

Lampiran 1

A. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan Usia

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
Usia	21	1 1,96%	2 3,92%	3 5,88%
	22	5 9,80%	5 9,80%	10 19,60%
	23	4 7,84%	3 5,88%	7 13,72%
	24	3 5,88%	6 11,76%	9 17,64%
	25	4 7,84%	6 11,76%	10 19,60%
	26	0 0%	1 1,96%	1 1,96%
	27	1 1,96%	4 7,84%	5 9,80%
	28	3 5,88%	2 3,92%	5 9,80%
	29	0 0%	1 1,96%	1 1,96%
	Total	21 41,17%	30 58,83%	51 100%

B. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan Pekerjaan

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
Pekerjaan	Mahasiswa	7 13,72%	6 11,76%	13 25,48%
	Pegawai	10 19,60%	17 33,33%	27 52,93%
	Atlet	1 1,96%	1 1,96%	2 3,92%
	Peragawan/Model	2 3,92%	1 1,96%	3 5,88%
	Wiraswasta	1 1,96%	4 7,84%	5 9,80%
	Lain-lain	0 0%	1 1,96%	1 1,96%
	Total	21 41,17%	30 58,83%	51 100%

C. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan Kebiasaan Olahraga Teratur

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
Kebiasaan Olahraga Teratur	Teratur	51 100%	0 0%	51 100%
	Tidak Teratur	0 0%	0 0%	0 0%
	Total	51 100%	0 0%	51 100%

D. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan Rutinitas Fitness

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
Rutinitas Fitness	Rutin	19 37,25%	29 56,86%	48 94,11%
	Tidak Rutin	2 3,92%	1 1,96%	3 5,88%
	Total	21 41,17%	30 58,82%	51 100%

E. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan Cultural Socialization

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
<i>Cultural Socialization</i>	Tinggi	11 44%	14 56%	25 100%
	Rendah	10 38,46%	16 61,54%	26 100%

F. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan Physical Characteristic

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
<i>Physical Characteristic</i>	Menarik	19 86,36%	3 13,64%	22 100%
	Tidak Menarik	2 6,89%	27 93,11%	29 100%

G. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan *Personality Attributes*

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
<i>Personality Attributes</i>	Tinggi	8 47,05%	9 52,94%	17 100%
	Rendah	13 38,23%	21 61,77%	34 100%

H. Tabulasi Silang antara *Body Image* dan *Interpersonal Experience*

		<i>Body Image</i>		Total
		Positif	Negatif	
<i>Interpersonal Experience</i>	Positif	4 33,33%	8 66,67%	12 100%
	Cenderung Positif	16 44,44%	20 55,56%	36 100%
	Cenderung Negatif	1 33,33%	2 66,67%	3 100%
	Negatif	0 0%	0 0%	0 0%

Lampiran 3

Hasil Uji Validitas Kuesioner *Body Image*

	No. Item	Korelasi Spearman	Kesimpulan
<i>Body Evaluation</i>	1	0,561	Terima
	2	0,490	Terima
	3	0,462	Terima
	4	0,472	Terima
	5	0,561	Terima
	6	0,488	Terima
	7	0,546	Terima
	8	0,450	Terima
	9	0,440	Terima
	10	0,657	Terima
	11	0,400	Terima
	12	0,652	Terima
	13	0,447	Terima
	14	0,467	Terima
	15	0,553	Terima
	16	0,483	Terima
	17	0,424	Terima
	18	0,476	Terima
	19	0,479	Terima
	20	0,594	Terima
	21	0,634	Terima
	22	0,479	Terima
	23	0,614	Terima
	24	0,732	Terima
	25	0,492	Terima
	26	0,495	Terima
	27	0,516	Terima
	28	0,017	<i>Tolak</i>
	29	0,405	Terima
	30	0,486	Terima

