

# PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI TENTANG GANGGUAN DISMORFIK TUBUH SEBAGAI MEDIA KAMPANYE SOSIAL KEPADA REMAJA AWAL USIA 12-15 TAHUN

Safira Wahyu Alifia <sup>1)</sup> Dhika Yuan Yurisma <sup>2)</sup> Evi Farsiah Utami <sup>3)</sup>

S1 Desain Komunikasi Visual

Universitas Dinamika

Jl. Raya Kedung Baruk 98 Surabaya, 60298

Email : 1)[19420100026@dinamika.ac.id](mailto:19420100026@dinamika.ac.id), 2)[dhika@dinamika.ac.id](mailto:dhika@dinamika.ac.id), 3)[evi@dinamika.ac.id](mailto:evi@dinamika.ac.id)

**Abstrak:** Body dysmorphic disorder (BDD) adalah gangguan kecemasan yang dialami satu individu, dimana individu tersebut selalu merasa terfokus dengan kekurangan yang dimilikinya. Dan hingga saat ini, belum ada yang memberikan edukasi tentang apa itu gangguan dismorfik tubuh dan bahayanya. Hal ini juga disebabkan karena peran dari orang tua yang belum menyadari akan gangguan dismorfik tubuh sehingga merusak kondisi mental anak. Rentan usia penderita BDD mayoritas usia remaja awal karena pada usia tersebut masih belum menemukan jati dirinya. Oleh sebab itu, adanya penelitian ini bertujuan untuk merancang buku ilustrasi tentang gangguan dismorfik tubuh sebagai media kampanye sosial kepada remaja awal usia 12-15 tahun supaya mengenal dan meningkatkan kesadaran adanya gangguan dismorfik tubuh.

**Kata kunci:** Gangguan Kecemasan, Body Dysmorphic Disorder, Remaja Awal

Nilai standar kesempurnaan pada penampilan seseorang, sangat dijunjung tinggi untuk dijadikan pedoman. Nilai kesempurnaan seseorang juga selalu dilihat dari sisi luarnya saja. Akan tetapi, setiap manusia memiliki kekurangan dan kelebihan. Dimana kelebihan dan kekurangan tersebut, menghasilkan dampak positif maupun negatif yang dapat mempengaruhi pikiran seseorang. Ditambah dengan bagaimana seseorang dapat mengatur perilaku dalam menerima kekurangan dan kelebihan yang ia miliki (Deni, 2020).

Situasi di atas dapat menjadi salah satu pemicu seseorang mengalami gangguan dismorfik. Gangguan dismorfik tubuh atau *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah salah satu kondisi mental seseorang yang selalu merasa kurang sempurna pada penampilan fisik. Ilustrasi BDD ini menunjukkan berkembangnya kecemasan emosi, ketika menerima ejekan yang tersorot pada fisik, intimidasi dan rasisme (Adlya & Zola, 2019).

Didukung dengan wawancara yang dilakukan peneliti bersama Ibu Elok selaku psikolog Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Sidoarjo menjelaskan bahwa, BDD adalah gangguan kecemasan yang dialami satu individu, dimana individu tersebut selalu merasa terfokus dengan kekurangan yang dimilikinya. Sebagai contoh, jika merasa tidak puas pada angka berat badan, maka seseorang akan melakukan berbagai

cara agar terlihat sempurna, dengan menerapkan diet secara berlebihan hingga melakukan operasi agar merasa puas. Hal ini juga sering terjadi pada usia remaja awal, yang mengalami pembulian fisik maupun angka berat badan melalui media sosial.

Menurut Ali dan Ashori dalam buku Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik (2018), pada anak usia remaja masih belum mampu menguasai secara maksimal mengenai bagaimana menemukan jati diri, fungsi fisik maupun psikisnya. Maka, peneliti menggunakan buku ilustrasi sebagai media kampanye dengan upaya untuk memberikan edukasi mengenai gangguan dismorfik tubuh dan cara pencegahannya.

Kampanye sosial adalah sebuah komunikasi yang bertujuan untuk menyampaikan pesan-pesan dan informasi penting serta bermanfaat bagi masyarakat (Hardi, 2022). Didukung dengan gambar ilustrasi yang berperan penting dalam mengembangkan minat dan apresiasi para remaja dengan memberikan perhatian melalui interaktif dengan buku ilustrasi, agar para usia remaja awal semakin akrab dengan seni ilustrasi (Salam, 2017: 176).

