

Pengalaman model di Surabaya yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* dalam mencapai *subjective well-being*

Muhammad Ulwan Fauzi¹, Yudho Bawono^{1*}

¹ Program Studi Psikologi, Universitas Trunojoyo Madura, Jl. Raya Telang PO Box 2 Kamal, Bangkalan, Jawa Timur, Indonesia

Email: ulwanfauzi@gmail.com; yudho.bawono@trunojoyo.ac.id*

Naskah diterima: 2/4/2024; Disetujui: 2/5/2024; Dipublikasikan: 4/6/2024

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *subjective well-being* pada model di Surabaya yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini dilakukan di Kota Surabaya, Jawa Timur dengan partisipan seorang model. Partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah tiga partisipan yang memiliki kriteria berprofesi sebagai model, mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan berdomisili di Kota Surabaya. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur. Analisis data dilakukan menggunakan metode *interpretative phenomenological analysis*. Hasil penelitian ini menemukan bahwa (1) model yang mendapat tantangan dapat memunculkan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan dua aspek penyerta yaitu keasyikan terhadap penampilan yang memunculkan perilaku sering bercermin di depan cermin untuk memerhatikan kondisi penampilannya, berpikir bahwa kondisi berat badan saat ini tambah gemuk, sering memikirkan kondisi penampilan hingga pernah melakukan serangkaian diet untuk mendapatkan kondisi penampilan yang bagus. Serta aspek distress terhadap penampilan yang memunculkan perilaku merasa khawatir dengan postur tubuh, merasa resah terhadap jerawat dan badan, khawatir persepsi orang tentang kondisi penampilan yang dimiliki, *overthinking* terkait dengan berat badan hingga takut terhadap pemikiran orang lain tentang kondisi penampilan; (2) model dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* tetap dapat mencapai kondisi sejahtera secara subjektif (*subjective well-being*).

Kata kunci : *body dysmorphic disorder*; model; *subjective well-being*

Experiences of models in surabaya who tend to body dysmorphic disorder in achieving subjective well-being

Abstract

This research aims to determine the subjective well-being description of models in Surabaya who experience a tendency to body dysmorphic disorder. The research method used is a qualitative methods with phenomenological approaches. This research was conducted in the city of Surabaya, East Java with a model participant. Participants in this study were selected using a purposive sampling technique with a total of three participants who had the criteria of working as a model, experiencing a tendency to body dysmorphic disorder and living in the city of Surabaya. Data collection was carried out through semi-structured interviews. Data analysis was carried out using the interpretative phenomenological analysis method. The results of this study found that (1) models who are challenged can give rise to a tendency for body dysmorphic

disorder with two accompanying aspects, namely preoccupation with appearance which gives rise to the behavior of frequently looking in the mirror to pay attention to the condition of their appearance, thinking that their current weight is getting fatter, thinking that their current weight is getting fatter, they often think about their appearance and have gone on a series of diets to get a good appearance. As well as aspects of distress regarding appearance which give rise to behavior of feeling worried about body posture, feeling anxious about acne and the body, worrying about people's perceptions about the condition of one's appearance, overthinking related to body weight and being afraid of other people's thoughts about the condition of one's appearance; (2) models with a tendency towards body dysmorphic disorder can still achieve subjective well-being conditions.

Keywords: *body dysmorphic disorder; model; subjective well-being*

Pendahuluan

Model merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan oleh seseorang untuk terjun ke dalam dunia seni. Menjadi seorang model sendiri masih menjadi impian banyak orang, terutama kaum hawa yang gemar akan keindahan, penampilan dan kecantikan. Selain memiliki karir yang bagus, menjadi seorang model juga mampu memperoleh gaji yang lumayan. Hal lainnya lagi adalah berprofesi sebagai seorang model akan sangat identik dengan kesempurnaan dan keindahan. Model sendiri merupakan sebuah pola atau rangkaian dari sesuatu yang hendak dibuat, contoh atau template dari sesuatu yang hendak dibuat, atau orang yang sedang memperagakan sebuah busana atau produk di atas panggung. Sedangkan, peragawan dan peragawati adalah pria dan wanita yang memperagakan sebuah busana atau produk tertentu sesuai dengan modenyanya. Pengertian model tersebut dapat disimpulkan bahwa seorang model atau yang biasa dikenal sebagai peragawan maupun peragawati merupakan seseorang yang melakukan peragaan busana dan produk tertentu sesuai dengan mode yang sedang berkembang.

