

Karolina Arif. (91347023). Pengaruh Brief CBT untuk menurunkan kecenderungan BDD pada perempuan remaja akhir. Tesis. Sarjana Strata II. Surabaya: Program Pascasarjana Magister Profesi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya (2017).

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan *brief CBT* untuk menurunkan BDD pada perempuan remaja akhir. Subjek pada penelitian ini adalah 2 remaja akhir perempuan yang berusia 21-24 tahun yang memiliki ciri-ciri BDD.

Hasil asesmen menunjukkan bahwa kedua partisipan memiliki kesalahan berpikir terkait penampilan yang memunculkan ciri-ciri BDD, seperti penilaian negatif terhadap bentuk tubuhnya, memiliki perasaan malu akan bentuk tubuhnya, pemeriksaan berulang pada penampilannya dan menutupi bagian tubuh yang tidak disukai.

Intervensi pada penelitian ini adalah menyasar bagian kognitif dan perilaku. Materi yang diberikan disesuaikan dengan asesmen dan kebutuhan masing-masing partisipan. Materi yang diberikan berupa pengenalan kesalahan berpikir, mengidentifikasi kesalahan berpikir dan membuat tanggapan rasional. Diberi juga target pengurangan perilaku yang berlebihan sesuai dengan kebutuhan masing-masing partisipan. Hasil analisis data inferensial kuantitatif menunjukkan tidak adanya perubahan yang signifikan peranan *brief CBT* untuk menurunkan gejala BDD. Akan tetapi berdasarkan analisis data deskriptif menunjukkan adanya penurunan skor dan kategori sebelum dan sesudah intervensi dari yang kategori tinggi menjadi rendah dan kategori sedang menjadi kategori rendah. Peranan *brief CBT* pada remaja akhir ini pun dapat menurunkan perilaku berlebihan seperti bercermin dan mengganti baju.

Saran bagi penelitian selanjutnya adalah dua kelompok yaitu kelompok terkontrol dan kelompok eksperimen. Saran bagi profesi Psikolog adalah untuk melakukan intervensi juga pada *significant others* yang berperan pada kasus BDD remaja misalnya teman-teman partisipan.

Kata kunci: *brief cognitive behavior, body dysmorphic disorder, perempuan remaja akhir*