Alasannya, karena dengan membaca buku berisi gambar ilustrasi dengan didukung karakter visual yang menarik dapat menemani remaja dalam berimajinasi. Selain itu, buku ilustrasi juga dapat memberikan informasi atau

pengetahuan yang dapat dipahami oleh para pembaca.

Harapan peneliti melalui buku ilustrasi sebagai media kampanye sosial dapat memberikan pesan-pesan mengenai gangguan dismorfik tubuh masyarakat khususnya remaja.

Berdasarkan pada latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana merancang Buku Ilustrasi tentang Gangguan Dismorfik Tubuh sebagai Media Kampanye Sosial Kepada Remaja Awal Usia 12- 15 tahun”. Dengan batasan masalah: 1) Merancang buku ilustrasi tentang gangguan dismorfik tubuh sebagai media kampanye sosial untuk meningkatkan kesadaran kepada remaja awal usia 12- 15 tahun; 2) Buku ilustrasi ini akan memuat tentang pengalaman seseorang yang mengalami gangguan dismorfik tubuh dengan karakter ilustrasi melalui teknik *digital painting*; 3) Merancang media pendukung berupa *x-banner*, poster, *quotes*, *sticker*, *bookmark* dan gantungan kunci

Penelitian terdahulu pernah dilakukan mahasiswa S1 Desain Komunikasi Visual Universitas Bumigora oleh Randa Januario Pratama, I Nyoman Miyarta Yasa pada tahun 2020 dengan judul “Perancangan Buku Ilustrasi Sebagai Media Informasi Tentang Stres”.

Yang menjadi perbedaan adalah peneliti sebelumnya membahas tentang stres sedangkan, peneliti saat ini membahas topik tentang gangguan dismorfik tubuh.

Ditambah metode penelitian yang digunakan adalah menggunakan *metode design thinking*, untuk mendapatkan solusi pemecahan masalah yang tepat dalam merancang karya. Sedangkan, peneliti saat ini menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan pencerahan, pemahaman terhadap suatu fenomena pada situasi yang sama.

Kemudian, peneliti sebelumnya menggunakan media informasi yang menarik untuk mempermudah akses pembelajaran bagi usia remaja. Sedangkan peneliti saat ini menggunakan buku ilustrasi sebagai media kampanye sosial untuk memberikan edukasi kepada anak usia remaja awal.

Untuk persamaannya, peneliti saat ini dan peneliti terdahulu memberikan informasi seputar penyakit mental kepada masyarakat. Peneliti saat ini dan peneliti terdahulu sama-sama merancang buku ilustrasi yang ditunjukkan kepada usia remaja.

Gangguan dismorfik tubuh atau *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) adalah gangguan

pikiran yang merasa kecacatan dalam penampilan fisiknya. Hal ini muncul diakibatkan nilai-nilai yang ada di masyarakat serta media massa termasuk sosial media yang sangat mempengaruhi banyak masyarakat (Adlya & Zola, 2019).

Perancangan buku harus diperhatikan ilustrasi yang digunakan. Buku ilustrasi akan sebagai media kampanye sosial. Kampanye sosial merupakan mengkomunikasikan secara terencana supaya masyarakat mendukung seseorang ataupun kelompok yang terorganisir (Mamud, 2021).