Menjadi seorang model di kota metropolitan merupakan keinginan banyak orang. Fasilitas yang mudah di jangkai di kota – kota besar dapat mendukung skill seseorang untuk memenuhi kebutuhannya sebagai seorang model. Salah satu kota terbesar di Indonesia adalah Surabaya, dengan jumlah penduduk pada tahun 2021 mencapai 2.880.284 jiwa dengan kepadatan penduduk sekitar 8.612 jiwa/km² (Statistik, 2021). Sebagai kota dengan penduduk terbanyak kedua di Indonesia, Surabaya mampu memberikan wadah bagi para model untuk mengembangkan bakat maupun minatnya sehingga dapat terasah skill yang dimiliki. Fasilitas yang dapat diberikan oleh Kota Surabaya kepada para model maupun calon model adalah tersedianya agency model yang mampu memberikan pengarahan serta mengasah kemampuan individu dalam dunia modelling. Hal itu dapat dibuktikan dengan adanya 25 agency model terbaik dan terbesar di Surabaya (<https://www.facebook.com/biz/surabaya-east-java-id/modeling-agency/>). Adanya agency tersebut menjadi kesempatan calon model untuk mengasah kemampuannya dalam berpose dan memperagakan sebuah busana.

Alasan lain seseorang meminati dunia modelling adalah karena model identik dengan pesona kecantikan, keindahan serta bentuk tubuh yang ideal. Namun dalam menjadi seorang model sendiri terdapat kriteria tertentu yang menentukan seseorang itu layak atau tidak untuk menjadi seorang model. Sehingga, menjadi seorang model tentunya terdapat tuntutan dan tantangan, terutama dari agency yang menaungi model tersebut. Sebuah agency dalam menentukan standar kecantikan seorang model pasti akan berkaca pada pasar model yang sedang berlaku. Pasar model sendiri dapat terbentuk karena ketertarikan masyarakat terhadap suatu objek, misalnya K-Pop, etnis Chinese yang memiliki kulit putih.

Salah satu daya saing sebagai model adalah dalam berpenampilan. Bukan hanya karakter yang dibutuhkan, namun memiliki face look yang tampan atau cantik juga menjadi kriteria penting. Selain itu, tinggi badan hingga postur tubuh yang memadai juga menjadi sebuah tuntutan untuk mejadi seorang model. Menurut [Annisyah dan Susilarini \(2022\)](#) seseorang yang berprofesi menjadi model dituntut untuk selalu menjaga bentuk tubuhnya agar tetap langsing dan proporsional. Hal itu bertujuan agar seorang model selalu berpenampilan menarik, baik di hadapan para desainer, sponsorship yang menaungi, maupun pada khalayak umum.

Sejalan dengan hal tersebut, terdapat agency yang sangat menuntut keras modelnya untuk selalu memiliki postur tubuh yang bagus, badan proporsional hingga tidak boleh melebihi berat badan yang telah ditentukan. Hal itu bertujuan agar para model yang dinaungi oleh sebuah agency tersebut harus sesuai dengan standar pasar model yang sedang berlaku. Bahkan terdapat agency yang rela memberikan sanksi keras kepada modelnya karena tidak sesuai dengan kriteria pasar model yang sedang berlaku. Setiap agency pasti memiliki kriteria dan ketentuan yang berda – beda dalam mencapai standar pasar model yang sedang berlaku. Namun, kriteria utama yang pasti diberlakukan pada sebuah agency adalah untuk cowok harus memiliki tinggi badan minimal 175 cm dengan postur tubuh berisi, serta karakteristik model yang kuat. Sedangkan untuk cewek, tinggi badan minimalnya adalah 173 cm dengan postur tubuh bagus (tidak kurus, tidak gemuk), karakteristik kuat, kulitnya sehat, hingga memiliki rambut panjang.

