

BAB 5

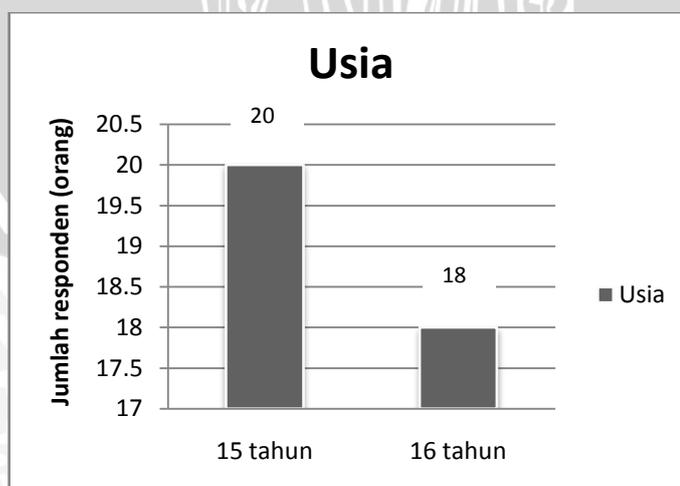
HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

Pada bab ini akan diuraikan hasil penelitian dan analisis data mengenai "Pengaruh Menulis Rasa Syukur Terhadap Penurunan Ketidakpuasan Citra Tubuh pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang". Pengambilan data dilakukan pada tanggal 13 Februari sampai tanggal 9 Maret 2015 di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang dengan responden sebanyak 38 orang.

5.1 Data Umum Karakteristik Responden

Data ini menggambarkan karakteristik responden yang ada di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang yang meliputi usia, Indeks Masa Tubuh, pekerjaan orang tua, pendapatan orang tua, hobi menulis, kebiasaan menghadapi dan menyelesaikan masalah, sedang menjalani diet dan seberapa sering melakukan olahraga.

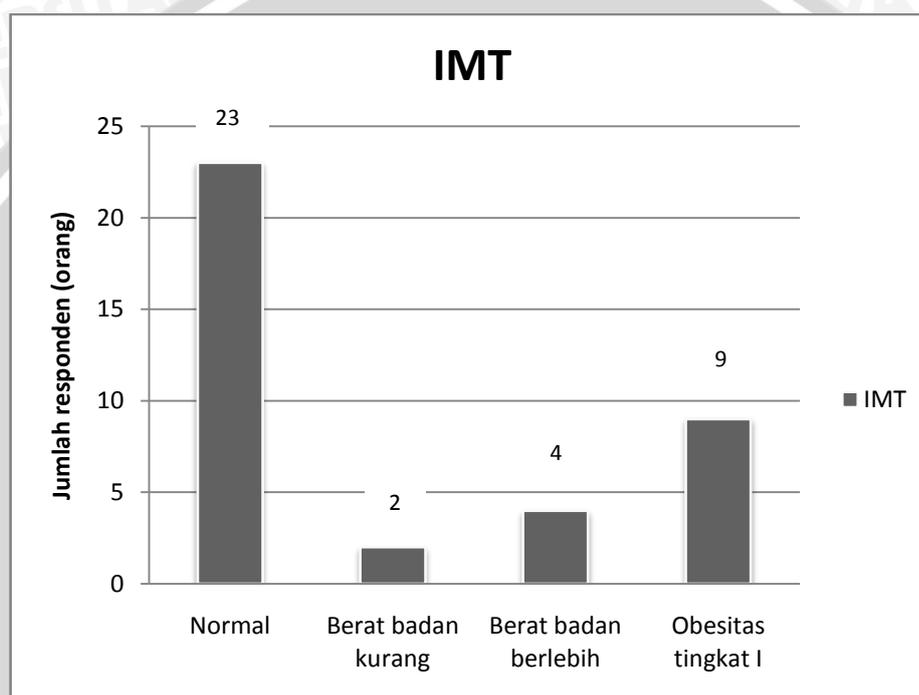
5.1.1 Usia



Gambar 5.1: Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

Berdasarkan gambar 5.1, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan presentase terbesar berusia 15 tahun yaitu sebanyak 20 siswa perempuan (53%).