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang akan digunakan adalah metode kualitatif. Pendekatan kualitatif untuk mendapatkan informasi secara akurat dengan narasumber di mana pada pendekatan ini dapat membantu peneliti dalam melihat langsung kejadian, aktivitas, dan proses secara detail. Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data-data yang ada di lapangan (Ramdhan, 2021: 14). Teknik pengumpulan data yang peneliti lakukan ialah observasi, wawancara, dokumentasi, studi literatur, dan studi kompetitor. Kegiatan observasi dan wawancara dilakukan di SMP Widya Wiyata Sidoarjo dan psikolog di RSUD Sidoarjo. Studi literatur yang peneliti gunakan adalah buku “Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik” karya Mohammad Ali dan Mohammad Ashori untuk memahami karakteristik di usia remaja dan juga menggunakan beberapa jurnal diantaranya, berjudul “Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Remaja” oleh Soeci Izzati Adlya, Nilma Zola pada tahun 2019 yang bertujuan untuk mendeskripsikan BDD serta cara penanganannya. Sedangkan studi kompetitor buku dari karya Putra Wiramuda yang berjudul “Di Sini dan Saat Ini”. Kemudian dokumentasi dapat digunakan untuk membantu proses penelitian dengan mengumpulkan informasi-informasi dari jurnal, surat kabar, dan lain-lain (Mawarti, dkk, 2021: 98). Setelah data yang sudah terkumpul, proses analisis dilakukan dengan reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum dan memfokuskan data-data yang penting. Kemudian dilakukan dengan penyajian data adalah dirancang untuk menggabungkan informasi yang tersusun dengan secara terpadu. Selanjutnya, dilakukan penarikan kesimpulan tinjauan ulang terhadap catatan lapangan, tukar pikiran dengan teman untuk mengembangkan “kesepakatan subjektivitas”. Jadi makna budaya yang timbul

diuji kebenarannya, kecocokannya, dan kekokohnya yaitu validitasnya (Salim & Yahrum, 2012: 150-151).

## Hasil Analisis Data

### 1. Reduksi data

#### a. Observasi

Hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP Widya Widya Sidoarjo bahwasanya siswa-siswi banyak yang belum mengetahui gangguan dismorfik tubuh. Namun beberapa siswa-siswinya terdapat ciri-ciri yang mengarah pada gejala tersebut, seperti merasa cemas dan kurang puas terhadap penampilannya, menyentuh atau mengukur bagian tubuh yang mengganggu kurang sempurna.

#### b. Wawancara

hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti ke tiga narasumber tersebut dapat menyimpulkan bahwa BDD yang dimana gangguan cemas, selalu mengkhawatirkan dari kondisi tubuh sehingga menanyakan kepada orang-orang sekitarnya berulang-ulang kemudian selalu bercermin setiap saat, setiap detik terhadap fokus yang menjadi kurang atau tidak puasnya. Rentan usia penderita BDD mayoritas usia remaja awal, dengan berjalannya waktu dan teknologi yang mudah akses informasi media seperti artis-artis korea yang mungkin bisa menjadi memicu yang ingin seperti mereka untuk mengubah penampilan, hal tersebut terbukti perilaku beberapa siswa-siswi SMP Widya Wiyata Sidoarjo. Cara pencegahannya yaitu self love, kita bisa menerima diri kita dengan apa adanya atau segala hal pada dalam kekurangan dan kelebihan kita, apa yang bisa dioptimalkan pada kelebihan.

#### c. Studi Literatur

Hasil studi literatur yang peneliti dapatkan dari buku "Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik" bahwasanya remaja seringkali dikenal dalam fase

"mencari jati diri" karena peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan juga masa kehidupan dewasa sehingga masih belum mampu menguasai dengan secara maksimal. Sedangkan pada jurnal yang telah disebutkan, BDD merupakan kecenderungan pikiran negatif dengan kekurangan fisik yang menyebabkan gangguan psikologis sehingga tidak dapat menjalankan kehidupan sehari-hari dengan baik. Dampak pada remaja itu akan kesulitan menerima diri sehingga sulit merasakan kebahagiaan, dapat mengganggu perkembangan mental yang sehat. Tahap awal untuk penanganannya yaitu dengan terapi CBT, penelitian yang ada menunjukkan terapi CBT mungkin berpengaruh untuk BDD.

#### d. Dokumentasi

Hasil dokumentasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada saat melakukan observasi di SMP Widya Wiyata Sidoarjo. Dalam dokumentasi tersebut peneliti ingin mengetahui karakteristik pada remaja awal dan mengamati apakah mereka mengalami gejala-gejala gangguan dismorfik tubuh atau tidak.