Melalui kriteria – kriteria yang telah dibangun oleh sebuah agency untuk mengikuti pasar model yang berlaku, hal itu juga dapat mempengaruhi stigma masyarakat terhadap model. Masyarakat sering berpikir bahwa model harus memiliki tubuh yang kurus, langsing, cantik, putih, namun pada kenyataannya model berperilaku seperti itu karena tuntutan dari pasar model yang sedang berlaku. Namun, dibalik tuntutan seorang model yang harus selalu menarik dan memiliki tubuh yang proporsional, ternyata tidak semua model merasa bahagia terhadap hal tersebut. Seorang model juga memiliki kekurangan dalam dirinya, karena seorang model juga merupakan manusia biasa yang tidak luput dari kekurangan. Tuntutan dan tantangan yang diterima model tersebut dapat membuat para model mengalami insecure, stress, depresi, hingga terobsesi untuk memperbaiki kekurangannya secara terus menerus (*body dysmorphic disorder*).

Body Dysmorphic Disorder merupakan sebuah gangguan psikologis di mana seorang individu akan berusaha terus untuk memperbaiki penampilannya yang dirasa kurang. *World Health Organization International Classification of Disease 11* (WHO ICD-11) menyatakan apabila seorang individu mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) ia akan mengalami preokupasi terus – menerus terhadap salah satu maupun lebih kekurangan yang dirasakan dalam dirinya atau kekurangan dalam penampilan yang tidak terlalu mencolok (hanya sedikit terlihat oleh orang lain) ([Valencia & Dewi, 2021](#)). Menurut [Malik dkk. \(2021\)](#) menyatakan bahwa *body dysmorphic disorder* merupakan gangguan psikologis yang dialami oleh individu di mana dirinya akan fokus terhadap kekurangan atau kecacatan yang dimilikinya pada bagian tertentu, namun individu tersebut merespon secara berlebihan.

Individu dengan *body dysmorphic disorder* memiliki kecenderungan membayangkan hingga melebihi – lebihkan kelainan fisik yang ada dalam dirinya walaupun kekurangan tersebut bersifat minor ([Valencia & Dewi, 2021](#)). Perilaku

tersebut dialami oleh individu dengan *body dysmorphic disorder* secara terus menerus yang dapat memberikan dampak dalam gangguan fungsi kehidupan sehari – harinya (Buhlmann dkk., 2008). Biasanya seorang model akan mencoba melakukan perawatan menggunakan skincare, kosmetik, hingga melakukan operasi pada bagian – bagian tertentu untuk memperbaiki citra tubuhnya yang berkurang karena ketidaksempurnaan dalam dirinya tersebut.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa seorang individu yang melakukan operasi bedah kosmetik memiliki harapan tinggi terhadap sebuah perubahan yang signifikan terhadap kekurangan yang dimilikinya serta mereka juga berharap agar menjadi lebih baik kondisi fisiknya dibandingkan dengan pemenuhan kebutuhan fungsionalnya (Barone dkk., 2015). Menurut Nurlita dan Lisiswanti (2016) pasien yang menderita *body dysmorphic disorder* memiliki kecenderungan untuk menjadi pasien rumah sakit jiwa dengan persentase 48%, lalu menjadi pengangguran 31%, hingga melakukan tindakan bunuh diri dengan persentase 22 – 24%. Hal tersebut dapat terjadi karena perilaku yang dialami oleh pasien atau individu yang mengalami *body dysmorphic disorder* memilih untuk mengurung diri (mengisolasi diri) dari kehidupan sosial masyarakat hingga kesulitan dalam menjalin hubungan antar individu.

Berkaitan dengan tuntutan yang diberikan oleh sebuah agency kepada para modelnya, dapat membuat seorang model mengalami *body dysmorphic disorder*, terdapat sebagian model yang justru menganggap tuntutan yang diberikan sebagai sesuatu hal yang lumrah. Lalu, bagaimana jika seseorang yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* ini justru senang dengan tuntutan yang diberikan oleh pasar model itu sendiri. Dengan mengikuti pasar model yang berlaku, secara tidak langsung hal tersebut dapat membuat seorang model menjadi jauh dengan kepribadiannya sendiri. Sehingga dalam mencapai tujuannya sebagai seorang model, mereka akan memiliki hambatan tersendiri untuk mencapai kepuasan yang mereka harapkan.

