

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
INTISARI .....	xx
<i>ABSTRACT</i> .....	xxi
BAB I: PENGANTAR .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	11
D. Keaslian Penelitian .....	11
E. Manfaat Penelitian .....	16
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA .....	18
A. Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh ( <i>Body Image Dissatisfaction</i> ) .....	18
1. Pengertian citra tubuh ( <i>body image</i> ) .....	18

2. Pengertian ketidakpuasan terhadap citra tubuh <i>(body image dissatisfaction)</i> .....	23
3. Faktor-faktor penyebab ketidakpuasan terhadap citra tubuh .....	28
4. Akibat-akibat dari ketidakpuasan terhadap citra tubuh .....	33
B. Pengaruh Media terhadap Citra Tubuh Perempuan .....	37
C. Tubuh Perempuan .....	41
1. Tubuh ideal perempuan menurut standar kesehatan .....	41
2. Beberapa cara untuk menilai berat badan .....	43
3. Tipe tubuh .....	46
D. Remaja .....	49
1. Pengertian remaja .....	49
2. Perubahan fisik remaja .....	50
3. Permasalahan citra tubuh pada remaja perempuan .....	54
E. <i>Bibliotherapy</i> .....	58
1. Sejarah <i>bibliotherapy</i> .....	58
2. Pengertian <i>bibliotherapy</i> .....	60
3. Teknik <i>bibliotherapy</i> .....	61
4. Populasi <i>bibliotherapy</i> .....	64
5. Aplikasi <i>bibliotherapy</i> .....	70
F. Landasan Teori: <i>Bibliotherapy</i> pada Remaja Perempuan yang Mengalami Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh .....	72

G. Hipotesis .....	78
<b>BAB III: METODE PENELITIAN .....</b>	<b>80</b>
A. Variabel Penelitian .....	80
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	80
C. Subjek Penelitian .....	82
D. Sekilas tentang SMU “X” .....	85
E. Sekilas tentang SMU “Y” .....	87
F. Sekilas tentang SMU “Z” .....	89
G. Metode Pengumpulan Data .....	90
Skala Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh .....	90
Angket identitas diri .....	92
Wawancara .....	93
Lembar evaluasi pelatihan .....	93
Lembar kerja <i>bibliotherapy</i> .....	93
Lembar observasi keterlibatan peserta pelatihan .....	94
H. Rancangan Eksperimen .....	94
I. Analisis Data Penelitian .....	95
J. Proses Penelitian .....	96
1. Persiapan penelitian .....	96
2. Pelaksanaan penelitian .....	101
<b>BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>110</b>
A. Hasil Analisis Data Kelompok dan Pembahasan .....	110
1. Hasil analisis data kelompok .....	110

2. Pembahasan hasil analisis data kelompok .....	131
B. Hasil Analisis Data Individual dan Pembahasan .....	145
C. Keterbatasan Penelitian .....	189
BAB V: SIMPULAN DAN SARAN .....	191
A. Simpulan Hasil Penelitian .....	191
B. Saran-saran .....	193
BAB VI: RINGKASAN .....	195
DAFTAR PUSTAKA .....	215

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kategori Berat Badan berdasarkan IMT pada Penduduk Asia .....	44
2. Kategorisasi Skor Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh .....	84
3. <i>Blueprint</i> Skala Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh .....	91
4. Subjek Kelompok Eksperimen 1 berdasarkan Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh dan IMT pada saat <i>Pretest</i> .....	103
5. Subjek Kelompok Eksperimen 2 berdasarkan Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh dan IMT pada saat <i>Pretest</i> .....	104
6. Subjek Kelompok Kontrol berdasarkan Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh dan IMT pada saat <i>Pretest</i> .....	104
7. Jadwal Pelatihan <i>Interactive Bibliotherapy</i> .....	105
8. Jadwal Pelatihan <i>Reading Bibliotherapy</i> .....	108
9. Hasil Uji Normalitas <i>Pretest</i> Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh pada 2 Kelompok Eksperimen dan 1 Kelompok Kontrol .....	111
10. Hasil Uji Homogenitas Varian Antar Kelompok .....	112
11. Hasil Analisis Varian <i>Pretest</i> Antar Kelompok .....	112
12. Hasil <i>Post Hoc Tests</i> Antar Kelompok .....	113
13. Uji Kruskal-Wallis untuk Mengetahui Perbedaan <i>Pretest</i> Antar Kelompok .....	114
14. Hasil Uji Normalitas <i>Posttest</i> Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh pada 2 Kelompok Eksperimen dan 1 Kelompok Kontrol .....	115