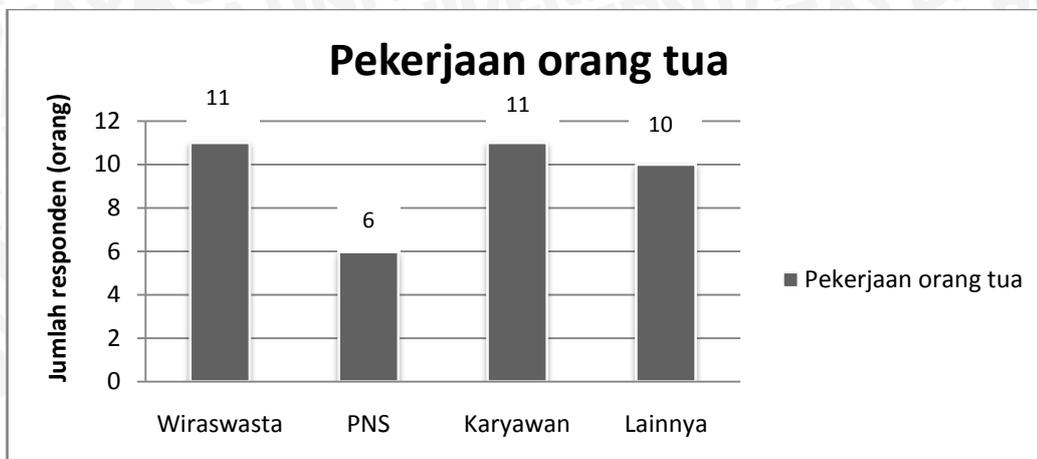
5.1.2 Indeks Masa Tubuh



Gambar 5.2: Distribusi frekuensi responden berdasarkan indeks masa tubuh

Berdasarkan gambar 5.2, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan indeks masa tubuh paling banyak yaitu pada tingkat normal sejumlah 23 siswa perempuan (60%), dan paling sedikit sejumlah 2 siswa perempuan (5%) mengalami berat badan kurang.

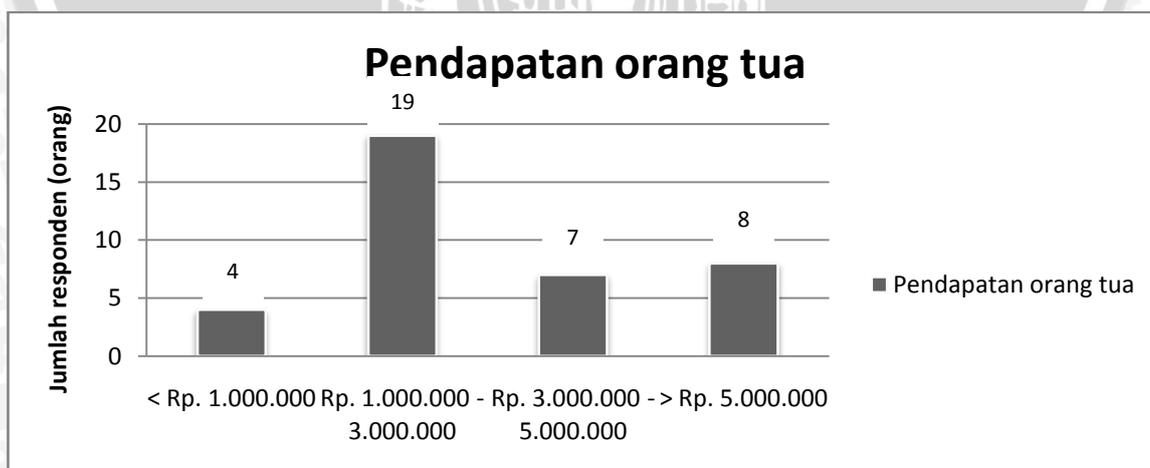
5.1.3 Pekerjaan Orang Tua



Gambar 5.3: Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan orang tua

Berdasarkan gambar 5.3, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan pekerjaan orang tua paling banyak berasal dari wiraswasta dan karyawan dengan jumlah masing-masing 11 siswa perempuan (29%), dan paling sedikit berasal dari PNS sebanyak 6 siswa perempuan (16%).

