Perbedaan *Body Image* Ditinjau Dari Masa Perawatan Pada Wanita Di Oryza MS Glow

Differences In Body Image In Terms Of Treatment Period On Women At Oryza MS Glow

Laili Alfita^(1*) & Desti Nuriyah Sianipar⁽²⁾

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Disubmit: 22 April 2021; Diproses: 28 April 2021; Diaccept: 01 Juni 2021; Dipublish: 02 Juni 2021

*Corresponding author: E-mail: alfitalaili@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti perbedaan *body image* ditinjau dari masa perawatan pada wanita. *Body Image* adalah evaluasi yang dimiliki seseorang tentang penampilan fisiknya terutama bagian tubuh mulai dari ujung rambut hingga kaki berdasarkan persepsi dan perasaan. Penelitian ini dilakukan di Oryza MS Glow Medan. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif komparatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 82 wanita yang ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan model skala likert melalui skala *body image*. Analisis data menggunakan teknik analisis *one way anova*. Reliabilitas menggunakan teknik koefisien alfa cronbach sebesar 0,955 dapat dinyatakan reliabel. Uji homogenitas penelitian sebesar 0,226 dapat dikatakan homogen. Mean hipotetik variabel *body image* sebesar 80. Mean empirik *body image* dalam masa perawatan 3 bulan sebesar 64,607. Mean empirik *body image* dalam masa perawatan 6 bulan sebesar 86,423. Mean empirik *body image* dalam masa perawatan 12 bulan sebesar 105,571. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, maka diperoleh nilai koefisien perbedaan Anova dengan koefisien $F = 1453,060$ dengan $P = 0,000$ lebih kecil dari 0,05. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan yaitu ada perbedaan *body image* ditinjau dari masa perawatan pada wanita dengan asumsi semakin lama masa perawatan maka semakin positif *body image* wanita. Oleh karena itu dalam penelitian ini hipotesis diterima.

Kata Kunci: *Body Image*; Masa Perawatan; Wanita

Abstract

This study aims to examine differences in *body image* in terms of treatment period in women. *Body Image* is an evaluation that a person has of his or her physical appearance, especially body parts, starting from the tips of the hair to the feet based on perceptions and feelings. This research was conducted at Oryza MS Glow Medan. The method used in this research is a comparative quantitative method. The sample in this study amounted to 82 women who were determined by *purposive sampling* technique. The data collection method uses a *body image* scale with a Likert scale model. Data analysis used *one way ANOVA* analysis technique. Reliability using the Cronbach alpha coefficient technique. The item reliability of 0.955 can be declared reliable. The homogeneity test of the study of 0.226 can be said to be homogeneous. The hypothetical mean of *body image* variable is 80. The empirical mean of *body image* in the 3-month treatment period is 64.607. The empirical mean of *body image* in the 6 months treatment period was 86.423. The empirical mean of *body image* in the 12 month treatment period was 105.571. Based on the results of the data analysis carried out, the ANOVA coefficient difference is obtained with a coefficient of $F = 1453,060$ with $P = 0.000$ less than 0.05. It means that the hypothesis proposed is that there is a difference in *body image* in terms of treatment period in women with the assumption that the longer the treatment period, the more positive the woman's *body image* is accepted.

Keywords: *Body Image*; Treatment Period; Women

How to Cite: Alfita, L. & Sianipar, D.N. (2021), Perbedaan *Body Image* Ditinjau Dari Masa Perawatan Pada Wanita Di Oryza MS Glow, *Jurnal Diversita*, 7 (1): 106-113.

PENDAHULUAN

Kecantikan merupakan hal yang relatif di dunia karena memiliki banyak arti. Kata cantik sebenarnya tergantung pada sejauh mana orang tersebut menilai arti sebuah kecantikan. Ada perbedaan pengertian kecantikan di zaman sebelumnya dengan zaman sekarang. Menurut Tirta (2007) kecantikan di zaman sebelumnya tergambarkan dari sifat dan karakter seseorang, sedangkan kecantikan di zaman sekarang tergambarkan dari penampilan fisik.

