

Karakteristik distorsi kognisi pada remaja putri penderita gangguan dismorfik tubuh

Sumi Lestari¹

¹Dosen Jurusan Psikologi Universitas Brawijaya
Mahasiswa Doktoral Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
e-mail: Sumi.lestari.ub@gmail.com

Abstrak. Tujuan dalam penelitian ini untuk menggambarkan karakteristik distorsi kognisi pada remaja putri yang mengalami gangguan dismorfik tubuh. Metode dalam penelitian ini dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Adapun jumlah responden 3 yaitu remaja putri/perempuan yang mengalami gangguan dismorfik tubuh dengan memenuhi kriteria gejala berdasarkan pada DSM V, teknik pengumpulan data dengan menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi, adapun analisis data dengan menggunakan pisau analisis Yin. Terdapat lima karakteristik distorsi kognisi pada responden penelitian ini antara lain kritik diri (*self critical*) dari ketigaresponden sensitif terhadap kritik diri terutama berkaitan dengan kecantikan atau kesempurnaan penampilan, menyalahkan diri (*self blame*) dalam hal ini responden menyalahkan dirinya jika terjadi pengalaman yang tidak menyenangkan dalam hidupnya meskipun bukan kesalahan mereka, kemampuan mengontrol diri atau manajemen diri (*helplessness*) responden cenderung lemah dan tidak mampu mengontrol pikiran dan perilakunya sehingga mereka cenderung menyerah dengan piirannya yang salah, individu merasa gagal dan pesimis (*hopelessness*) beberapa responden merasa pesimis dengan masa depannya karena defek atau kekurangan fisik yang dimilikinya dan kecenderungan individu untuk memandang dunia atau lingkungan sekitar sebagai tempat yang berbahaya (*preoculation with danger*) responden cenderung menghindari lingkungan atau situasi yang menurutnya mengancam dirinya.

Kata kunci: *gangguan dismorfik tubuh, karakteristik distorsi kognisi, remaja putri*

Pendahuluan

Perempuan identik dengan kecantikan, keindahan tubuh dan nilai-nilai feminitas, makna tersebut sesuai dengan sejarah kecantikan dari abad ke abad, sejak usia dini perempuan diajarkan akan perawatan tubuh, dan kesempurnaan penampilan sebagai penunjang utama kepercayaan diri seseorang (Berry, 2006). Menjadi perempuan seolah-olah dituntut memiliki kesempurnaan penampilan dan fisik agar diakui dan diterima oleh masyarakat meskipun kecantikan fisik hanyalah ornament belaka (Melliana, 2006), sehingga masyarakat pun tanpa menyadari bahwa mengenyampingkan kecantikan *inner beauty* yaitu kecantikan yang terpancar dari kebaikan hati, ketulusan, pengabdian, *performance*, *attitude*, tata krama, dan kompetensi atau potensi yang dimiliki perempuan tersebut terlepas ia memiliki penampilan fisik kurang.

Kondisi real tentang arti pentingnya kesempurnaan penampilan telah ditanamkan pada diri remaja putri khususnya oleh keluarga dan masyarakat, hal ini berbanding lurus dengan beberapa tugas perkembangan remaja salah satunya adalah perhatian fisik yang berlebihan, karena masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari anak-anak ke remaja (Sarwono, 2000), komunikasi persuasif yang disuguhkan dalam media pun menunjang dan memperkuat pandangan

standardisasi masyarakat mengenai arti pentingnya kecantikan fisik atau kesempurnaan penampilan (Groomi, 2014). Pengejawantahan kesempurnaan penampilan diterapkan diberbagai lini sebagai contoh lini keluarga, dalam keluarga lebih mementingkan nilai terhadap kesempurnaan penampilan maka akan menuntut, menekan anggota keluarga agar tampil sesuai dengan tuntutan mereka dan masyarakat umumnya, dengan cara mengejek, menyindir dan membandingkan dengan orang lain, tanpa menghiraukan kondisi psikis anggota keluarga yang ditekan, terutama pada remaja putri, yang memiliki sensitivitas dan daya analisis kritis terhadap lingkungannya berkaitan dengan kesempurnaan penampilan (Phillips, 2014).