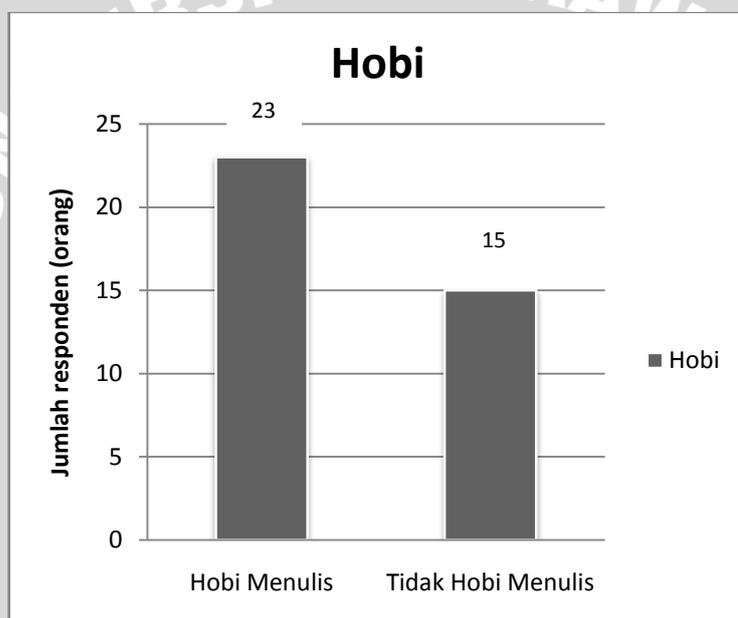
5.1.4 Pendapatan Orang Tua



Gambar 5.4: Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendapatan orang tua

Berdasarkan gambar 5.4, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan pendapatan orang tua paling banyak yaitu sebesar Rp. 1.000.000 – Rp. 3.000.000 dengan jumlah 19 siswa perempuan (50%), dan pendapatan orang tua paling sedikit sebesar < Rp. 1.000.000 dengan jumlah 4 siswa perempuan (11%).

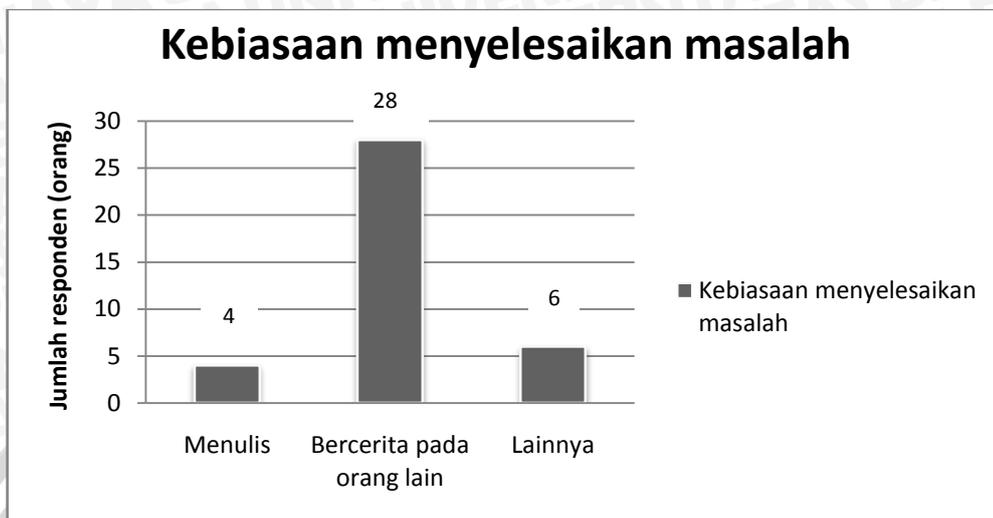
5.1.5 Hobi



Gambar 5.5: Distribusi frekuensi responden berdasarkan hobi menulis

Berdasarkan gambar 5.5, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan, sebanyak 23 siswa perempuan (61%) memiliki hobi menulis, dan sisanya yaitu sebanyak 15 siswa perempuan (39%) tidak memiliki hobi menulis.