Kepuasan tersendiri dalam menjadi seorang model walaupun dengan tuntutan yang dapat memberikan tekanan psikologis pada dirinya dapat di golongan ke dalam kondisi *subjective well-being*. Maksudnya adalah meskipun seorang model telah mengalami tekanan psikologis berupa *body dysmorphic disorder* karena tuntutan dari pasar model, namun mereka masih mampu survive dan bertahan dengan kondisi tersebut. Namun, bagaimana model tersebut dapat survive tergantung dengan kondisi yang dialaminya secara subjektif. Sehingga hal tersebut dapat dikatakan sebagai kondisi *subjective well-being* yang dialami oleh seorang model dengan *body dysmorphic disorder*. Menurut Diener dkk. (2015) *subjective well-being* merupakan sebuah penilaian secara keseluruhan individu berdasarkan macam – macam kriteria. Seorang individu dapat dikatakan memiliki *subjective well-being* yang baik apabila dirinya merasakan perasaan senang yang lebih besar dibandingkan dengan perasaan tidak senangnya.

Sedangkan menurut Wardah dan Jannah (2022) *subjective well-being* merupakan bentuk manifestasi dari pertimbangan dan penilaian individu terhadap kehidupan yang dimiliki secara keseluruhan. Hal tersebut berkaitan dengan cara individu dalam memprespektifkan sebuah kebahagiaan, menilai kepuasan hidup hingga kesejahteraan emosional. Hal tersebut di dukung oleh pernyataan Diener dkk. (2015) bahwa individu dengan tingkat *well-being* yang baik diperoleh ketika dirinya mengalami perasaan bahagia, puas, tumbuh menjadi seseorang yang sukses dalam berbagai aspek kehidupan seperti pekerjaan, pendidikan, relasi, kesehatan hingga strategi coping yang disusun. Wardah dan Jannah (2022) juga menambahkan bahwa

individu dengan subjective well-being yang tinggi, dirinya pasti memiliki tingkatan hidup yang lebih baik di dalam kehidupannya. Individu tersebut akan di hadapkan dengan pengalaman – pengalaman positif yang mampu membentuk individu untuk lebih dapat bersyukur dan memaknai hidup dengan lebih baik.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang bertujuan untuk mengetahui *subjective well-being* pada model di Surabaya yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara semi terstruktur, pada tanggal 21 Oktober 2023 – 7 Desember 2023, untuk dapat menggali informasi unik partisipan secara mendalam. Data diperoleh dari 3 partisipan yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Kriteria partisipan yakni berprofesi sebagai model, memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*, berdomisili di kota Surabaya. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA).

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan menggunakan metode Interpretative Phenomenological Analisis (IPA), diperoleh hasil dengan beberapa tema induk dan tema superordinat dari ketiga partisipan yang mejadi fokus penelitian. Berikut adalah tema induk dan tema superordinat dari ketiga partisipan:

Tabel 1. Tema Induk dan Tema Superordinat

No	Tema Induk	Tema Superordinat
1.	Dinamika seorang model	1. Riwayat menjadi <i>modelling</i> 2. Tantangan menjadi model 3. Tips berkembang di dunia model
2.	<i>Body Dysmorphic Disorder</i>	1. Keasyikan terhadap penampilan 2. <i>Distress</i> terhadap penampilan
3.	<i>Subjective well-being</i>	1. Kepuasan hidup seorang model 2. Afeksi negatif menjadi model 3. Afeksi positif menjadi model

Dinamika seorang model

Berdasarkan pengalaman, IN sudah terjun di dunia model kurang lebih 2 tahun. IN merupakan seorang model freelance yang melakukan pekerjaan model ketika ada tawaran atau waktu senggang. IN mengaku, awalnya dia tidak berkecimpung di dunia model dan tidak berkeinginan untuk menjadi model. Namun pada saat itu, IN diajak temannya yang seorang mahasiswa tata rias untuk menjadi modelnya. Setelah itu beberapa hari kemudian IN juga mendapat tawaran untuk menjadi model dari temanya teman IN mahasiswa tata rias. Saat itu, IN merasa bagus ketika menjadi model mahasiswa tata rias tersebut. IN merasa dari model, dirinya bisa menghasilkan uang, apalagi saat itu kondisi IN sedang membutuhkan pemasukan, sehingga dirinya tertarik untuk terjun ke dunia modelling. Tujuan lain IN untuk terjun ke dunia modelling adalah karena IN ingin menambah pengalamannya, terutama di dunia modelling.

