

**PENGEMBANGAN PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN
KLASIKAL UNTUK MEMBANGUN CITRA TUBUH
YANG POSITIF MELALUI LITERASI MEDIA
PADA REMAJA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Oleh:

IZEBELLE ANGELA ROSSABETH

1106618074

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2023

PENGEMBANGAN PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL UNTUK MEMBANGUN CITRA TUBUH YANG POSITIF MELALUI LITERASI MEDIA PADA REMAJA

Izebelle Angela Rossabeth

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan program layanan bimbingan klasikal untuk membangun citra tubuh yang positif pada remaja melalui literasi media. Model pengembangan yang digunakan, *Design-Based Research* (DBR) oleh McKenney dan Reeves (2012) yang terdiri dari tiga tahapan proses penelitian yaitu: (1) analisis dan eksplorasi, (2) desain dan konstruksi, dan (3) evaluasi dan refleksi. Dalam memperoleh hasil data penelitian, tahap pertama dilakukan observasi dan menyebarkan angket menggunakan instrumen citra tubuh *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) oleh Thomas F. Cash (2018). Hasil penelitian menunjukkan dari total 139 siswa SMA, 1% siswa merasa sangat tidak puas dengan tubuhnya, 24% siswa tidak puas dengan tubuhnya, 74% siswa puas dengan tubuhnya dan 1% siswa sangat puas dengan tubuhnya. Tahap kedua membuat rancangan Pengembangan Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Membangun Citra Tubuh yang Positif melalui Literasi Media pada Remaja yang berisi panduan bagi guru BK, landasan pembuatan program, sistem penyampaian, sistem manajemen (*Action Plan* dan Rencana Pelaksanaan Layanan), pertanggung jawaban, dan penutup. Tahap ketiga adalah menguji materi bersama dosen uji ahli dan guru BK pada jenjang SMA untuk uji pengguna. Program yang dikembangkan ini dinyatakan layak setelah melewati tahap uji ahli materi yaitu dengan skor 71,5% (Layak) dan uji pengguna dengan skor 84,4% (Sangat Layak) untuk digunakan oleh Guru BK. Maka rancangan pengembangan program layanan bimbingan klasikal untuk membangun citra tubuh yang positif melalui literasi media pada remaja dianggap sangat layak untuk diuji coba, sehingga implikasinya dapat menjadi pilihan dalam pencegahan dan penanganan yang mempengaruhi tugas perkembangan siswa untuk penerimaan diri dan lingkungan sosial.

Kata Kunci: Citra Tubuh, Literasi Media, Remaja, dan Layanan Bimbingan Klasikal

**DEVELOPMENT OF CLASSROOM GUIDANCE SERVICE
PROGRAM TO BUILD POSITIVE BODY IMAGE THROUGH MEDIA
LITERACY IN ADOLESCENTS**

Izabelle Angela Rossabeth

ABSTRACT

This study aims to develop a classroom guidance service program to promote a positive body image among teenagers through media literacy. The developmental model employed is Design-Based Research (DBR) by McKenney and Reeves (2012), consisting of three stages of research: (1) analysis and exploration, (2) design and construction, and (3) evaluation and reflection. In acquiring research data, first, involved observation and distribution of a questionnaire using the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS) (Thomas F. Cash, 2018). The research results indicated that out of a total of 139 high school students, 1% felt very dissatisfied, 24% were dissatisfied, 74% were satisfied, and 1% were very satisfied. Second, involved the creation of a design for the Development of a Classroom Guidance Service Program to Promote Positive Body Image through Media Literacy among Adolescents. This design included guidelines for school counselors, the foundation for program creation, delivery systems, management systems, accountability, and conclusion. Third, entailed testing the material with expert reviewers and school counselors for user testing. The developed program was deemed appropriate after passing the expert material review stage with a score of 71.5% (Appropriate) and the user testing with a score of 84.4% (Very Appropriate). Therefore, the design for the development of a classroom guidance service program to promote a positive body image among teenagers through media literacy is considered highly suitable for experimentation. As a result, it could be an option in prevention and intervention efforts that influence students' self-acceptance and social for their developmental tasks.