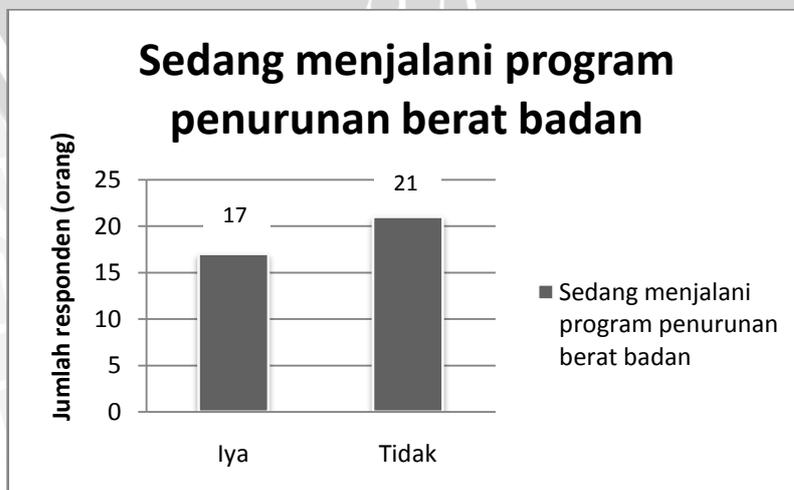
5.1.6 Kebiasaan dalam Menyelesaikan Masalah



Gambar 5.6: Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah

Berdasarkan gambar 5.6, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan, kebiasaan dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah paling banyak yang dilakukan oleh responden adalah dengan bercerita pada orang lain yaitu sebanyak 28 siswa perempuan (74%), dan paling sedikit dengan cara menulis sebanyak 4 siswa perempuan (10%).

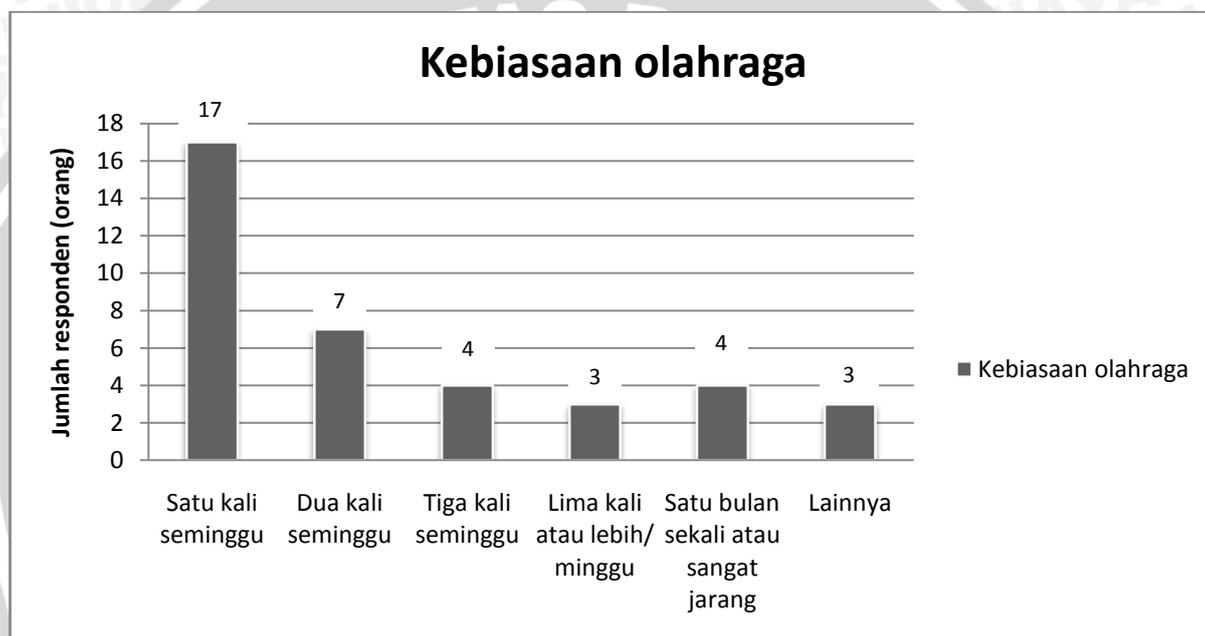
5.1.7 Sedang Menjalani Program Penurunan Berat Badan



Gambar 5.7: Distribusi frekuensi responden berdasarkan sedang menjalani program penurunan berat badan

Berdasarkan gambar 5.7, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan, sebanyak 21 siswa perempuan (55%) tidak sedang menjalani program penurunan berat badan dan sisanya yaitu sebanyak 17 siswa perempuan (45%) sedang menjalani program penurunan berat badan.