Partisipan AL juga merupakan seorang model freelance yang sudah berkecimpung di dunia modelling selama kurang lebih 1,5 tahun. Awalnya AL belum

ada niatan untuk terjun ke dunia model, namun suatu hari ketika AL mendatangi event model salah satu temannya di Surabaya dirinya diajak untuk join menjadi seorang model. Ternyata seiring berjalannya waktu, AL merasa asik dengan dunia modelling itu sendiri. Sedangkan partisipan K juga merupakan seorang model freelance yang sudah berkecimpung di dunia modelling selama kurang lebih 15 tahun. K kenal dunia model sejak dirinya masih TK dan dikenalkan oleh kedua orang tuanya. Awalnya K sempat mengikuti lomba sampul majalah, pemilihan cak dan ning hingga kartinian. Motivasi K untuk mengikuti lomba model sendiri karena K ingin mendapatkan hadiah serta melatih kemampuannya untuk tampil di tempat umum.

Setiap partisipan memiliki tantangan tersendiri dalam menjadi seorang model. Tantangan yang dialami oleh masing – masing partisipan hampir sama terkait dengan penampilan. Partisipan IN selama menjadi seorang model, tantangan yang dirinya alami adalah ketika dirinya gemuk. Ketika IN merasa dirinya gemuk, maka hal tersebut dapat memengaruhi job IN sebagai model. Kondisi gemuk yang dialami IN dapat membuat job modelnya menjadi berkurang. IN juga pernah mengalami kondisi di mana penampilannya berubah, hal tersebut juga dapat memengaruhi kondisi psikologis IN terhadap penampilannya serta memengaruhi job IN sebagai model. Partisipan AL selama menjadi model dirinya merasa bahwa model harus bisa menata diri, termasuk menjaga berat badan dan sebagainya. AL juga merasa bahwa menjadi seorang model, dirinya harus bisa mengontrol diri terutama ketika AL sedang dalam suasana hati yang tidak baik. Tantangan luas biasa yang pernah di alami oleh AL adalah ketika dirinya yang merupakan model dengan kulit sawo matang harus dijadikan satu dengan model – model profesional lainnya. Sedangkan K pernah menerima tantangan seperti latihan runway yang agak susah, kemudian ketika ada juri atau pelatih baru dengan membawa ilmu baru yang belum diketahui K memberikan kesulitan tersendiri dalam menjadi seorang model, memiliki body curvy juga menurut K merupakan tantangan yang jelas dirinya miliki dari dalam pribadinya, kemudian masalah berat badan hingga mengontrol mood dapat memberikan sebuah tantangan dalam pencapaian K di dunia model itu sendiri.

Setiap partisipan juga memiliki tips yang berbeda – beda untuk berkembang di dunia model. Tips tersebut digunakan untuk meningkatkan skill dan mengatasi hambatan yang dialami oleh partisipan dalam menjadi seorang model. Partisipan IN dalam meningkatkan potensi dirinya di dunia model seperti, IN berusaha merawat kebersihan tubuh, IN juga berusaha untuk menjadi diri sendiri tanpa membandingkan dengan model dan orang lain, serta IN menggunakan skincare dan memperbaiki diri. Partisipan AL juga memiliki tips untuk mengatasi hambatan dalam mencapai harapan selama menjadi model seperti, AL melakukan olahraga dan jaga pola makan agar penampilan tetap bagus, AL juga membuat catatan untuk mengetahui kekurangan dan peningkatannya, AL juga sering menganggap angin lalu segala sesuatu hal yang tidak baik untuk pencapaian dirinya, serta AL menjadikan komentar orang lain maupun ejekan orang lain sebagai evaluasi diri. Sedangkan partisipan K juga memiliki tips sendiri dalam menangani hambatan dalam mencapai harapan sebagai seorang model seperti, sebelum mengatasi masalahnya K berusaha menarik diri dari lingkungan sejenak untuk mengembalikan kondisi emosionalnya, K juga berusaha untuk konsisten pada latihan yang diberikan oleh pelatihnya, dalam mengatasi masalahnya K membutuhkan motivasi dari orang sekitar, serta membutuhkan support dari orang – orang terdekat. K juga berusaha menenangkan diri ketika merasa bahwa dirinya sedang tidak baik baik saja sebelum menyelesaikan masalahnya.