	No. Item	Korelasi Spearman	Kesimpulan
<i>Body Investment</i>	1	0,447	Terima
	2	0,468	Terima
	3	0,501	Terima
	4	0,455	Terima
	5	0,412	Terima
	6	0,430	Terima
	7	0,551	Terima
	8	0,444	Terima
	9	0,434	Terima
	10	0,566	Terima
	11	0,571	Terima
	12	0,487	Terima
	13	0,526	Terima
	14	0,654	Terima
	15	0,705	Terima
	16	0,682	Terima
	17	0,712	Terima
	18	0,674	Terima
	19	0,638	Terima
	20	0,617	Terima
	21	0,540	Terima
	22	0,544	Terima
	23	0,434	Terima
	24	0,036	<i>Tolak</i>
	25	0,537	Terima
	26	0,489	Terima
	27	0,520	Terima
	28	0,424	Terima
	29	0,451	Terima
	30	0,124	<i>Tolak</i>

Lampiran 4

KUESIONER BODY EVALUATION

Petunjuk:

Berikut ini Saudara diminta untuk memberikan jawaban berdasarkan penilaian Saudara terhadap penampilan fisik, kebugaran dan kesehatan tubuh Saudara. Berikanlah jawaban Saudara dengan memberikan tanda checklist (\surd) pada salah satu kolom yang paling mewakili keadaan tubuh Saudara. Tidak ada jawaban yang salah jika jawaban tersebut sesuai dengan keadaan diri Saudara.

Adapun pilihan jawaban yang disediakan adalah sebagai berikut:

- Sangat Puas** : jika bagian tubuh tersebut ideal, dengan kata lain **tidak memiliki kekurangan apapun** sehingga merasa sangat puas dengan bagian tubuh tersebut.
- Puas** : jika bagian tubuh tersebut hampir ideal, dengan kata lain **memiliki sedikit kekurangan yang bisa diabaikan** sehingga merasa puas dengan bagian tubuh tersebut.
- Tidak Puas** : jika bagian tubuh tersebut tidak ideal, dengan kata lain **memiliki sedikit kekurangan yang cukup mengganggu** sehingga merasa tidak puas dengan bagian tubuh tersebut.
- Sangat Tidak Puas** : jika bagian tubuh tersebut sangat tidak ideal, dengan kata lain **banyak kekurangan yang sangat mengganggu** sehingga merasa sangat tidak puas dengan bagian tubuh tersebut.

No.	Bagian Tubuh	Sangat Puas	Puas	Tidak Puas	Sangat Tidak Puas
1	Wajah secara keseluruhan				
2	Kondisi kulit wajah				
3	Mata (bentuk, warna)				
4	Hidung (bentuk)				
5	Bibir (bentuk)				
6	Gigi (warna, susunan)				
7	Dagu (bentuk, ukuran)				
8	Rambut (warna, tebal, tekstur)				
9	Kulit				
10	Bokong				
11	Lingkar pinggul				
12	Lingkar pinggang				
13	Leher				
14	Otot Dada				
15	Otot Perut				
16	Punggung				
17	Otot Lengan				
18	Bahu				
19	Otot Kaki				
20	Tinggi badan				
21	Berat badan				
22	Penampilan secara keseluruhan				
23	Kekuatan fisik				
24	Daya tahan fisik				
25	Kemampuan atletik				
26	Kebugaran tubuh				
27	Pola hidup teratur				
28	Perhatian terhadap penyakit				
29	Konsumsi makanan sehat				
30	Kesehatan tubuh				

KUESIONER BODY INVESTMENT

Petunjuk:

Berikut ini Saudara diminta untuk memberikan jawaban berdasarkan penilaian Saudara terhadap penampilan fisik, kebugaran dan kesehatan tubuh Saudara. Berikanlah jawaban Saudara dengan memberikan tanda checklist (\surd) pada salah satu kolom yang paling mewakili keadaan tubuh Saudara. Tidak ada jawaban yang salah jika jawaban tersebut sesuai dengan keadaan diri Saudara.