### 2. Penyajian data

Dari hasil reduksi data yang telah disampaikan, maka dapat disajikan data sebagai berikut:

1. Penderita BDD yang paling rentan pada usia 12-15 tahun atau remaja awal.
2. Perlu adanya edukasi terhadap masyarakat tentang bahayanya BDD
3. Mengajak remaja usia 12-15 tahun untuk memberikan motivasi agar lebih mencintai dirinya dan terfokus dalam kelebihannya.
4. Menggunakan media buku ilustrasi bertujuan untuk memberikan edukasi serta menyampaikan pesan yang tersampaikan supaya lebih menarik.
5. Memberikan ilustrasi dengan jenis visual yang diminati para remaja agar lebih menarik.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Dari hasil penyajian data, dapat disimpulkan bahwa usia 12-15 tahun atau remaja awal adalah usia yang paling rentan mengalami BDD sehingga

memberikan edukasi tentang BDD kepada remaja untuk mengetahui dan tidak sampai mengarah hal tersebut. Pada menggunakan media berupa buku ilustrasi bertujuan untuk memberikan edukasi, menyampaikan pesan, dan memberikan ilustrasi yang diminati para remaja agar lebih menarik.

### **Analisis Segmentasi, Targeting, Positioning (STP)**

#### 1. Segmentasi

##### 1. Geografis

- a. Negara : Indonesia
- b. Teritorial : Jawa Timur
- c. Distrik : Sidoarjo
- d. Kepadatan Populasi : Kota besar

##### 2. Demografis

- a. Usia : 12-15 tahun
- b. Jenis Kelamin : Laki-laki, Perempuan
- c. Pendidikan : SMP
- d. Profesi : Pelajar

##### 3. Psikografis

Remaja usia 12-15 tahun yang menyadari akan pentingnya kesehatan mental tanpa menkhawatirkan penampilan untuk tidak mengubah secara berlebihan, juga berkeinginan untuk mencegah BDD. Selain itu juga pengaplikasian buku ilustrasi sebagai media untuk memberikan informasi mengenai bahaya dan pencegahan sebelum BDD menjangkit remaja usia 12-15 tahun.

#### 2. Targeting

Untuk targeting, peneliti menggunakan target *audience* yang dimana target menjadi tujuan utama dalam perancangan buku ilustrasi tentang gangguan dismorfik tubuh sebagai media kampanye sosial kepada masyarakat berusia 12-15 tahun. Hal ini dikarenakan banyak yang mengetahui BDD,

gejala-gejalanya dan seberapa bahayanya.

#### 3. Positioning

Buku ilustrasi sebagai media kampanye sosial ini berisikan sebuah cerita yang memberikan semangat dan kepercayaan diri terhadap penampilannya agar para remaja usia 12-15 tahun mengambil contoh perilaku dan menerapkannya dalam aktivitas sehari-hari.

### **Unique Selling Point (USP)**

Keunikan dalam perancangan buku ilustrasi ini sangat jarang yang membahas tentang BDD, menggunakan alur cerita sehingga target audience harap mampu dengan mudah memahami informasi dan juga pesan yang disampaikan oleh peneliti.

### **Analisis SWOT**

Tabel 1. Analisis SWOT

	<i>Strengths</i>	<i>Weaknesses</i>
	-Edukasi terhadap para remaja mengenai BDD. -Indonesia sendiri terdapat sebanyak 150.000 kasus mengenai BDD	-BDD dapat merusak kementalan para remaja. -Kurangnya edukasi tentang BDD mengenai gejala-gejala, faktor penyebab, bahaya, dan pencegahannya.
<i>Opportunities</i>	<b>S-O</b>	<b>W-O</b>
-Remaja belum tereduksi seputar BDD - Mengkampanyekan masalah BDD dapat	-Merancang buku ilustrasi sebagai penyampaian informasi mengenai BDD dan	-Dengan ingin mencoba rasa lebih percaya diri sehingga mencoba tertarik melihat media buku ilustrasi.

menarik perhatian kepada remaja yang merasa kekurangan dalam dirinya  -Instagram sebagai media pendukung kampanye sosial karena sering digunakan para remaja sehingga informasi lebih cepat tersebar.	Pencegahan ya.  - Menggunakan platform <i>Instagram</i> sebagai media pendukung.	-  Memanfaatkan media sosial seperti <i>Instagram</i> agar dapat sumber informasi dalam mengetahui bahayanya BDD.
<b>Threats</b>	<b>S-T</b>	<b>W-T</b>
-Masyarakat belum mengetahui BDD.  -Remaja merasa bosan jika edukasinya terlalu banyak bacaan	-  Menyampaikan sebuah informasi mengenai BDD melalui visual dari media buku ilustrasi agar para remaja tertarik dengan cara penyampaian tersebut.	-Menjelaskan mengenai BDD dan bagaimana cara mencegahnya sehingga para remaja memiliki kesadaran bagaimana berperilaku baik.
Strategi Utama: Merancang buku ilustrasi tentang BDD sebagai media kampanye sosial untuk meningkatkan kesadaran terhadap bahaya dan mencegah dari BDD		

