil yang paling dominan memengaruhi kecenderungan BDD mahasiswa secara signifikan, yaitu

lib.mercubuana.ac.id

kekerasan sebaya/perundungan (β = 0,241; *p* = 0,002) dan diikuti dengan kekerasan seksual (β = 0,194; *p* = 0,018).

Kata Kunci : Gangguan Dismorfik Tubuh, Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder,* Pengalaman Buruk Masa Kecil, Mahasiswa.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

THE INFLUENCE OF ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES ON THE TENDENCY OF BODY DYSMORPHIC DISORDER AMONG STUDENTS AT UNIVERSITY X

ALMA AMALIYA ULFA

ABSTRACT

This research is motivated by the discovery of several student behaviors that tend to lead to Body dysmorphic disorder (BDD), which is behavior related to feelings of dissatisfaction and low confidence in physical appearance to the point of doing everything to disguise or cover up unwanted body parts, previous research has linked this behavior to be formed from exposure to bad experiences that occur in early life. Therefore, the purpose of this study is to determine the influence of adverse childhood experiences on the tendency of BDD among students at University X. The instrument used to measure the tendency of BDD is the Appearence Anxiety Inventory (AAI), while the Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) instrument is used to measure adverse childhood experiences. The data were collected through questionnaires distributed online in the form of google forms. Simple linear regression analysis was applied to examine the influence of adverse childhood experiences on BDD tendency. The results of simple linear regression analysis showed that there was a significant influence with the positive direction of adverse childhood experiences on BDD tendency among students at University X ($R = 0.538$; $R^2 = 0.290$; $P = <.001$). An $R^2 = 0.290$ was obtained, meaning that adverse childhood experiences contributed 29% to the variance in BDD tendency. Furthermore, additional analysis revealed that two specific aspects of adverse childhood experiences predominantly and significantly influence students' BDD tendency: namely peer violence/bullying ($\beta = 0.241$; $p = 0.002$) and followed by sexual violence ($\beta = 0.194$; $p = 0.018$).

Keywords: *Body Dysmorphic Disorder, Tendency of Body Dysmorphic Disorder, Adverse Childhood Experiences, University Students*.

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL 0
HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN iii
HALAMAN PENGESAHAN iv
KATA PENGANTAR v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI vi
TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB vi
ABSTRAK vii
ABSTRACT ix
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GAMBAR xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv
BAB I 1
PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Perumusan Masalah 9
1.3 Tujuan Penelitian 9
1.4 Manfaat Penelitian 9
BAB II 11
KAJIAN PUSTAKA 11
2.1 Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) 11
2.1.1 Pengertian *Body Dysmorphic Disorder* 11
2.1.2 Dimensi *Body Dysmorphic Disorder* 13
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Body Dysmorphic Disorder* 14
2.1.4 Pengertian Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* 16
2.2 Pengalaman Buruk Masa Kecil 17
2.2.1 Pengertian Pengalaman Buruk Masa Kecil 17
2.2.2 Aspek Pengalaman Buruk Masa Kecil 18

lib.mercubuana.ac.id

2.3 Penelitian Terdahulu 22
2.4 Dinamika Penelitian 34
2.5 Kerangka Berpikir 37
2.5 Hipotesis Penelitian 38
BAB III 39
METODE PENELITIAN 39
3.1 Desain Penelitian 39
3.2 Populasi dan Sampel 39
3.2.1 Populasi 39
3.2.2 Sampel 39
3.2.3 Teknik Sampling 40
3.3 Definisi Operasional 40
3.3.1 Definisi Operasional Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* 40
3.3.2 Definisi Operasional Pengalaman Buruk Masa Kecil 40
3.4 Instrumen Penelitian 41
3.4.1 Penilaian Skala Likert Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* 41
3.4.2 Penilaian Instrumen Pengalaman Buruk Masa Kecil 42
3.4.3 Alat Ukur Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* AAI (*Appearance Anxiety Inventory*) 42
3.4.4 Alat Ukur Pengalaman Buruk Masa Kecil ACE-IQ (*Adverse Childhood Experience International Questionnaire*) 44
3.5 Teknik Pengumpulan Data 49
3.6 Uji Instrumen Penelitian 49
3.6.1 Uji Validitas Isi 49
3.6.2 Uji Validitas Konstruk Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* 49
3.6.3 Uji Validitas Konstruk Pengalaman Buruk Masa Kecil 50
3.6.4 Uji Reliabilitas 50
3.7 Teknik Analisis Data 50
3.7.1 Statistik Deskriptif 50
3.7.2 Uji Asumsi Klasik 51
3.7.3 Uji Hipotesis 51
3.7.4 Analisis Tambahan 52
BAB IV 53
PEMBAHASAN 53

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

4.1 Gambaran Umum Subjek 53
4.1.1 Gambaran Subjek berdasarkan Jenis Kelamin 53
4.1.2 Gambaran Subjek berdasarkan Usia 53
4.1.3 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Semester 54
4.1.4 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Program Studi 55
4.2 Hasil 56
4.2.1 Uji Instrumen Penelitian 56
4.2.2 Analisis Deskriptif Data Penelitian 58
4.2.3 Analisis Deskriptif berdasarkan Kategorisasi 60
4.2.4 Uji Asumsi Klasik 61
4.2.5 Uji Hipotesis 64
4.2.6 Analisis Tambahan 66
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian 68
BAB V 78
KESIMPULAN 78
5.1 Kesimpulan 78
5.2 Keterbatasan Penelitian 78
5.3 Kelebihan Penelitian 79
5.4 Saran 80
5.4.1 Saran Teoritis 80
5.4.2 Saran Praktis 80
DAFTAR PUSTAKA 82
LAMPIRAN 94

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu 22
Tabel 3. 1 Skala Likert Kecenderungan BDD 42
Tabel 3. 2 Skala Dikotomi/Guttman Pengalaman Buruk Masa Kecil 42
Tabel 3. 3 Blueprint Appearance Anxiety Inventory (AAI) 43
Tabel 3. 4 Blueprint Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ)..... 45
Tabel 4. 1 Frekuensi Jenis Kelamin 53
Tabel 4. 2 Frekuensi Usia..... 53
Tabel 4. 3 Frekuensi Semester 54
Tabel 4. 4 Frekuensi Program Studi..... 55
Tabel 4. 5 Hasil Uji Reliabilitas 57
Tabel 4. 6 Analisis Deskriptif Per Dimensi Kecenderungan BDD (AAI) 58
Tabel 4. 7 Analisis Deskriptif Per Aspek Pengalaman Buruk Masa Kecil (ACE-IQ) 58
Tabel 4. 8 Kategorisasi Tingkatan Kecenderungan BDD 60
Tabel 4. 9 Kategorisasi Tingkatan Pengalaman Buruk Masa Kecil 61
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov 61
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas 62
Tabel 4. 12 Hasil Uji Heteroskedastisitas dengan Uji Spearman's Rho 63
Tabel 4. 13 Hasil Grafik Regresi Scatter Plot 64
Tabel 4. 14 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana..... 64
Tabel 4. 15 Hasil Uji Perbandingan Pengaruh Antar Aspek Pengalaman Buruk Masa Kecil 66

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir 37

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Expert Judgement 94
Lampiran B Uji Pilot 116
Lampiran C Kuesioner 117
Lampiran D Validitas isi & konstruk, serta Aiken's V 118
Lampiran E Analisis Data 123
Lampiran F CV 127

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id