Penampilan fisik dapat dilihat dari apa yang dipakai seseorang dari ujung rambut hingga ujung kaki, baik pria maupun wanita. Menurut Emslie (Sumanty et al., 2018) walaupun antara pria dan wanita sejatinya sama-sama memperhatikan norma keindahan, wanita dilaporkan lebih memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan keindahan fisiknya daripada pria. Wanita merupakan individu perempuan dengan kisaran usia 18 tahun sampai 40 tahun (Hurlock, 2002). Pada kisaran usia tersebut wanita berada di tahap dewasa awal.

Menurut Hurlock (2002) ketika wanita tumbuh menjadi dewasa, wanita berarti telah belajar menerima perubahan fisik yang terjadi pada tubuhnya. Perubahan fisik yang terjadi ditandai dengan berat badan lebih mudah naik cenderung gemuk, kulit mengendur dan rambut berubah warna. Meskipun telah menerima keadaan fisiknya, wanita akan tetap memperbaiki penampilan yang menurutnya kurang menarik.

Menurut Smart (2010) kebanyakan wanita melakukan segala cara untuk memperbaiki penampilannya. Berbagai perawatan dilakukan wanita untuk

mempercantik diri agar terlihat menarik. Perawatan merupakan tindakan dasar yang dikombinasikan dengan khasiat bahan alam untuk menjaga kesehatan dan kecantikan fisik. Jenis perawatan yang dilakukan wanitaterdiri dari perawatan kulit, rambut dan kuku.

Namun, perawatan yang dilakukan wanita tidak langsung mengubah penampilannya. Menurut Farris (2014) perawatan memiliki masa tersendiri agar menghasilkan perbaikan dan kecantikan. Masa perawatan tergantung pada jenis dan kondisi serta usia wanita. Pada umumnya masa perawatan dimulai dari 2,5 bulan hingga 12 bulan. Pada masa 3 sampai 6 bulan perawatan biasanya terlihat pada kulit. Pada masa 6 bulan perawatan kepadatan dan ketebalan rambut juga sudah meningkat. Kemudian akan sempurna pada masa perawatan 12 bulan.

Dalam psikologi, gambaran kecantikan fisik tersebut diistilahkan dengan *body image*. Menurut Thompson (1996) *body image* adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat tubuh, aspek tubuh lainnya yang mengarah pada penampilan fisik seseorang.

Dalam mengevaluasi tubuh sendiri, wanita memiliki kecendrungan mengevaluasi secara positif maupun negatif. Menurut Wood-Barlow (Natari, 2015) ciri-ciri individu yang memiliki *body image* positif adalah merasa cantik, nyaman, percaya diri, dan senang dengan tubuh mereka, serta merasa memiliki kecantikan dalam diri.

Sedangkan menurut Cash (2011) ciri-ciri individu yang memiliki *body image* negatif adalah merasa tidak puas terhadap bagian tubuh yang dimiliki, kurang

menerima keadaan tubuh, membandingkan tubuhnya dengan orang lain, merasa memiliki penampilan yang jelek, dan selalu ingin memiliki tubuh yang ideal yang akan menimbulkan depresi, merasa tidak berharga bahkan gangguan *body image* yang disebut *BDD (body dysmorphic disorder)*.

Menurut Thompson (2000) pasien BDD adalah individu yang memiliki pengaruh distorsi citra tubuh yang negatif, merasa distress ketika orang lain memberitahukan sesuatu tentang tubuhnya. Hal ini dibuktikan dengan fenomena yang terjadi pada salah satu pelanggan tempat perawatan di Kota Medan yang pernah divonis BDD karena memiliki *body image* yang negatif. Subjek merasa tidak puas dengan keadaan wajahnya yang kusam, alis mata yang tidak beraturan, hidungnya pesek, dan bibir yang begitu tipis.

Subjek merasa stress berkepanjangan saat melihat dirinya sendiri di depan cermin kamarnya. Subjek mengaku terus merasa ada yang kurang terhadap dirinya dan selalu merasa dirinya kurang cantik meski sudah melakukan operasi. Namun, gangguan BDD tersebut perlahan menjadi normal karena perawatan rutin yang ia lakukan dengan merawat tubuh dan mengubah pola pikirnya terhadap penampilan fisiknya. Subjek mengaku bahwa penilaian diri kita harus positif.