5.1.8 Kebiasaan Olahraga



Gambar 5.8: Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan olahraga

Berdasarkan gambar 5.8, pada responden penelitian yang berjumlah 38 siswa perempuan, kebiasaan olahraga yang paling banyak dilakukan adalah satu kali dalam seminggu sebanyak 17 siswa perempuan (45%). Dan paling sedikit dilakukan adalah lima kali atau lebih/minggu dan lainnya yaitu sebanyak 3 siswa perempuan (8%). Kebiasaan olahraga lainnya yaitu waktunya tidak menentu, sesuai keinginan responden dan jika responden ada teman.

5.2 Data Khusus

5.2.1 Hasil Pengukuran Ketidakpuasan Citra Tubuh Sebelum Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

Sebelum menulis rasa syukur, dilakukan pengukuran ketidakpuasan citra tubuh kepada 38 siswa perempuan dengan menggunakan kuesioner BSQ. Hasil yang didapat adalah sebagai berikut :

Tabel 5.1 Distribusi Skor Ketidakpuasan Citra Tubuh Sebelum Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

	n	Median	Minimum	Maximum
pretest	38	54.50	41	85

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa ketidakpuasan citra tubuh responden sebelum menulis rasa syukur rata – rata 57.45 dengan nilai median 54.50, minimum 41 dan maksimum 85.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Ketidakpuasan Citra Tubuh Sebelum Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

Tingkat Ketidakpuasan	Pretest	
	n	%
Normal	0	0%
Ketidakpuasan ringan	15	40%
Ketidakpuasan sedang	16	42%
Ketidakpuasan tinggi	7	18%

Berdasarkan data hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa dari 38 responden yang diteliti didapatkan bahwa responden paling banyak mengalami ketidakpuasan sedang sebanyak 16 responden (42%), dan paling sedikit mengalami ketidakpuasan berat sebanyak 7 responden (18%).

5.2.2 Hasil Pengukuran Ketidakpuasan Citra Tubuh Setelah Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

Setelah menulis rasa syukur, dilakukan pengukuran ketidakpuasan citra tubuh kepada 38 siswa perempuan dengan menggunakan kuesioner BSQ. Hasil yang didapat adalah sebagai berikut :

Tabel 5.3 Distribusi Skor Ketidakpuasan Citra Tubuh Setelah Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

	n	Median	Minimum	Maximum
posttest	38	42.00	20	87

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa ketidakpuasan citra tubuh responden setelah menulis rasa syukur rata – rata 48.32 dengan nilai median 42.00, minimum 20 dan maksimum 87.

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Ketidakpuasan Citra Tubuh Setelah Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

Tingkat Ketidakpuasan	Posttest	
	n	%
Normal	15	40%
Ketidakpuasan ringan	8	21%
Ketidakpuasan sedang	5	13%
Ketidakpuasan berat	10	26%

Berdasarkan data hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa dari 38 responden yang diteliti didapatkan bahwa paling banyak responden dalam rentang normal sebanyak 15 responden (40%), dan paling sedikit responden mengalami ketidakpuasan sedang sebanyak 5 responden (13%).

5.2.3 Perbedaan Ketidakpuasan Citra Tubuh Sebelum dan Setelah Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

Untuk melihat pengaruh menulis rasa syukur terhadap penurunan ketidakpuasan citra tubuh, peneliti menggunakan uji wilcoxon karena data tidak berdistribusi normal.

Tabel 5.5 Analisis Skor Ketidakpuasan Citra Tubuh Sebelum dan Setelah Menulis Rasa Syukur pada Remaja Perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang

	Z	P
<i>Pretest</i>	-3.553	.000
<i>Posttest</i>		

Nilai $p < \alpha$ (0.05) maka H1 diterima, ini menyatakan bahwa ada pengaruh menulis rasa yukur terhadap penurunan ketidakpuasan citra tubuh pada remaja perempuan di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang. Nilai Z sebesar -3.553 artinya terjadi penurunan ketidakpuasan sebelum dan setelah menulis rasa syukur.

Berdasarkan data hasil penelitian tentang pretest dan posttest, dari 38 responden didapatkan peningkatan jumlah responden yang normal dari 0 menjadi 15 responden (40%), penurunan jumlah responden yang mengalami ketidakpuasan ringan dari 15 menjadi 8 responden (19%), penurunan jumlah responden yang mengalami ketidakpuasan sedang dari 16 menjadi 5 responden (29%), dan peningkatan jumlah responden yang mengalami ketidakpuasan berat dari 7 menjadi 10 responden (8%).