Adapun pilihan jawaban yang disediakan adalah sebagai berikut:

Sangat Penting : jika Saudara pikir kondisi tersebut **sangat penting** bagi Saudara. Dengan kata lain Saudara akan berusaha sangat keras untuk mempertahankan kondisi tersebut.

Penting : jika Saudara pikir kondisi tersebut **penting** bagi Saudara. Dengan kata lain Saudara akan berusaha keras untuk mempertahankan kondisi tersebut.

Tidak Penting : jika Saudara pikir kondisi tersebut **tidak penting** bagi Saudara. Dengan kata lain Saudara jarang berusaha untuk mempertahankan kondisi tersebut.

Sangat Tidak Penting : jika Saudara pikir kondisi tersebut **sangat tidak penting** bagi Saudara. Dengan kata lain Saudara tidak berusaha sama sekali untuk mempertahankan kondisi tersebut.

No.	Bagian Tubuh	Sangat Penting	Penting	Tidak Penting	Sangat Tidak Penting
1	Wajah secara keseluruhan				
2	Kondisi kulit wajah				
3	Mata (bentuk, warna)				
4	Hidung (bentuk)				
5	Bibir (bentuk)				
6	Gigi (warna, susunan)				
7	Dagu (bentuk, ukuran)				
8	Rambut (warna, tebal, tekstur)				
9	Kulit				
10	Bokong				
11	Lingkar pinggul				
12	Lingkar pinggang				
13	Leher				
14	Otot Dada				
15	Otot Perut				
16	Punggung				
17	Otot Lengan				
18	Bahu				
19	Otot Kaki				
20	Tinggi badan				
21	Berat badan				
22	Penampilan secara keseluruhan				
23	Kekuatan fisik				
24	Daya tahan fisik				
25	Kemampuan atletik				
26	Kebugaran tubuh				
27	Pola hidup teratur				
28	Perhatian terhadap penyakit				
29	Konsumsi makanan sehat				
30	Kesehatan tubuh				

Lampiran 5

Majalah *Men's Health*

Salah satu dari media informasi yang menyajikan artikel-artikel dan gambar mengenai tubuh ideal adalah majalah *Men's Health*. Majalah yang dipublikasikan pertama kali pada tahun 1987 oleh Rodale Press di kota Emmaus, negara bagian Pennsylvania, Amerika Serikat, adalah majalah gaya hidup laki-laki terbanyak sirkulasinya di dunia. Majalah ini memberikan pembacanya berbagai informasi mengenai kesehatan tubuh, bentuk tubuh ideal, kehidupan seks, hingga gaya hidup pria. Beberapa artikelnya secara rutin memuat cara pembentukan dan pengencangan tubuh melalui program *fitness*, olahraga, diet dan nutrisi. Gambar-gambar yang dirampilkan memberikan ekspektasi sosial mengenai bentuk tubuh pria yang ideal. Hingga kini *Men's Health* terbit dalam 36 edisi tersebar di 48 negara (www.rodale.com, Januari, 2006).

Pada tahun 1995 majalah ini terbit di Inggris dan sejak tahun 1997 memiliki *franchise* di 32 negara dan diterbitkan dalam 5 bahasa. Di Indonesia, majalah *Men's Health* terbit sejak September 2001. Majalah ini memposisikan dirinya sebagai majalah gaya hidup pria yang memberikan informasi dalam bentuk tips dan saran mengenai validitas tubuh, kesehatan, seks, *fashion*, karir, dan berbagai topik lainnya. Majalah ini memiliki tiras 45.000 eksemplar setiap bulannya ke seluruh Indonesia. Dalam setiap edisinya, majalah ini memiliki komposisi sebagai berikut: kebugaran (*fitness*) 20%, kesehatan 20%, *fashion* 15%, seks 15%, diet dan nutrisi 10%, psikologi 10%, keluarga 7%, dan lain-lain 3%. Rentang usia target pasar *Men's Health* ialah 20-40 tahun dengan mayoritas pelanggannya berusia 25-29 tahun (33%).