Sumber: Olahan Penulis, 2023

**Key Communication Message**

Tabel 2. Key Communication Message



Sumber: Olahan Penulis, 2023

**Keyword** yang tepat untuk perancangan ini adalah *empathy*. Maksud dari *keyword* tersebut dalam perancangan yang peneliti buat bertujuan untuk menanamkan kesadaran diri dengan bahaya dari BDD juga lebih memahami apa yang orang lain rasakan.

**Strategi Kreatif**

Perancangan buku ilustrasi ini nantinya akan dibuat cerita yang berupa fiktif, sehingga para remaja ini lebih memahami dan mengerti apa yang disampaikan dalam buku ilustrasi. Pada strategi kreatif dalam penelitian ini dapat diperlukan sebagai berikut:

1. Jenis buku : Buku ilustrasi berupa cerita bergambar
2. Ukuran : 29.7 x 21 cm
3. Jenis layout  
Layout yang akan digunakan dalam perancangan ini adalah jenis layout Multi Panel Layout dan Picture Window Layout.
4. Judul

Judul yang digunakan dalam perancangan buku ilustrasi sebagai mencegah BDD pada remaja awal yaitu “Am I Me?”. Dengan maksud dari judul tersebut dalam tokoh utama ini melihat

bayangannya yang lebih besar darinya sehingga membuatnya cemas dan mempertanyakan terus tentang berat badannya.

#### 5. Tagline

Menggunakan tagar “Be Yourself” pada sosial media Instagram dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran diri pada remaja awal agar lebih mencintai diri sendiri dan tidak melakukan perubahan secara berlebihan.

#### 6. Warna

Dalam perancangan buku ilustrasi ini dengan keyword yang ditentukan oleh peneliti yaitu “empathy”. Sehingga penentuan warna berdasarkan psikologi, warna paling tepat yaitu warna hijau. Warna hijau memiliki makna penyembuhan, sedangkan warna biru memiliki makna kedamaian sehingga menjadi warna yang tepat untuk keyword tersebut (Monica & Luzar, 2011).

Gambar 1. Warna



Sumber: Olahan peneliti, 2023

#### 7. Tipografi

Pada perancangan buku ilustrasi ini akan menggunakan tipografi sans serif. Pemilihan tipografi tersebut memiliki tujuan agar lebih mudah terbaca dan mudah dipahami. Sehingga tipografi yang akan digunakan yaitu Dream Orphans dan Bodo Amat.

Gambar 2. Font Dream Orphans

**Dream Orphans**

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ  
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz  
1234567890

Gambar 3. Font Bodo Amat

**Bodo Amat**

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ  
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz  
1234567890

Sumber: Olahan Penulis, 2023

## Strategi Media

### 1. Sketsa Karakter

Gambar 2. Sketsa Karakter



Sumber: Olahan Peneliti, 2023

Sketsa ini merupakan satu karakter memiliki dua versi. Dimana dalam sinopsis buku ilustrasi ini tokoh utama memiliki kecemasan sehingga apa yang ia lihat dikaca atau disekitarnya, dia merasa kalau dia itu gemuk.

### 2. Sketsa cover depan dan belakang

Gambar 3. Sketsa Cover



Sumber: Olahan Peneliti, 2023

Desain pada cover depan ini terdapat tokoh utama seperti melihat bayangannya yang lebih besar darinya. Sehingga ia mulai cemas dan mempertanyakan diri sendirinya apakah benar itu dia. Sedangkan cover belakang terdapat sebuah deskripsi dan juga quotes.

### 3. Sketsa Media Pendukung

Gambar 4. Sketsa Media Pendukung



Sumber: Olahan Peneliti, 2023

Media pendukung yang peneliti gunakan yaitu *x-banner*, poster, gantungan kunci, *bookmark*, *feed Instagram*, dan stiker dengan ilustrasi dan juga *quotes* dengan tujuan agar meningkatkan kesadaran kepada remaja awal.