Lebih lanjut Phillips (2011) Situasi dan kondisi diatas merupakan salah satu etiologi pemicu remaja mengalami gangguan dismorfik tubuh, gangguan dismorfik tubuh adalah perhatian yang berlebihan terhadap defek atau preokupasi bagian tubuh yang dikeluarkan bersifat minim (persepsi orang lain tidak ada). Misal jerawat merupakan defek atau preokupasi bagian tubuh yang dikeluarkan oleh penderita gangguan dismorfik tubuh, ia berpikir jerawatnya membuat dirinya diejek, dipermalukan, dijadikan bahan pembicaraan dan dihindari teman sebayanya, oleh karena penderita gangguan dismorfik tubuh berusaha berbagai cara untuk menyembuhkan jerawatnya dengan suntik dari dokter kecantikan dan penggunaan krim obat jerawat, dan apabila pemberian treatment atau pengobatan tersebut tidak sesuai dengan harapannya maka penderita gangguan dismorfik tubuh enggan keluar rumah, menghindari situasi sosial yang tidak diinginkannya dan bahkan mereka cenderung berperilaku menyamar atau kamufase yaitu menggunakan atribut yang menyamarkan penampilannya (memakai masker, topi, asesoris, sarung tangan, jaket, topi dan lain sebagainya).

Penderita gangguan dismorfik tubuh menyakini bahwa defek atau preokupasi bagian tubuh yang dikeluarkan sangat penting, membutuhkan perhatian dan perawatan secara intensif untuk menanganinya, sehingga individu yang mengalami gangguan dismorfik tubuh memnitor penampilannya, memiliki obsesi dan kompulsi terhadap defek atau preokupasi bagian tubuh yang dikeluhkannya. Menurut Vashi (2015) penderita gangguan dismorfik tubuh mengalami distorsi kognitif, hal tersebut tidak hanya sebagai representasi simbolis dari konflik psikis tertentu tetapi sebagai sebuah fantasi kebenaran untuk mewakili pemenuhan keinginan ataupun kebutuhan yang dirasakannya. Menurut Beck (Williams, Watts, MacLeod dan Matchus, 1997) Distorsi kognisi merupakan kesulitan berpikir logis sehingga menimbulkan gangguan pada kapasitas pemahaman. Penderita gangguan dismorfik tubuh mengalami kesulitan berpikir logis karena terpengaruh oleh pemikiran subyektivitas dan menyakininya dengan keyakinan yang kuat, meskipun penafsiran atau persepsi yang disimpulkan tidak sesuai dengan fakta atau kondisi empiric (Veale dan Neziroglu, 2010). Distorsi memiliki beberapa karakteristik antara lain; *self Critical, Self Blame, Hopelessness, Helplessness, Preoccupation With Danger* (Briere,2000).

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, dengan menggunakan pendekatan studi kasus, jumlah subyek dalam penelitian ini 3 remaja putri yang mengalami gangguan dismorfik tubuh berdasarkan pada DSM V, melakukan perawatan tradisonal mapun modern, memiliki keluhan defek atau preokupasi bagian tubuh, instrument data dalam penelitian ini dengan menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi, pisau analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis Yin (2014) yaitu keseluruhan kasus atau berupa analisis terjalin yaitu suatu analisis suatu kasus yang spesifik, unik dan ekstrem. Dengan menggunakan tahapan sebagai berikut: menjodohkan pola, eksplanasi dan deret waktu.

Hasil

Tabel 1.

Diskripsi informan

No	Anonim	Defek	Usia	Keterangan
1	UYA (1)	Jerawat dan BB, rambut lepek dan tipis, kaki besar, hidung kurang mancung	20 th	SK
2	BUYA (5)	Hidung besar	20 th	SK
3	CUYA (6)	Tidak memiliki alis, rambut kriting	19 th	SK

Berdasarkan pada tabel diatas ketiga subyek pada rentang masa remaja akhir, memiliki defek atau preokupasi bagian tubuh yang dikeluhkan yaitu jerawat, berat badan, hidung pesek atau tidak mancung, kaki besar, rambut lepek atau tipis, hidung besar, tidak memiliki alis dan rambut kriting. Ketiga responden sesuai dengan karakteristik penelitian berdasarkan pada penegakan diagnose gejala DSM V, lebih rinci dan detilnya dapat dilihat pada tabel 3. Lampiran penegakan diagnose responden penelitian.