Keywords: *Body Image, Media Literacy, Adolescents, and Classroom Guidance Service*

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Judul : Pengembangan Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk
Membangun Citra Tubuh yang Positif Melalui Literasi Media
pada Remaja

Nama Mahasiswa : Izebelle Angela Rossabeth

Nomor Registrasi : 1106618074

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

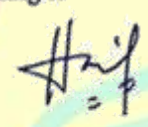
Tanggal Ujian : 24 Agustus 2023

Pembimbing I




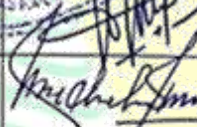
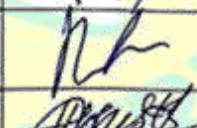
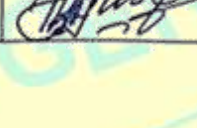

Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons.
NIP. 197211231998022001

Pembimbing II



Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons.
NIP. 197908192005012002

PANITIA UJIAN/SIDANG SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd. (Penanggung Jawab)*		01-09-2023
Dr. Wirda Hanim, M.Psi. (Wakil penanggung jawab)**		01-09-2023
Dra. Michiko Mamesah., M.Psi. (Ketua Penguji)***		29-08-2023
Dr. Ahmad Rifqy, S.Pd., M.Pd. (Anggota)****		28-08-2023
Dra. Dewi Justitia, M.Pd., Kons. (Anggota)****		29-08-2023

Catatan:

- * Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
- ** Pembantu Dekan I
- *** Ketua Penguji
- **** Dosen Penguji selain Pembimbing dan Ketua Penguji

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Izebelle Angela Rossabeth
No. Registrasi : 1106618074
Program Studi : S1 Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Pengembangan Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Membangun Citra Tubuh yang Positif melalui Literasi Media pada Remaja” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh peneliti sendiri, berdasarkan daya yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan September 2022 – Agustus 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 20 Agustus 2023



Izebelle Angela Rossabeth

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Izabelle Angela Rossabeth Sitompul
NIM : 1106618071
Fakultas/Prodi : Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling
Alamat email : izabelle.rossabeth@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengembangan Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Membangun
Citra Tubuh yang Positif melalui Literasi Media pada Remaja

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 18 September 2023

Penulis

(Izabelle Angela Rossabeth)
nama dan tanda tangan

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Just go with the flow and enjoy life”

Skripsi dipersembahkan oleh peneliti untuk orang-orang yang peneliti sayangi dan cintai, yaitu:

1. Ayah dan ibu, Saut Sitompul dan Martha Gultom, yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan, nasihat, dan doa kepada peneliti
2. Keluarga besar Op. D. Sitompul dan Op. Vanda Gultom, abang, kakak, tulang, nantulang, bapatua, inangtua, namboru, amangboru, dan para ponakan, yang selalu memberikan nasihat dan doa kepada peneliti
3. *Underground*, selaku sahabat yang bertumbuh bersama sejak kecil, Damaris Frecilya, Indah Grace, Kevin Haposan, Lasmarito Olivia, Mega Oktaviani, Samuel Kevin, dan Sintha Rumondang, yang selalu memberikankan dukungan, semangat, dan berusaha menghibur peneliti selama proses penyusunan skripsi hingga selesai.
4. *Grup Trip 0 Rupiah*, Salsabila Umar dan Azhima Azzahra, sesama teman seperjuangan yang mengalami masa-masa sulit dalam penyusunan laporan PKM hingga skripsi, yang juga selalu saling memberikan motivasi dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
5. Teman-teman BK Angkatan 2018 yang berjuang bersama sejak semester awal perkuliahan di program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkah dan karunia-nya saya dapat menyelesaikan skripsi.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa terselesaikannya skripsi ini bukan semata-mata atas hasil kerja keras peneliti sendiri. Dukungan dari berbagai pihak khususnya dari para pembimbing mendorong peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Maka dari itu, peneliti ingin mengucapkan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada kepada berbagai pihak.