## Implementasi Media

### 1. Media Utama

Gambar 5. Media Utama

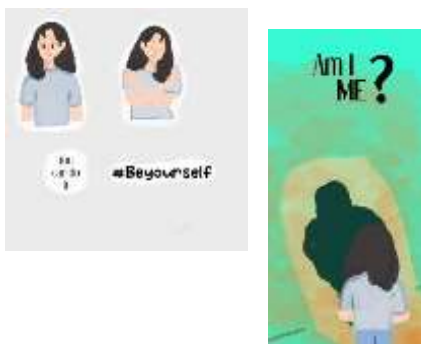


Sumber: Olahan Peneliti, 2023

Memasuki cerita tentang tokoh utama yaitu Zayna yang dimana mulai merasa cemas dengan dirinya sendiri yang berbeda dengan teman-temannya.

### 2. Media Pendukung

Gambar 6. Media Pendukung



Sumber: Olahan Peneliti, 2023

Poster terdapat ilustrasi seorang gadis melihat bayangan lebih besar darinya sebagai gambaran seseorang yang merasa tidak puas sehingga

menimbulkan kecemasan. Dan juga stiker terdapat desain ilustrasi tokoh utama yaitu Zayna dan memberikan quotes dengan tujuan mencintai diri sendiri dan juga meningkatkan kesadaran kepada remaja awal usia 12-15 tahun.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan dalam perancangan buku ilustrasi tentang gangguan dismorfik tubuh sebagai media kampanye sosial kepada remaja awal usia 12-15 tahun mendapatkan sebuah *keyword* yaitu "*empathy*". dimana *keyword* tersebut dalam perancangan yang peneliti buat bertujuan untuk menanamkan kesadaran diri dengan bahaya dari BDD juga lebih memahami apa yang orang lain rasakan. Dalam buku ilustrasi ini akan dibahas sebagai gambaran serta pengertian dan pencegahan dari BDD yang dikemas dalam suatu cerita. Media pendukung yang digunakan dalam perancangan ini yaitu poster, *x-banner*, gantungan kunci, *feed Instagram*, *bookmark* dan stiker.

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan, selanjutnya peneliti berharap penelitian ini akan menggunakan dengan media bergerak seperti animasi supaya lebih menarik perhatian dan juga kampanye sosial seputar *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) lebih banyak lagi terhadap masyarakat khusus remaja awal agar tidak melakukan tindakan yang salah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adlya, S. I., & Zola, N. (2019). JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia) Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada

- Remaja. *JRTI (JURNAL Riset Tindakan Indonesia)*, 4(2)n/j
- Ananthi, D. (2018).  
 HUBUNGAN  
 ANTARA  
 PERFEKSIONIS  
 DENGAN  
 GANGGUAN  
 DISMORFIK TUBUH  
 PADA REMAJA.
- Deden, Praratama. (2018). Mengenal Digital Painting. *ilmuti.org*, 1-12.
- Deni, H. (2020). *INVENTARIS KELEMAHAN DAN KELEBIHAN DIRI SENDIRI*.  
<https://www.scribd.com/document/491913603/Makalah-Kelebihan-Kekurangan-diri-sendiri-deni-hidayatullah>
- Guntara, M., & Mujiyono, S. (2020). Perancangan Gambar Ilustrasi Personifikatif Teknik Digital Dan Penerapannya Pada Merchandise. *Jurnal Pendidikan Seni*, 9(2), 70–80.  
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eduart>
- Monica, M., & Luzar, L. C. (2011). Efek Warna dalam Dunia Desain dan Periklanan. *Humaniora*, 2(2), 1084. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v2i2.3158>
- Nurlita, D., & Lisiswanti, R. (2016). Body dysmorphic disorder. *Body Dysmorphic Disorder*, 35(5), 559. <https://doi.org/10.1097/00004583>
- 199605000-00009  
 Paramitha, I. A. (2017). Tinjauan Pustaka Tinjauan Pustaka. *Convention Center Di Kota Tegal*, 13(1), 6–37.
- Wahyudi, M. I., & Yuniardi, M. S. (2019). Body image dan kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswi (body image and trends of body dysmorphic disorders in students). *Psycho Holistic*, 1(1), 30–37.  
<http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic30>