Diskusi

Terdapat lima karakteristik distorsi kognitif antara lain kritik diri (*self critical*), menyalahkan diri (*self blame*), kemampuan mengontrol diri atau manajemen diri (*helplessness*), individu merasa gagal dan pesimis (*hopelessness*) dan kecenderungan individu untuk memandang dunia atau lingkungan sekitar sebagai tempat yang berbahaya (*preoculation with danger*). Pada karakteristik **pertama** *Self Critical* pada responden meliputi; responden merasa paling bodoh diantara saudara-saudaranya karena disbanding-bandingkan oleh keluarga dengan kakak dan adiknya, merasa paling jelek dibandingkan dengan mama, teman dan wanita-wanita lainnya karena sensitivitas terhadap defek atau preokupasi bagian tubuh yang dikeluhkan, memiliki kekurangan dandanannya seperti tante-tante, penampilan jelek berjerawat, wajah kusam dan lain sebagainya. **Kedua** *Self Blame* pada responden penelitian ini adalah ia menyalahkan dirinya sendiri karena dilahirkan dengan wajah berjerawat, memiliki kekurangan, berbeda dengan saudara-saudaranya terutama berkaitan dengan penampilan fisik, **ketiga** *Helplessness* pada responden penelitian ini meliputi: cenderung diam saat terjadi peristiwa atau kejadian yang tidak diinginkannya maka mereka tidak berbuat apapun meskipun dalam hati mereka tidak terima dan marah, mereka merasa tidak mampu melakukan apapun, mereka mengikuti keinginannya untuk mendapatkan rasa tenang dan kelegaan hati, meskipun kondisi tersebut hanya bersifat sementara dan akan muncul berulang kali contoh pada perilaku berkaca berulang, pikiran khawatir akan penampilan secara berulang, **keempat** *Hopelessness* ketiga responden dalam penelitian cenderung tidak memiliki control diri dan

manajemen diri dengan baik, mereka cenderung mengikuti kata hati tanpa mampu berpikir secara rasional atau logis. Karakteristik **kelima** *Preoccupation With Danger* yaitu memandang bahwa duani atau lingkungannya akan mengancam dirinya, pada ketiga responden penelitian ini meliputi: responden melakukan perawatan baik dari dokter (modern) maupun bukan dari dokter (tradisional) untuk menutupi jerawat saat berpergian karena baginya jerawat mengancam dirinya, responden merasa nyaman di rumah karena tidak ada yang mengkritik penampilannya, responden merasa tidak nyaman bertemu dan berkumpul dengan banyak orang karena takut dikritik negative, responden tidak suka berkumpul dengan teman-temannya karena takut dikritik oleh yang lain, responden tidak mau pergi keluar rumah apabila merasa rambutnya jelek, responden enggan keluar rumah saat rambutnya lepek dan mengembang.

Deret Waktu

Tabel 2

Deret waktu karakteristik distorsi kognisi pada responden

Tema	Subtema	UYA	BUYA	CUYA
Karakteristik distorsi kognitif	<i>Self Critical</i>	<p>Subyek merasa menjadi anak paling bodoh diantara saudara-saudaranya UYA20062016W1/64-69</p> <p>Subyek merasa tidak cantik karena wajahnya berjerawat dan merasa kakinya seperti gajah UYA20062016W1/203-206</p> <p>Subyek mengatakan bahwa ia tidak secantik mamanya UYA20062016W1/216-217</p> <p>Subyek tidak puas dan selalu mengkritik bentuk hidungnya UYA29062016W2/15-20</p> <p>Subyek mengkritik dirinya sendiri yang</p>	<p>Subyek mengatakan bahwa ia lebih jelek dibandingkan temannya yang lain Buya20022017WI/80-82</p> <p>Subyek merasa berbeda dari saudara-saudaranya yang lain yaitu merasa paling jelek diantara yang lain Buya20022017WI/136-141</p> <p>Subyek merasa berbeda dari saudara-saudaranya yang lain yaitu merasa paling jelek diantara yang lain Buya20022017WI/143-145</p> <p>Subyek merasa berbeda dari saudara-saudaranya yang lain yaitu merasa paling jelek diantara yang lain</p>	<p>Mengatakan bahwa memiliki banyak kekurangan Cuya24012017W1/15-16</p> <p>Subyek mengkritik fisiknya sendiri Cuya24012017W1/18-20</p> <p>Subyek mengatakan ia mirip dengan tante-tante Cuya24012017W1/112-113</p> <p>Subyek mengatakan bahwa ia hitam, jelek, kusam, dan rambutnya keriting Cuya24012017W1/200-206</p> <p>Subyek mengatakan rambutnya mirip</p>