Pertama kepada Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan berbagai pengalaman kepada peneliti dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi

Kedua, kepada Prof. Dr. Fahrurrozi, M. Pd., dan Dr. Wirda Hanim, M. Psi selaku Dekan dan Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberi izin untuk melaksanakan penelitian

Ketiga, kepada Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons. Selaku Koordinator Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta dan dosen penasihat akademik yang membantu peneliti dalam memberikan dukungan emosional selama proses penyusunan skripsi

Keempat, kepada Segenap dosen Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah dan seluruh staf yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.

Khususnya kepada, Guru BK, Wakil Kurikulum, dan para pegawai SMAN 44 Jakarta Timur yang selalu bersedia dan hadir untuk membantu saya dalam menyelesaikan penelitian skripsi

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi civitas akademika Universitas Negeri Jakarta. Terima Kasih.

Jakarta, 20 Agustus 2023

Peneliti,

Izebelle Angela Rossabeth



DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRACT</i>	<i>iii</i>
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Konsep dari Produk yang Dikembangkan.....	7
1. Citra Tubuh (<i>Body Image</i>).....	7
2. Literasi Media.....	12
3. Perkembangan Remaja.....	16
4. Bimbingan Klasikal.....	20

B. Kerangka Berpikir	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Tujuan Penelitian.....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian	25
1. Tempat Penelitian.....	25
2. Waktu Penelitian:	25
C. Metode Penelitian.....	26
D. Prosedur Pengembangan	26
1. Analisis dan Eksplorasi	26
2. Desain dan Konstruksi	33
3. Evaluasi dan Refleksi	34
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Teknik Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Analisis dan Eksplorasi	40
B. Desain dan Konstruksi	48
C. Evaluasi dan Refleksi	61
D. Keterbatasan Penelitian	64
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Implikasi.....	66
C. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian.....	25
Tabel 3.2 Topik Diskusi Orientasi Awal	27
Tabel 3.3 Daftar Topik Literatur.....	30
Tabel 3.4 Daftar Perencanaan	31
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh	36
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Keterampilan Literasi Media.....	37
Tabel 3.7 Uji Reliabilitas	39
Tabel 3.8 Kategori Persentase Penilaian.....	39
Tabel 4.1 Hasil SWOT Lapangan.....	42
Tabel 4.2 Hasil Penelitian Per-Aspek	43
Tabel 4.3 Desain Pementaan Solusi.....	50
Tabel 4.4 Kerangka Program Bimbingan Klasikal	52
Tabel 4.5 Pembuatan Konsep dan Perencanaan	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir..... 24



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Adaptasi Instrumen.....	75
Lampiran 2. Instrumen Multidimensional Body Self Relation Questionnaire- Appearance Scale (MBSRQ) dan Hasil Validitas Instrumen	80
Lampiran 3. Perbaikan Item Multidimensional Body Self Relation Questionnaire- Appearance Scale (MBSRQ-AS).....	86
Lampiran 4. Pedoman dan Hasil Wawancara Guru BK	88
Lampiran 5. Pedoman dan Hasil Wawancara Professional	90
Lampiran 6. Pedoman dan Hasil Wawancara Jejaring (Influencer Kecantikan).....	93
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian	96
Lampiran 8. Hasil Pengembangan Produk Atau Program.....	97
Lampiran 9. Hasil Uji Ahli Materi.....	98
Lampiran 10. Hasil Uji Pengguna.....	116
Lampiran 11. Hasil Uji Turnitin	205
Lampiran 12. Matriks Revisi Pasca Sidang Skripsi.....	206
Lampiran 13. Daftar Riwayat Hidup	209