Kemudian ada hasil wawancara dari wanita yang sudah melakukan perawatan selama 12 bulan merasa wajahnya putih dan lebih percaya diri. Hal ini menunjukkan ciri-ciri *body image* yang positif. Sedangkan wanita yang sudah melakukan perawatan selama 3 bulan

merasa dirinya tidak cantik, masih memiliki kekurangan karena belum memiliki kulit yang mulus. Hal ini menunjukkan ciri-ciri *body image* negatif.

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya perbedaan *body image* ditinjau dari masa perawatan pada wanita di Oryza MS Glow dengan asumsi bahwa semakin lama wanita melakukan perawatan akan semakin positif *body image* nya. Hal ini ditinjau dari hasil penelitian Wahyudi & Muhammad (2019) yang menunjukkan bahwa hasil uji anova variabel *body image* mahasiswi yang melakukan perawatan dengan intensitas 1 dan 2 kali dalam seminggu adalah $F=4,053$ dengan $p=0,018$ yang berarti adanya perbedaan *body image* pada mahasiswi tersebut. Persentase *body image* mahasiswi yang melakukan perawatan 2 kali dalam seminggu lebih tinggi yaitu sebesar 48,17% dari pada mahasiswi yang melakukan perawatan 1 kali dalam seminggu sebesar 43,97%. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan *body image* pada wanita yang ditinjau dari masa perawatan.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan, dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan *body image* ditinjau dari masa perawatan pada wanita di Oryza MS Glow.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif untuk melihat perbedaan *body image* ditinjau dari masa perawatan pada wanita di Oryza MS Glow Medan. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 250 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 82

wanita yang melakukan perawatan minimal dalam waktu 3 bulan dan maksimal 12 bulan yang ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan di Oryza MS Glow Medan.

Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis dengan model skala likert, yaitu dengan menggunakan skala *body image*. Skala *body image* disusun berdasarkan 3 aspek dari Grogan (2008) yaitu: persepsi, perasaan dan penilaian.

Body image adalah evaluasi yang dimiliki seseorang tentang penampilan fisiknya terutama bagian tubuh dari ujung rambut hingga ujung kaki berdasarkan persepsi dan perasaan.

Persepsi merupakan cara individu menginterpretasikan kondisi fisiknya melalui proses membandingkan ukuran tubuhnya dengan tingkat pemahaman terkait dirinya sendiri dan memiliki harapan agar berpenampilan lebih baik. Perasaan merupakan rasa suka atau tidak suka yang muncul terhadap tubuh yang dimiliki oleh individu. Penilaian merupakan pemikiran mengenai perbandingan diri fisik dengan diri orang lain dan estimasi terhadap ukuran tubuh sendiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji validitas skala *body image*, yang diisi oleh 82 wanita pada masa perawatan yang berbeda, menunjukkan bahwa dari 40 butir pernyataan terdapat 8 butir yang gugur dan 32 butir yang valid, dengan analisis reliabilitas yang menggunakan formula

Alpha Cronbach. Indeks reliabilitas yang diperoleh sebesar $r_n = 0,955$.

Selanjutnya peneliti melakukan analisis data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis *Body Image*

Variabel	F	Sig(p)	Ket
<i>Body Image</i>	1,453,060	0,000	Ada Perbedaan

Tabel.2 Tabel Deskripsi *Body Image*

Masa Perawatan	N	<i>Body Image</i>	Minimum	Maximum
3,00	28	67,17	64,00	70,00
6,00	26	88,34	82,00	95,00
12,00	28	105,57	100,00	111,00
Total	82	87,00	64,00	111,00

Tabel.3 Hasil Uji *LSD*

Masa Perawatan	<i>Body Image</i>	Sig.
3,00	6,00	-21,16758* ,000
	12,00	-38,39286* ,000
6,00	3,00	21,16758* ,000
	12,00	-17,22527* ,000
12,00	3,00	38,39286* ,000
	6,00	17,22527* ,000

