

ABSTRAK

Masyarakat membentuk standar kecantikan ideal yang diakui secara umum, dan digunakan sebagai kontrol sosial bagi perempuan. Tujuan penelitian ini untuk menggambarkan penyebab, bentuk distorsi kognitif, menganalisis dan membuktikan pengaruh distorsi kognitif pada emosi dan perilaku tertentu pada penderita gangguan dismorfik tubuh pada masa *emerging adulthood*. Penelitian dengan pendekatan Kualitatif dan metode studi kasus dilakukan pada 8 mahasiswa di Kota Malang. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan YBOCS-BDD, Wawancara, Observasi dan Dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis holistik. Hasil penelitian ini terdapat enam penyebab gangguan dismorfik tubuh, tiga belas bentuk distorsi kognitif *all or nothing thinking, overgeneralization, mental filter, jumping to conclusions, discounting the positive, magnification or minimization, emotional reasoning, should statement, labeling, personalization and balme, selective abstraction*, **kelekatan terhadap kosmetik dan kecantikan diidentikan dengan kesuksesan**. Beberapa ekspresi emosi yang muncul adalah merasa kesal, tidak percaya diri, tidak puas, minder, cemas, khawatir, malu, risi, dongkol, kesal, jengkel, sedih, marah, kaget, takut orang lain berkomentar tentang penampilan dirinya. Kebaruan dalam penelitian ini adalah menemukan dua bentuk distorsi kognitif gangguan dismorfik tubuh pada masa *emerging adulthood* antara lain *kelekatan terhadap kosmetik* dan *kecantikan diidentikan dengan kesuksesan*. Penelitian ini juga menemukan penyebab utama mengalami gangguan dismorfik tubuh yaitu faktor sosial (*Peer Pressure*) dan faktor psikologis (*Body Shaming*). Bagian tubuh yang dikeluhkan yaitu berat badan. Bentuk *self help* pada partisipan adalah menggunakan produk-produk kecantikan, melakukan kamuflase, membawa kosmetik dan cermin kemanapun, serta diet dan olahraga.

Kata Kunci: Distorsi Kognitif, *body shaming*, Gangguan Dismorfik Tubuh