		<p>tidak bisa memperhatikan penampilan UYA29062016W2/23-33</p> <p>Subyek mengatakan tubuhnya gendut, berjerawat, bentuk hidung yang melebar. UYA29062016W2/240-253</p>	<p>Buya20022017WI/147-149</p> <p>Subyek mengatakan bahwa kulitnya kusam Buya20022017WI/151-152</p>	<p>simon celly Cuya24012017W1/251-254</p> <p>Subyek mengatakan dirinya jelek Cuya24012017W1/260-268</p> <p>Subyek mengatakan bahwa ia jelek Cuya24012017W1/270-277</p>
	<i>Self Blame</i>	<p>Subyek menyalahkan dirinya sendiri karena ia dilahirkan sebagai wanita yang berjerawat yang membuatnya merasa terganggu UYA20062016W1/20-27</p> <p>Menurut subyek, kekurangan fisiknya merupakan kesalahannya karena dilahirkan demikian UYA20062016W1/37-45</p> <p>Subyek merasa menyesal saat tidak membersihkan wajahnya karena hal tersebut membuat wajahnya terlihat kusam UYA20062016W1/2-5</p>	<p>Subyek merasa dirinya aneh karena ia tidak memperhatikan penampilannya Buya20022017WI/326-328</p> <p>Merasa bahwa dia dilahirkan berbeda dari saudara-saudaranya yang lain dan tidak pantas menjadi wanita karena tidak melakukan perawatan dengan baik Buya20022017WI/345-348</p> <p>Merasa bahwa dia dilahirkan berbeda dari saudara-saudaranya yang lain Buya01032017W2/68-72</p> <p>Subyek merasa paling jelek dan aneh karena tidak peduli dengan penampilan dirinya diantara keluarga yang lain Buya01032017W2/74-76</p>	<p>Rambutnya jelek dan rusak karena ia sering melakukan perawatan rambut dengan mencatok, meskipun ia tahu bahwa perawatan yang dilakukan justru membuat rambutnya rusak dan tidak sehat tetapi ia tidak mampu berhenti melakukan perawatan rambut dengan mencatoknya, menurutnya rambutnya sekarang semakin jelek karena sering dicatok</p>
	<i>Helplessness</i>	<p>cenderung diam saat terjadi peristiwa atau kejadian yang tidak</p>	<p>Subyek melakukan perawatan dan mencari-cari info untuk</p>	<p>Ketika marah atau kesal saat diejek temannya subyek</p>

		<p>diinginkanya maka mereka tidak berbuat apapun meskipun dalam hati mereka tidak terima dan marah, mereka merasa tidak mampu melakukan apapun dan cara tersebutlah cara yang yang paling baik dilakukannya mengontrol pikiran dan perilakunya berkaitan dengan defek yang dikeluhkannya, mereka mengikuti keinginannya untuk mendapatkan rasa tenang dan kelegaan, meskipun kondisi tersebut hanya bersifat sementara dan akan muncul berulang kali.. UYA20062016W1/347-348</p>	<p>menunjang penampilan karena merasa fisiknya tidak seperti yang lain Buya01032017W2/33-38</p>	<p>memilih untuk diam dan tidak menunjukkan kemarahannya Cuya07022017W2/18-23</p>
	<i>Hopelessness</i>	<p>ia menganggap bahwa jika jerawatnya tidak hilang pada saat ia sudah bekerja maka akan diejek dan dikritik oleh teman kerja, hal tersebut yang tidak diinginkan oleh UYA, ia pun takut jika teman kerjanya nanti tidak menerima ia karena berjerawat hal tersebut menurutnya membuat dirinya tidak bisa fokus bekerja dan pekerjaan yang di kerjakan tidak berhasil dengan baik. Faktanya bahwa diterima dalam lingkungan kerja bukan terletak pada</p>	<p>Subyek merasa rendah diri karena merasa tidak mirip dengan keluarganya dan merasa aneh dengan penampilannya dan merasa tidak pantas menjadi wanita karena tidak mampu memperhatikan penampilannya dengan baik Buya01032017W2/227-228</p>	<p>Subyek merasa putus asa karena melakukan perawatan rambutnya tetapi justru menurutnya semakin jelek dan rusak karena sering dicatok, tetapi ia tidak mampu menghentikan dirinya untuk tidak perawatan rambut dengan mencatok Cuya24012017W1/344-346</p>