Berdasarkan hasil perhitungan analisis *one way anova* menunjukkan bahwa adanya perbedaan *body image* yang sangat signifikan antara wanita yang melakukan perawatan selama 3 bulan, 6 bulan dan 12 bulan. Hal ini dapat dilihat dari nilai F hitung sebesar 1453,060 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Kemudian, untuk *body image* pada masa perawatan 3 bulan sebesar 67,17 dengan nilai minimum sebesar 64 dan maximum 70. *Body image* pada masa perawatan 6 bulan sebesar 88,364 dengan nilai minimum sebesar 82 dan maximum 95. Sedangkan *body image* pada masa

perawatan 12 bulan sebesar 105,57 dengan nilai minimum sebesar 100 dan maximum sebesar 111. Kemudian setelah diuji lanjut dengan uji *LSD* didapatkan hasil perbedaan *body image* masa perawatan 3 bulan dengan 6 bulan sebesar -21,16758, 3 bulan dengan 12 bulan sebesar -38,39286.

Kemudian *body image* masa perawatan 6 bulan dengan 12 bulan sebesar 17,22527, 6 bulan dengan 12 bulan sebesar -17,22527. Sedangkan *body image* masa perawatan 12 bulan dengan 3 bulan sebesar 38,39286, 12 bulan dengan 6 bulan sebesar 17,22527. *Body image* terendah berapa pada masa perawatan 3 bulan kemudian meningkat pada masa perawatan 6 bulan dan paling tinggi pada masa perawatan 12 bulan.

Hasil analisis di atas menunjukkan bahwa masa perawatan memberikan pengaruh pada perbedaan *body image* wanita. Perawatan dilakukan wanita agar mereka terlihat cantik. Sebagaimana pendapat Matlin (2008) yang menyatakan bahwa wanita muda selalu ingin terlihat menarik dan memiliki kecantikan fisik. Wanita ingin memiliki *body image* yang bagus seperti kulit yang bersih, rambut lurus, gigi putih dan lainnya.

Menurut Thompson (1996) *body image* adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat tubuh, aspek tubuh lainnya yang mengarah pada penampilan fisik seseorang. *Body image* setiap wanita akan selalu berbeda. Ada yang memiliki *body image* positif dan negatif. Wanita yang memiliki *body image* positif akan merasa penampilannya cantik, percaya diri, menerima keadaan fisiknya, dan tidak membandingkan tubuhnya dengan orang lain sedangkan wanita yang memiliki *body*

image negatif akan merasa penampilannya jelek, tidak percaya diri, kurang menerima keadaan fisiknya, merasa rendah diri, dan membandingkan diri dengan orang lain.

Wanita yang memiliki *body image* rendah sebelum perawatan dan masa awal perawatan akan berbeda dengan wanita yang memiliki *body image* tinggi setelah melakukan perawatan dengan waktu kurang lebih 12 bulan. Sebagaimana Bartky dan Naomi (Grogan, 1999) menyatakan bahwa wanita membandingkan tubuhnya sendiri dengan wanita lain yang menghabiskan waktu untuk melakukan perawatan, dimana wanita yang tidak melakukan perawatan merasa tidak puas dengan tubuhnya karena merasa tidak cantik seperti wanita lain yang merawat tubuhnya.

Tabel 4. Mean Hipotetik dan Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-rata		Keterangan
		Hipo tetik	Empi rik	
<i>Body Image</i> 3 Bulan	4,581	80	64,607	Rendah
<i>Body Image</i> 6 Bulan	6,351	80	86,423	Sedang
<i>Body Image</i> 12 Bulan	2,821	80	105,571	Tinggi

Asumsi bahwa semakin lama wanita melakukan perawatan akan semakin positif *body image* yang dimilikinya, dilihat dari hasil uji mean hipotetik dan empirik dimana mean empirik *body image* dalam masa perawatan 12 bulan lebih tinggi daripada perawatan 6 bulan dan 3 bulan. Nilai mean hipotetik dan empirik digunakan untuk melihat nilai mean mana yang lebih tinggi diantara *body image* antara masa perawatan 3 bulan, 6 bulan

dan 12 bulan. Nilai empirik *body image* dalam masa perawatan 3 bulan sebesar 64,6071, nilai empirik *body image* dengan masa perawatan 6 bulan sebesar 86,4231, sedangkan nilai empirik *body image* dengan masa perawatan 12 bulan sebesar 105,5714. Semakin lama masa perawatan terlihat semakin besar nilai empirik *body image*, dimana dalam masa perawatan 12 bulan nilainya lebih tinggi daripada 6 bulan dan 3 bulan. Sementara nilai mean hipotetik sebesar 80 didapatkan dari $\{(32 \times 1) + (32 \times 4)\} : 2 = 80$. Nilai rata-rata hipotetik variabel *body image* dalam masa perawatan 3 bulan, 6 bulan dan 12 bulan adalah sama sebesar 80.