Body Dysmorphic Disorder

Setiap partisipan mengalami kondisi di mana dirinya asyik terhadap sebuah penampilan tertentu yang menjadi sebuah kekurangannya di dalam dirinya. IN mengatakan bahwa dirinya pernah memperhatikan kondisi penampilannya secara berlebihan hingga timbul suatu ketidaknyamanan. Bentuk keasyikan dalam penampilan yang dirasakan oleh IN antara lain, IN sering mengaca untuk memperhatikan wajah dan postur tubuhnya, IN juga sempat berpikir bahwa dirinya tambah gemuk, IN sering membandingkan penampilan dirinya dengan orang lain, menurut IN berat badan dan jerawat juga sangat mengganggu dirinya, hingga IN sempat melakukan diet ekstrim. Berbeda dengan IN, bentuk keasyikan yang dialami oleh AL ini seperti AL merasa bahwa dirinya memikirkan penampilannya hingga satu jam sehari, kemudian AL juga sering memikirkan kondisi penampilannya, fokus AL dalam penampilannya sendiri adalah memikirkan wajah dan badan, serta AL beranggapan bahwa dirinya merasa gemuk. Sedangkan K pernah mengalami bentuk keasyikan seperti, K pernah melakukan serangkaian diet untuk membentuk berat badan idealnya namun dirinya tidak merasa bahwa berat badannya turun, K juga setiap harinya memikirkan penampilan, serta K juga memikirkan penampilan terutama kondisi berat badannya.

Setiap partisipan juga pernah mengalami distress terhadap penampilan, ternyata tiap partisipan pernah mengalami hal tersebut dengan bentuk yang berbeda – beda. Partisipan IN pernah mengalami kondisi distress terhadap penampilannya seperti, IN pernah disinggung terkait postur tubuh dan berat badannya, IN juga sering khawatir pada penampilannya, IN merasa khawatir pada postur tubuhnya, IN juga merasa resah terhadap jerawat dan badan, IN pernah stress karena omongan orang lain tentang dirinya, hingga IN stress ketika dibandingkan dengan model lainnya. AL juga pernah mengalami distress terhadap penampilan seperti, AL pernah khawatir pada penampilan, AL juga pernah khawatir terhadap persepsi orang terhadap dirinya, AL khawatir dengan kondisi warna kulit dan tinggi badan, AL pernah khawatir pada berat badan, AL merasa pikirannya kacau karena penampilan kurang baik, AL juga sering membandingkan dirinya dengan model lain, AL khawatir njomplang dengan model lain ketika satu panggung dengan mereka, AL suka membandingkan dirinya dengan orang lain, AL merasa dirinya berbeda dengan model lainnya yang putih, bersih dan tinggi, serta ketika AL dalam kondisi tidak rapi membuat emosional. Sedangkan K mengalami distress terhadap penampilannya seperti K mengalami overthinking terhadap berat badan, K merasa takut dengan pemikiran orang terhadap kondisi badan, K mengalami overthinking terhadap penampilan hingga seminggu sekali, K merasa agak terlalu gemuk, K badmood beberapa hari ketika kondisi penampilan kurang baik, K juga merasa khawatir pada kesehatan, hingga K merasa terganggu dengan kritikan orang lain terhadap berat badannya.

Subjective well-being

Setiap partisipan pasti memiliki kepuasan hidup masing – masing dalam menjadi seorang model, sehingga kepuasan hidup tersebut yang mengantarkan para partisipan hingga ada di titik sekarang. Pada partisipan IN dirinya merasa bahwa menjadi model itu sendiri sudah menjadi sebuah kepuasan tersendiri bagi dirinya. IN merasa senang menjadi seorang model karena dirinya kerap mendapatkan pujian dari orang lain, serta IN mampu mengembangkan bakat terpendamnya selama ini. IN juga

