

**Widyawati Hidayat (5040834). Konstruksi Sosial Tentang Kecantikan Fisik Seorang Perempuan (Penerapan *Bibliotherapy* pada Remaja Perempuan yang Mengalami *Body Dissatisfaction*) Skripsi Sarjana Starata 1 Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.**

### **ABSTRAK**

Masyarakat melalui media (iklan, televisi, majalah, dan lain sebagainya) menyebarkan idealisasi tubuh perempuan dengan menampilkan sosok perempuan cantik yang tinggi dan langsing. Hal ini tentunya membuat perempuan menjadi khawatir akan perubahan tubuhnya dan rentan mengalami *body dissatisfaction* karena dengan adanya media, perempuan menjadi lebih sering memperhatikan citra tubuhnya. Salah satu cara untuk mengurangi *body dissatisfaction* adalah dengan *bibliotherapy*. Dalam *bibliotherapy* ini, peneliti menggunakan bacaan dan literatur terkait lainnya untuk mengubah citra diri yang negatif, meningkatkan kepercayaan diri, dan menghilangkan perasaan kegemukan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah *bibliotherapy* efektif untuk menurunkan skor *body dissatisfaction* pada siswi SMU X.

Subyek penelitian (N=15) adalah siswi SMU X yang berusia 14-17 tahun, terdiri dari kelompok eksperimen I (N=5) yang mendapatkan *interactive bibliotherapy*, kelompok eksperimen II (N=5) yang mendapatkan *reading bibliotherapy*, dan kelompok kontrol sebagai *waiting list control group* (N=5). Subjek yang terpilih dalam kelompok eksperimen dan kontrol memiliki skor *body dissatisfaction* antara sedang sampai tinggi dan nilai IMT yang tergolong normal sampai kurus. Skor *body dissatisfaction* diukur dengan menggunakan angket *body dissatisfaction* yang akan diukur sebanyak tiga kali, yaitu pada sebelum, setelah, dan satu bulan setelah *treatment* berlangsung. Teknik analisis data menggunakan statistik parametrik dengan Uji Anava Satu Arah untuk membandingkan skor *body dissatisfaction* pada saat *pretest*, *posttest*, dan *follow up* antara kelompok eksperimen I, kelompok eksperimen II, dan kelompok kontrol.

Hasil uji Anava Satu Arah menunjukkan tidak adanya perbedaan perubahan ( $\Delta$ ) *pretest-posttest* skor *body dissatisfaction* (nilai sig=0.127) maupun perbedaan perubahan ( $\Delta$ ) *posttest-follow up* skor *body dissatisfaction* (nilai sig=0.713) pada KE I, KE II, dan KK. Selain itu juga diketahui tidak adanya perbedaan antara perubahan ( $\Delta$ ) *pretest-posttest* (nilai sig=0.056) dan ( $\Delta$ ) *posttest-follow up* skor *body dissatisfaction* (nilai sig=0.702) antara KE I dan KE II. Hal ini berarti penerapan *bibliotherapy*, baik *interactive bibliotherapy* maupun *reading bibliotherapy* belum dapat menurunkan skor *body dissatisfaction* siswi SMU X secara signifikan dan bertahan hingga satu bulan setelah *treatment*, meskipun sudah ada komitmen dari partisipan untuk menerima dirinya sendiri. Ketidakberhasilan *bibliotherapy* ini antara lain disebabkan karena materi yang terlalu padat dan terlalu banyaknya latihan, banyaknya target materi yang belum dicapai oleh partisipan, fasilitator yang kurang dapat menimbulkan *trust* di dalam kelompok diskusi sehingga partisipan menjadi kurang terbuka, kurangnya antusiasme dari partisipan yang ditunjukkan dengan kurangnya intensitas perhatian dan frekuensi keterlibatan partisipan dalam diskusi, serta adanya pengaruh dan persuasi yang lebih kuat berasal dari konstruksi sosial, media, keluarga, dan *significant person* partisipan. Selain itu, juga terdapat inkonsistensi dari peneliti dalam memandang fenomena *body dissatisfaction* sehingga mempengaruhi penyusunan materi *bibliotherapy*.

Kata kunci : *Body Dissatisfaction*, *interactive bibliotherapy*, *reading bibliotherapy*, remaja perempuan, konstruksi sosial.