Pada penelitian ini perawatan memberi pengaruh terhadap perbedaan *body image* setiap wanita secara signifikan. Hipotesa yang diajukan bahwa adanya perbedaan *body image* ditinjau dari masa perawatan pada wanita di Oryza MS Glow diterima karena berasal dari aspek persepsi, perasaan dan penilaian yang berkaitan, sesuai dengan definisi dan fenomena di lapangan bahwa *body image* merupakan evaluasi seseorang yang berasal dari persepsi, perasaan dan penilaian terhadap penampilan fisiknya.

Lebih lanjut, ada hasil penelitian yang menunjukkan adanya perbedaan *body image* pada wanita berkaitan dengan perawatan tubuh. Hasil penelitian Wahyudi & Muhammad (2019) yang menunjukkan bahwa hasil uji anova variabel *body image* mahasiswa yang melakukan perawatan dengan intensitas 1 dan 2 kali dalam seminggu adalah $F = 4,053$ dengan $p = 0,018$ yang berarti adanya perbedaan *body image* pada mahasiswa tersebut. Persentase *body image* mahasiswa yang melakukan perawatan 2

kali dalam seminggu lebih tinggi yaitu sebesar 48,17% daripada mahasiswa yang melakukan perawatan 1 kali dalam seminggu sebesar 43,97%.

Berdasarkan hasil penelitian ini terlihat bahwa perawatan memberi pengaruh terhadap perbedaan *body image* setiap wanita secara signifikan. Hipotesa yang diajukan bahwa adanya perbedaan *body image* ditinjau dari masa perawatan pada wanita di Oryza MS Glow diterima karena berasal dari aspek persepsi, perasaan dan penilaian yang berkaitan, sesuai dengan definisi dan fenomena di lapangan bahwa *body image* merupakan evaluasi seseorang yang berasal dari persepsi, perasaan dan penilaian terhadap penampilan fisiknya.

Setelah peneliti mendapatkan hasil sesuai hipotesa, peneliti ingin melihat persentase dari masing-masing aspek yang digunakan pada penelitian ini.

Gambar 1: Persentase Aspek Body Image

Persentase dari aspek persepsi sebesar 53%, aspek perasaan sebesar 28%, dan aspek penilaian sebesar 19%. Dari hasil persentase dapat dilihat bahwa aspek persepsi adalah aspek yang memiliki persentase paling besar kemudian diikuti perasaan dan penilaian. Hal ini dikarenakan *body image* yang dimiliki setiap wanita dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya pengaruh distorsi citra tubuh sebagaimana

pendapat Grogan (2008) bahwa faktor pengaruh distorsi citra tubuh dan respon sosial saat berhubungan dengan orang lain menjadi pengaruh besar untuk *body image* wanita. Pengaruh distorsi citra tubuh mempengaruhi seseorang dalam mengevaluasi *body imagenya*, terutama wanita. Pengaruh distorsi citra tubuh membuat persepsi negatif pada wanita yang diikuti sikap buruk seperti mengubah bentuk fisiknya untuk memiliki kecantikan fisik, merubah warna kulit menjadi putih dengan memakai *lotion*, mengubah warna rambut, dan membuat wajah menjadi tirus untuk memperbaiki penampilan fisiknya. Semua perilaku itu didapatkan dari tindakan perawatan kecantikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat di simpulkan hal-hal sebagai berikut: adanya perbedaan *body image* yang signifikan pada wanita ditinjau dari masa perawatan di Oryza MS Glow. Hal ini dapat dilihat dari nilai F sebesar 1453,060 dengan signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05. *Body image* pada masa perawatan 3 bulan sebesar 67,17 dengan nilai minimum sebesar 64 dan maximum 70. *Body image* pada masa perawatan 6 bulan sebesar 88,364 dengan nilai minimum sebesar 82 dan maximum 95. *Body image* pada masa perawatan 12 bulan sebesar 105,57 dengan nilai minimum sebesar 100 dan maximum sebesar 111.