		kecantikan fisik, melainkan banyak faktor yang mempengaruhinya UYA20062016W1/347-348) (UYA20062016W1/350-352)		
	<i>Preoccupation with danger</i>	Subyek melakukan perawatan baik dari dokter (modern) maupun bukan dari dokter (tradisional) untuk menutupi jerawat saat berpergian karena baginya jerawat mengancam dirinya. UYA20062016W1/83-87 Subyek merasa nyaman di rumah karena tidak ada yang mengkritik penampilannya UYA20062016W1106-111	Subyek merasa tidak nyaman bertemu dan berkumpul dengan banyak orang karena takut dikritik negatif Buya20022017WI/118-122 Subyek tidak suka berkumpul dengan teman-temannya karena takut dikritik oleh yang lain Buya20022017WI/193-196	Subyek tidak mau pergi keluar rumah apabila merasa rambutnya jelek Cuya24012017W1/348-351 Subyek enggan keluar rumah saat rambutnya lepek dan mengembang Cuya07022017W2/301-303

1. Subyek Uya:

- Self Criticism: mengkritik dirinya lebih bodoh dibandingkan saudara2nya, tidak cantik, berjerawat, hidungnya melebar, kaki gajah**
- Self Blame: dilahirkan dengan wajah berjerawat, menyalahkan diri tidak melakukan perawatan dengan baik mengakibatkan wajahnya kusam**
- Helplessness: diam pada situasi yang tidak diinginkan, tidak mampu melakukan control terhadap perilaku dan pikiran berkaitan dengan kesempurnaan penampilan**
- Hopelessness: jerawatnya akan menjadikan dirinya tidak diterima oleh teman kerjanya dan menjadikan dirinya tidak mampu fokus dalam bekerja.**
- Preoccupation With Danger: berjerawat, menghadiri situasi yang dihadiri oleh banyak wanita cantik ex. Party**

2. Subyek Buya

- Self Criticism: memiliki banyak kekurangan pada fisiknya, merasa paling jelek dibandingkan dengan saudara-saudaranya karena memiliki kulit kusam.
- Self Blame: ia merasa dirinya aneh dan tidak pantas menjadi seorang wanita karena ia tidak mampu melakukan perawatan dengan baik.
- Helplessness: tidak mampu menghentikan keinginan untuk melakukan perawatan sehingga ia selalu mencari informasi mengenai perawatan yang baik
- Hopelessness: ia merasa rendah diri karena tidak berbeda dengan saudara-saudaranya, aneh dan tidak pantas menjadi seorang wanita.
- Preoccupation With Danger: tidak merasa nyaman bertemu dengan orang banyak karena takut dikritik.

3. Subyek Cuya

- Self criticism: mengkritik dirinya memiliki kekurangan fisik, mirip seperti tante-tante, hitam, kusam jelek, rambut keriting.
- Self Blame: rambutnya menjadi jelek karena ia selalu mencatoknya, namun ia tidak mampu menghentikannya.
- Helplessness: tidak mampu menghentikan saat memiliki keinginan untuk mencatit dan melakukan perawatan.
- Hopelessness: putus asas karena melakukan perawatan rambutnya akan tetapi berujung kerusakan pada rambutnya.
- Preoccupation with danger: enggan keluar rumah pada saat rambutnya lepek dan mengembang

Diskusi

- Sebaiknya peneliti selanjutnya melakukan research dengan tema yang sama dilihat dari sudut pandang pola asuh, budaya, jenis kelamin serta tingkat ekonomi orang tua.
- Gaya hidup merupakan faktor penting dalam memicu berkembangnya gangguan dismorfik tubuh.