memiliki keinginan untuk dapat ditawari banyak brand – brand dan relasi sebagai kepuasan hidupnya yang lain selama menjadi seorang model. Hingga saat ini, IN telah berkolaborasi dengan berbagai MUA maupun WO yang sudah memiliki nama, hal tersebut menjadikan kepuasan hidup tersendiri bagi IN. Kemudian menurut partisipan AL kepuasan hidup yang di harapkan adalah ketika AL menjadi contoh bagi orang lain. AL merasa bahwa menjadi model harus memberikan sebuah contoh bagi orang lain atau masyarakat lain. AL juga pernah diajak kolab dengan designer ternama, AL diberikan kepercayaan untuk memperagakan busananya. Keberhasilan AL dalam memeragakan busana karya designer tersebut membuat sang designer senang terhadap dirinya, begitupun AL yang merasa puas dengan pencapaian tersebut. AL juga mengatakan bahwa menjadi model harus berpenampilan rapi, sederhana, dan enak dipandang, dengan begitu masyarakat atau orang lain mudah menirukan atau terinspirasi dengan gaya berpenampilannya. Berbeda dengan AL, justru K merasa bahwa menjadi model sendiri adalah moment untuk dirinya menambah pengalaman. K merasa, model tidak dapat dijadikan sebagai sandang pangan utama, sehingga dirinya harus tetap fokus dengan pendidikannya sekarang agar dapat memperoleh pekerjaan yang layak sesuai dengan passionnya. K juga mengatakan bahwa pekerjaan model hanya dapat dijadikan sebagai side job saja, karena yang utama adalah yang sejalan dengan pendidikannya. Menurut K tujuan utamanya menjadi model adalah untuk mencari uang dari kemenangan, mencari pengalaman di dunia model, mencari teman baru hingga mencari ilmu terkait model juga.

Sebagai seorang model pastinya terdapat hal – hal maupun peristiwa yang membuat model itu sendiri mengalami afeksi positif. Hal tersebut juga di alami oleh partisipan IN yang merasa percaya dirinya semakin meningkat semenjak dirinya terjun di dunia modelling. Tidak hanya itu IN juga merasa bahwa sosialisasi yang dimilikinya juga semakin luas serta relasinya juga semakin bagus. IN juga merasa bahagia karena dapat membuat kedua orang tuanya bangga atas pencapaian yang telah di peroleh oleh IN selama menjadi model. IN juga merasa bahagia ketika dirinya pertama kali diajak untuk mengikuti parade show. Sedangkan AL merasa dirinya senang dan bangga ketika dirinya mendapatkan afirmasi positif dari teman – temannya atau lingkungan sekitarnya seperti dirinya merupakan seorang model, pasti memiliki wawasan yang luas, pintar dan lain sebagainya. AL juga mengatakan bahwa dirinya senang dan bangga ketika bertemu orang – orang penting seperti designer terkenal yaitu Eko Tjandra serta bertemu dengan agency – agency modelling lainnya. AL juga mengatakan bahwa dirinya bahagia ketika dikenal banyak orang dan mendapatkan teman maupun relasi baru. Partisipan K juga pernah mengalami peristiwa tertentu sehingga dirinya memperoleh afirmasi positif dalam dirinya. Menurut K selama terjun di dunia model dirinya merasa bahwa perasaan positif yang di alaminya adalah menjadi semakin percaya diri, bisa publik speaking hingga membuat image branding serta personal branding dirinya. K juga merasa bangga ketika dirinya memperoleh achievement seperti menang di sebuah perlombaan modelling. K juga mengatakan bahwa dirinya bahagia dengan kondisi yang sekarang, dan dirinya bisa lebih menerima bentuk maupun penampilan dirinya saat ini.

Setiap partisipan pernah mengalami kejadian yang membuat mereka merasakan afeksi negatif. Melalui pemaparan tersebut dapat diketahui bahwa IN mengalami afeksi negatif berupa sebal, sedih dan kecewa. IN pernah merasa sebal ketika dirinya disuruh oleh salah satu MUA yang menanganinya untuk melepas hijabnya, kemudian MUA tersebut juga memaksa dirinya untuk melakukan hal tersebut. Sikap MUA yang cenderung memaksa dirinya untuk melepas hijab membuat dirinya sebal. Hal tersebut