Hasil *mean* untuk masa perawatan 3 bulan sebesar 64.607 berada pada nilai *body image* yang tergolong rendah, kemudian nilai *mean* untuk masa perawatan 6 bulan meningkat menjadi

86,423 berada pada nilai *bodyimage* yang tergolong sedang dan nilai *mean* untuk masa perawatan 12 bulan menjadi nilai *body image* yang tertinggi yaitu 105,5714. Hal ini menandakan semakin lama masa perawatan wanita maka akan semakin tinggi/ positif *body image* yang dimiliki.

Sejalan dengan hasil penelitian serta simpulan yang telah dibuat maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain: saran kepada subjek penelitian sebaiknya subjek selalu merawat tubuh secara rutin baik secara konvensional di rumah maupun secara teknis di tempat perawatan agar tetap memiliki evaluasi positif terhadap tubuh sesuai dengan budaya wanita yang harus memiliki kecantikan fisik sebagai simbol untuk wanita membangun *self image* dari *body image* di dalam ruang publik.

Saran kepada Oryza MS Glow sebaiknya subjek selalu merawat tubuh secara rutin baik secara konvensional di rumah maupun secara teknis di tempat perawatan agar tetap memiliki evaluasi positif terhadap tubuh sesuai dengan budaya wanita yang harus memiliki kecantikan fisik sebagai simbol untuk wanita membangun *self image* dari *body image* di dalam ruang publik.

Saran kepada peneliti selanjutnya: menyadari bahwa penelitian ini belum sempurna maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian tentang *body image* wanita menggunakan aspek-aspek dan variabel lain yang mempengaruhi *body image* wanita serta mencari buku terbaru dari berbagai negara yang *update* mengenai *body image* wanita untuk dijadikan referensi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Oryza MS Glow Medan selaku tempat berlangsungnya penelitian ini dilaksanakan dan bersedia meskipun dalam keadaan Pandemic Covid-19, dan kepada seluruh responden yang telah bersedia sebagai subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Cash, L. (2011). *Body Image: A Handbook Of Science, Practice, And Prevention, Second Edition*. New York: Guildford Press.
- Farris, P. K. (2014). *Cosmeceuticals and Cosmetic Practice*. USA: Wiley Blackwell
- Grogan, S. (1999). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction In Men, Women And Children*. New York: Routledge.
- Grogan, S. (2008). *Body Image. Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children*. Routledge: London and New York
- Gunawan, M. A. (2015). *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi, dan Sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Hurlock, E.B. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Matlin, M. W. (2008). *The Psychology Of Women, Six Edition*. USA: Wadsworth.
- Melliana, A. (2006). *Menjelajah Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta:
- Natari, D. A. M. (2015). *Studi Deskriptif Mengenai Body Image Pada Wanita Usia Dewasa Awal Yang Aktif Menggunakan Media Sosial Di Kota Bandung*. Bandung: Prodi Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung
- Smart, A. (2010). *Perawatan Modern Untuk Kecantikan Wanita*. Jogjakarta: Katahati.
- Sumanty, D., Deden, S., & Diah, P. (2018). Hubungan Religiusitas dengan Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 1 (1), 9-28.
- Thompson, J.K. (2000). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity an Integrative Guide For Assesment and Treatment*. Washington: American Psychological Association.
- Thompson. (1996). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*. Washington: American Psychological Association.
- Tirta, P. D. (2007). *Persepsi Wanita Dewasa Dini Pengguna Skincare Tentang Kecantikan*. Skripsi. Yogyakarta: Prodi Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Wahyudi, M., I., & Muhammad, S., Y. (2019). *Body Image Dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswi. Psycho Holistic*, 1(1) 30-36.
- ZAP Clinic (On-line). Diakses pada tanggal 04 Maret 2020 dari <https://zapclinic.com/zap-beauty-index-download>.