Kesimpulan

- pertama Self Critical** pada responden meliputi; responden merasa paling bodoh diantara saudara-saudaranya karena disbanding-bandingkan oleh keluarga dengan kakak dan adiknya, merasa paling jelek dibandingkan dengan mama, teman dan wanita-wanita lainnya karena sensitivitas terhadap defek atau preokupasi bagian tubuh yang dikeluhkan, memiliki kekurangan dandanan seperti tante-tante, penampilan jelek berjerawat, wajah kusam dan lain sebagainya.
- Kedua Self Blame** pada responden penelitian ini adalah ia menyalahkan dirinya sendiri karena dilahirkan dengan wajah berjerawat, memiliki kekurangan, berbeda dengan saudara-saudaranya terutama berkaitan dengan penampilan fisik.
- ketiga Helplessness** pada responden penelitian ini meliputi: cenderung diam saat terjadi peristiwa atau kejadian yang tidak diinginkannya maka mereka tidak berbuat apapun meskipun dalam hati mereka tidak terima dan marah, mereka merasa tidak mampu melakukan apapun, mereka mengikuti keinginannya untuk mendapatkan rasa tenang dan kelegaan hati, meskipun kondisi tersebut hanya bersifat sementara dan akan muncul

berulang kali contoh pada perilaku berkaca berulang, pikiran khawatir akan penampilan secara berulang

- ❑ **keempat *Hopelessness*** ketiga responden dalam penelitian cenderung tidak memiliki control diri dan manajemen diri dengan baik, mereka cenderung mengikuti kata hati tanpa mampu berpikir secara rasional atau logis.
- ❑ **Karakteristik kelima *Preoccupation With Danger*** yaitu memandang bahwa duani atau lingkungannya akan mengancam dirinya, pada ketiga responden penelitian ini meliputi: responden melakukan perawatan baik dari dokter (modern) maupun bukan dari dokter (tradisional) untuk menutupi jerawat saat berpergian karena baginya jerawat mengancam dirinya, responden merasa nyaman di rumah karena tidak ada yang mengkritik penampilannya, responden merasa tidak nyaman bertemu dan berkumpul dengan banyak orang karena takut dikritik negative, responden tidak suka berkumpul dengan teman-temannya karena takut dikritik oleh yang lain, responden tidak mau pergi keluar rumah apabila merasa rambutnya jelek, responden enggan keluar rumah saat rambutnya.

Kepustakaan

- Berry. B. (2007). *Beauty Bias: Discrimination and Sosial Power*. London: Preiger.
- Briere. J., (2000). *Cognitive Distortion Scale Professional Manual*. Odessa. FL; Psychological Assesment Resources.
- Groomi. D., (2014). *An Introduction To Cognitive Psychology Proccess and Disorder*. London: Psychology Press.
- Melliana. SA., (2006). *Menjelajah Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: LKIS Pelangi Aksara
- Phillips KA., (2014). Body dysmorphic disorder: Common, severe, and in need of treatment research (Invited Editorial). *Psychotherapy and Psychosomatics*; 83:325-329
- Phillips KA., (2011). *Body dysmorphic disorder*. In: *Clinical Obsessive-Compulsive Disorders in Adults and Children*. Hudak R and Dougherty DD, eds. New York: Cambridge University Press.
- Santrock, J.W. (2011). *Life Span Development, Perkembangan Masa Hidup Jilid 1* (Edisi kelima). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarwono, S.W. (2000). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Vashi,N.A. (2015). *Beauty and Body Dysmorphic Disorder; a Clinician Guide*. Switzerland: Spriner International Publishing Switzerland.
- Veale, D & Neziroglu, F., (2010). *Body Dysmorphic Disorder A Treatment Manual*. A John Wiley & Sons Publication; UK.



PROSIDING TEMU ILMIAH X IKATAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN INDONESIA

Peran Psikologi Perkembangan dalam Penumbuhan Humanitas pada Era Digital
22-24 Agustus 2017, Hotel Grasia, Semarang

Williams. G.M.J, Watts. N.F., MacLeod. C & Matchus. A., (1997). *Cognitive Psychology nad Emotional Disorder*. New York: John Wiley&Sons.

Yin, R.K. (2014). *Studi Kasus: Desain & Metode*. Cetakan k-13. Jakarta: Raja Grafindo Persada.