juga membuat IN menjadi sedih dan kecewa terhadap perlakuan MUA tersebut kepadanya. AL juga pernah mengalami peristiwa yang membuat dirinya merasakan afeksi negatif seperti minder, tidak percaya diri hingga kesal. Menurut AL hal tersebut dapat dialaminya karena dirinya sering dibanding – bandingkan dengan model lain yang memiliki postur tubuh, tinggi badan hingga warna kulit seperti model profesional pada umumnya yaitu kurus, tinggi, langsing dan memiliki warna kulit putih. Namun AL sendiri memiliki tinggi badan 168 dengan warna kulit sawo matang, yang kemudian membuat banyak orang memberikan judgement pada penampilannya. Sedangkan K merasakan afeksi negatif ketika dirinya dijadikan bahan omongan orang lain terkait berat badannya yang kurang proporsional untuk seorang model. K merasa takut apabila ada orang yang membicarakan dirinya dibelakang, menghujat dirinya terkait body curvynya tersebut. K juga sempat merasakan kecemasan ketika penampilannya kurang memuaskan dan cemas terhadap penampilan berat badannya sendiri. Menurut K dengan kondisi perasaan sedang tidak baik, hal tersebut dapat memengaruhi pencapaiannya dalam mendapatkan achievement.

Simpulan

Model dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* memiliki harapan untuk menjadi sejahtera. Partisipan dalam penelitian ini memiliki berbagai bentuk kepuasan hidup yang hendak dicapai selama dirinya menjadi seorang model. Selain kepuasan hidup, dalam mencapai *subjective well-being* terdapat aspek lain yang saling berkaitan satu sama lain, yaitu afeksi positif dan afeksi negatif. Pengalaman selama menjadi model yang dialami dapat menjadikan seorang model untuk mencapai kondisi *well-being* yang diharapkannya. Melalui peristiwa tersebut, seorang model akan merasakan afeksi positif maupun negatif. Seorang model dapat dikatakan memiliki *subjective well-being* yang baik apabila dirinya merasakan perasaan senang yang lebih besar dibandingkan dengan perasaan tidak senangnya.

Selanjutnya, saran yang diajukan peneliti antara lain (1) Bagi partisipan penelitian yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*, dalam upaya mencapai kondisi *subjective well-being* yang diharapkan, salah satunya dapat dilakukan dengan cara memberikan psikoedukasi pada berbagai platform media terkait *subjective well-being*; (2) Bagi masyarakat, penelitian ini dapat memberikan wawasan, pengetahuan dan informasi terkait *subjective well-being* pada model di Surabaya yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Caranya seperti melakukan sosialisasi terkait dengan pengaruh perspektif masyarakat terhadap kesehatan mental model, dan melakukan psikoedukasi terkait pengaruh pandangan masyarakat terhadap model; (3) Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menggunakan metode pendekatan lain dalam menganalisis fenomena model dengan *body dysmorphic disorder*.

Daftar Pustaka

Annisyah, K., & Susilarini, T. (2022). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Profesi Model

- di X Agency. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 2(3), 76-84. <https://ojs.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/2129>
- Barone, M., Cogliandro, A., La Monaca, G., Tambone, V., & Persichetti, P. (2015). Cognitive investigation study of patients admitted for cosmetic surgery: information, expectations, and consent for treatment. *Archives of plastic surgery*, 42(01), 46-51. <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.5999/aps.2015.42.1.46>
- Buhlmann, U., Etkoff, N. L., & Wilhelm, S. (2008). Facial attractiveness ratings and perfectionism in body dysmorphic disorder and obsessive-compulsive disorder. *Journal of anxiety disorders*, 22(3), 540-547. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.05.004>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American psychologist*, 70(3), 234. <https://psycnet.apa.org/record/2015-14441-002>
- Malik, F., Ahmed, J., Nasim, S., Ali, A., & Khan, A. R. (2021). Body Dysmorphic Disorder: a Comprehensive Review. *Turkish Medical Student Journal*, 8(1), 2-7. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tmsj/issue/60525/889274>
- Nurlita, D., & Lisiswanti, R. (2016). Body dysmorphic disorder. *Medical Journal of Lampung University [MAJORITY]*, 5(5), 80-85.
- Statistik, B. P. (2021). *Statistik jumlah penduduk Kota Surabaya*.
- Valencia, J., & Dewi, A. A. (2021). Self-worth Pada Individu Dengan Body Dysmorphic Disorder yang Menjalani Bedah Kosmetik. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(2), 306-316. <https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/view/4299>
- Wardah, N. A., & Jannah, M. (2022). REPRESENTASI SUBJECTIVE WELL-BEING PADA DEWASA AWAL REPRESENTATION OF SUBJECTIVE WELL-BEING IN EARLY ADULTHOOD.