15. Hasil Uji Homogenitas Varian Perubahan Ketidakpuasan	
<i>Pretest-Posttest</i> Antar Kelompok .....	116
16. Hasil Ana va Perubahan <i>Pretest-Posttest</i> Antar Kelompok .....	117
17. Hasil <i>Post Hoc Tests</i> Perubahan Ketidakpuasan <i>Pretest-Posttest</i>	
Antar Kelompok .....	118
18. Hasil Uji Anava Sampel Berkorelasi KE 1 .....	120
19. Hasil Uji Waktu Pengukuran Tingkat Ketidakpuasan KE 1 .....	121
20. Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh KE 1 pada saat <i>Pretest</i> ,	
<i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	123
21. Hasil Uji Anava Sampel Berkorelasi KE 2 .....	124
22. Hasil Uji Waktu Pengukuran Tingkat Ketidakpuasan KE 2 .....	125
23. Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh KE 2 pada saat <i>Pretest</i> ,	
<i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	127
24. Hasil Uji Anava Sampel Berkorelasi KK .....	128
25. Hasil Uji Waktu Pengukuran Tingkat Ketidakpuasan KK .....	128
26. Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh KK pada saat <i>Pretest</i> ,	
<i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	130
27. Penilaian terhadap Fasilitator I pada Materi Bagian 1 .....	134
28. Penilaian terhadap Fasilitator I pada Materi Bagian 2 .....	134
29. Penilaian terhadap Fasilitator II pada Materi Bagian 1 .....	135
30. Penilaian terhadap Fasilitator II pada Materi Bagian 2 .....	135
31. Penilaian terhadap Fasilitator III pada Materi Bagian 1 .....	136
32. Penilaian terhadap Fasilitator III pada Materi Bagian 2 .....	136

33. Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh KE 1 pada saat <i>Pretest, Posttest, dan Follow-up</i> .....	146
34. Kategori Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh KE 2 pada saat <i>Pretest, Posttest, dan Follow-up</i> .....	146

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kontinyum Permasalahan Citra Tubuh .....	21
2. Perubahan Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh KE 1 pada saat <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	141
3. Perubahan Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh KE 2 pada saat <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	143
4. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Subjek 1 .....	149
5. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Subjek 5 .....	153
6. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Subjek 7 .....	157
7. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Subjek 9 .....	161
8. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Subjek 14 .....	165
9. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Subjek 1 .....	170
10. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Subjek 2 .....	174

11. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra	
Tubuh Subjek 7 .....	177
12. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra	
Tubuh Subjek 12 .....	181
13. Grafik Perubahan Skor Aspek Ketidakpuasan terhadap Citra	
Tubuh Subjek 13 .....	184

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Gambaran Pelatihan dan Surat Persetujuan KE 1 .....	219
2. Gambaran Pelatihan dan Surat Persetujuan KE 2 .....	222
3. Skala Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh <i>Pretest</i> .....	225
4. Skala Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh <i>Posttest</i> .....	229
5. Skala Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh <i>Follow-up</i> .....	233
6. Lembar Evaluasi Pelatihan .....	237
7. Lembar Observasi Keterlibatan Peserta Pelatihan .....	238
8. Uji Normalitas Ketiga Kelompok saat <i>Pretest</i> .....	239
9. Uji Anava Ketiga Kelompok saat <i>Pretest</i> .....	247
10. Uji Kruskal-Wallis Ketiga Kelompok saat <i>Pretest</i> .....	250
11. Uji Normalitas Ketiga Kelompok saat <i>Posttest</i> .....	251
12. Uji Anava Perubahan <i>Pretest-Posttest</i> antara Ketiga Kelompok .	259
13. Uji Normalitas Ketiga Kelompok saat <i>Follow-up</i> .....	262
14. Uji Anava Perubahan <i>Posttest-Follow-up</i> antara Ketiga Kelompok .....	270
15. Uji Anava antar Waktu Pengukuran pada KE 1 .....	273
16. Uji Anava antar Waktu Pengukuran pada KE 2 .....	278
17. Uji Anava antar Waktu Pengukuran pada KK .....	283
18. Uji Reliabilitas Skala Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh .....	288
19. Data Uji Coba Skala Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh .....	292
20. Data KE 1 pada saat <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	295



21. Data KE 2 pada saat <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	298
22. Data KK pada saat <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Follow-up</i> .....	301
23. Surat Ijin Penelitian .....	304