DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PERNYATAAN

LEMBAR PERSEMBAHAN

ABSTRAK i

***ABSTRACT* ..... ii**

KATA PENGANTAR iii

DAFTAR ISI vii

DAFTAR TABEL viii

DAFTAR GAMBAR ix

DAFTAR LAMPIRAN xi

BAB I PENDAHULUAN 1

1.1 Latar Belakang Masalah 1

1.2 Rumusan Masalah 8

1.2.1 Rumusan Masalah Makro 8

1.2.2 Rumusan Masalah Mikro 8

1.3 Maksud dan Tujuan Penulisan 9

1.3.1 Maksud Penelitian 9

1.3.2 Tujuan Penelitian 9

1.4 Kegunaan Penelitian..... 10

1.4.1 Kegunaan Teoritis 10

1.4.2 Kegunaan Praktis 11

BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN 12

2.1 Tinjauan Pustaka..... 12

2.1.1 Tinjauan Tentang Penelitian Sebelumnya 12

2.1.2 Tinjauan Tentang Komunikasi 15

2.1.2.1 Definisi Komunikasi 15

2.1.2.2 Tujuan Komunikasi 17

2.1.2.3 Fungsi Komunikasi 18

2.1.2.4 Unsur Komunikasi 19

2.1.2.5 Sifat-sifat Komunikasi 20

2.1.2.6 Proses Komunikasi 20

2.1.2.7 Konteks Komunikasi 22

2.1.3 Tinjauan Tentang Komunikasi Intrapersonal 23

2.1.3.1 Sistem Komunikasi Intrapersonal 24

2.1.4 Tinjauan Tentang *Adult Coloring Book* 38

2.1.5 Tinjauan Tentang Media 39

2.1.6 Tinjauan Tentang Stres 40

2.1.6.1 Gejala-gejala Stres 40

2.1.6.2 Sumber-sumber Stres 41

2.1.6.3 Tingkat-tingkat Stres 42

2.2 Kerangka Pemikiran 44

BAB III METODE PENELITIAN 51

3.1 Desain Penelitian..... 51

3.2 Teknik Penentuan Informan 55

3.2.1 Informan Utama 55

3.2.2 Informan Pendukung 56

3.3 Teknik Pengumpulan Data 57

3.3.1 Studi Pustaka 57

3.3.2 Studi Lapangan 58

3.4 Uji Keabsahan Data 60

3.5 Teknik Analisa Data 62

3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian 65

3.6.1 Lokasi Penelitian 65

3.6.2 Waktu Penelitian 65

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 67

4.1 Hasil Penelitian 67

4.1.1 Gambaran Mengenai *Adult Coloring Book* 71

4.1.1.1 Sejarah *Adult Coloring Book* 73

4.1.1.2 Sejarah *Adult Coloring Book* di Indonesia 75

4.1.2 Deskripsi Informan Penelitian 76

4.1.2.1 Informan Penelitian 78
4.1.2.2 Hasil Pengamatan 86
4.1.3 Analisa Hasil Penelitian 96
4.1.3.1 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Sensasi untuk Mengurangi Stres 96
4.1.3.2 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Persepsi untuk Mengurangi Stres 100
4.1.3.3 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Memori untuk Mengurangi Stres 105
4.1.3.4 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Proses Berpikir untuk Mengurangi Stres 107
4.2 Pembahasan 111
4.2.1 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Sensasi untuk Mengu--rangi Stres 113
4.2.2 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Persepsi untuk Mengu--rangi Stres 117
4.2.3 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Memori untuk Mengu--rangi Stres 124
4.2.4 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Proses Berpikir untuk Mengurangi Stres..... 127

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 134
5.1 Kesimpulan 134

5.1.1 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Sensasi untuk Mengu-
-rangi Stres 134
5.1.2 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Persepsi untuk Mengu-
-rangi Stres 134
5.1.3 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Memori untuk Mengu-
-rangi Stres 135
5.1.4 *Adult Coloring Book* dalam Membentuk Proses Berpikir untuk
Mengurangi Stres..... 135
5.2 Saran 136
5.2.1 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya 137
5.2.2 Saran untuk UNIKOM 138

Daftar Pustaka 139

Lampiran-lampiran 144

Daftar Riwayat Hidup 205

DAFTAR TABEL

hal

Tabel 2.1	Tinjauan Penelitian Terdahulu	12
Tabel 3.1	Informan Utama	56
Tabel 3.2	Informan Pendukung	57
Tabel 3.3	Tabel Penelitian	66
Tabel 4.1	Tabel Observasi Penelitian	68
Tabel 4.2	Jadwal Wawancara dengan Informan Penelitian	77

DAFTAR GAMBAR

hal

Gambar 1.1 Rak Khusus *Adult Coloring Book* di Toko Buku Gramedia 2

Gambar 2.1 Model Alur Pemikiran 50

Gambar 3.1 Komponen-Komponen Analisis Data : Model Kualitatif ... 65

Gambar 4.1 Novia Hardianty 78

Gambar 4.2 Fahman Zaelani 80

Gambar 4.3 Mira Zahra Aprilia 82

Gambar 4.4 Saktiyono Budi Purwoko, M.Psi, Psikolog 85

Gambar 4.5 Novia saat Menunjukkan *Adult Coloring Book* 87

Gambar 4.6 *Adult Coloring Book* di Gramedia Istana Plaza Bandung... 88

Gambar 4.7 *Adult Coloring Book* dalam Rak Buku Laris 90

Gambar 4.8 Novia saat Mewarnai *Adult Coloring Book* 91

Gambar 4.9 Hasil Mewarnai Novia 92

Gambar 4.10 Fahman saat Mewarnai *Adult Coloring Book* 93

Gambar 4.11 Hasil Mewarnai Fahman 94

Gambar 4.12 Mira saat Mewarnai *Adult Coloring Book* 95

Gambar 4.13 Proses Pembentukan Sensasi *Adult Coloring Book* 116

Gambar 4.14 Proses Pembentukan Persepsi *Adult Coloring Book* 123

Gambar 4.15 Proses Pembentukan Memori *Adult Coloring Book* 127

Gambar 4.16 Proses Berpikir *Adult Coloring Book* 132

Gambar 4.17 Proses *Adult Coloring Book* sebagai Media Komunikasi In-

-trapersonal 133

DAFTAR LAMPIRAN

hal

Lampiran 1 : Surat Persetujuan Menjadi Pembimbing 145

Lampiran 2 : Berita Acara Bimbingan 146

Lampiran 3 : Surat Rekomendasi Seminar Usulan Penelitian 147

Lampiran 4 : Surat Pengajuan Pendaftaran Seminar Usulan Penelitian 148

Lampiran 5 : Lembar Revisi Usulan Penelitian 149

Lampiran 6 : Surat Rekomendasi Sidang Sarjana 150

Lampiran 7 : Surat Pengajuan Pendaftaran Sidang Sarjana 151

Lampiran 8 : Lembar Revisi Sidang Skripsi 152

Lampiran 9 : Pedoman Observasi 153

Lampiran 10 : Hasil Observasi 155

Lampiran 11 : Pedoman Wawancara 160

Lampiran 12 : Lembar Identitas Informan Penelitian 163

Lampiran 13 : Transkrip Wawancara 167

Lampiran 14 : Dokumentasi Penelitian 199