

ABSTRAK

Judul : Hubungan Intensitas Menonton Program Berita Investigasi *Criminal Case* Dan Tingkat Kecemasan Dengan Persepsi Masyarakat Mengenai *Women Self Defense*
Nama : Rakanita Oktaviani Hadi Saputri
NIM : 14030111130033

Penelitian ini dilatar belakangi oleh semakin banyaknya kasus kriminalitas yang menimpa perempuan, seperti pembunuhan, kekerasan dalam rumah tangga, penjangbretan, kekerasan seksual, dan pemerkosaan. Kasus-kasus ini sering kita lihat di televisi. Tidak hanya berita kriminal dengan durasi 3 menit saja, tapi juga dibuat berita investigasinya. Hal ini membuat masyarakat menjadi cemas. Banyaknya pemberitaan seperti ini seharusnya membuat masyarakat berpikir tentang pentingnya self defense, atau biasa disebut dengan women self defense bagi perempuan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dan tingkat kecemasan dengan *persepsi* masyarakat mengenai *women self defense*. Penelitian ini merupakan tipe penelitian eksplanatori, yang menjelaskan hubungan antar variabel. Jumlah populasi penelitian ini sebanyak 371, dengan jumlah sampel sebanyak 77 orang dengan menggunakan rumus *Frank Lynch*. Pemilihan sampel menggunakan teknik *random sampling* dan data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Metode analisis yang digunakan adalah Rank Kendall.

Peneliti menggunakan teori kultivasi untuk mengetahui hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* (X1) dengan tingkat kecemasan (X2) dan hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense*. Sedangkan teori efek tidak terbatas untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan (X2) dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense* (Y). Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) tidak terdapat hubungan antara intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan tingkat kecemasan, dibuktikan dengan nilai r hitung (0.060) < r tabel (0.224). (2) Terdapat hubungan positif antara tingkat kecemasan dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense*, dibuktikan dengan nilai r hitung (0.361) > r tabel (0.224) dan taraf signifikansi berada pada angka $0,000 < 0,01$. (3) Tidak terdapat hubungan antara intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense*, dimana nilai r hitung (0,072) < r tabel (0,224).

Kata kunci : intensitas menonton, tingkat kecemasan, persepsi masyarakat mengenai women self defense

ABSTRACT

Title : The Correlation of Watching News Programs of Investigation Criminal Case Intensity and The Level of Anxiety with Perception Society of Women Self Defense

Name : Rakanita Oktaviani Hadi Saputri

NIM : 14030111130033

This study was motivated by the increasing number of cases of crime which affect women, such as murder, domestic violence, mugging, sexual assault, and rape. These cases often we see on television. Not only is crime news with a duration of 3 minutes, but also made news investigation. This makes people become anxious. The number of news like this should make people think about the importance of self defense, or commonly referred to women self defense for women.

This research aims to recognize the relation of watching television news programs of investigation criminal case intensity and the level of anxiety with persepsi masyarakat mengenai women self defense. This research is an explanatory type of research, which explains the relationships between variables. This research population numbers as much as 371, with the number of samples as many as 77 people using the Frank Lynch formula. The selection of the sample uses random sampling techniques, and data are collected by using questionnaire. Test requirements analysis use the test validity and reliability tests. The methods of analysis uses Rank Kendall.

Researcher using the theory of cultivation to know the relation of watching television news programs of investigation criminal case intensity (X1) and the level of anxiety (X2), and the unlimited effect theory to know the relation between the level of anxiety (X2) with perception society of women self defense (Y). The results of this research indicate that: (1) there is no relation between the intensity of watching news programs of investigation criminal case with the anxiety level, proven by the r-value count $(0.060) < r\text{-table } (0.224)$. (2) There is a positive relation between the level of anxiety with perception society of women self defense, proven by the r- value count $(0.361) > r\text{-table } (0.224)$ and the significance levels are at numbers $0,000 < 0,01$. (3) there is no relation between the intensity of watching news programs of investigation criminal case with perception society of women self defense , proven by the r-value count $(0,072) < r \text{ tabel } (0,224)$.

Keywords: Watch intensity, levels of anxiety, women's self defense

I. PENDAHULUAN

Kasus kriminal yang menimpa perempuan semakin meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data dari Komisi Nasional Perempuan Republik Indonesia, hingga tahun 2014 jumlah kekerasan terhadap perempuan sebanyak 293.220 kasus. Jumlah ini naik dibandingkan tahun 2013 yaitu sebesar 279.688 kasus (majalahkartini.co.id, diakses 25 Juni 2015 pukul 20.31 WIB).

Selain kasus kekerasan, kasus perkosaan juga semakin meningkat. Menurut data kejahatan di Kepolisian Daerah (Polda) Metro Jaya, sepanjang tahun 2014, tercatat terdapat 63 kasus pemerkosaan. Angka ini bukanlah angka yang sedikit karena jika dibandingkan dengan apa yang terjadi tahun 2013 lalu, jumlahnya bertambah pesat dengan persentase penambahan kasus mencapai 10,52 persen. Karena pada tahun 2013, kasus kejahatan pemerkosaan di wilayah hukum Polda Metro hanya mencapai 50 kasus (m.news.viva.co.id, diakses 9 Juli 2015 pukul 15.25 WIB).

Media massa, terutama televisi terus menayangkan berita-berita kriminal setiap harinya. Masyarakat seakan tidak puas dengan berita kriminal yang sekilas menyajikan kasus kekerasan, kemudian dibuat acara bedah kasus yang berusaha mengungkap secara lengkap peristiwa-peristiwa kriminal berdasarkan tinjauan motif, latar belakang pelaku dan korban, kronologis peristiwa, proses hukum, hingga analisis dari kriminolog atau psikiater. Hampir di setiap stasiun televisi di Indonesia mempunyai program berita investigasi *criminal case*. Diantaranya adalah Menyingkap Tabir dan Telusur (TVOne), Sigi Investigasi (SCTV), Reportase Investigasi (Trans TV), dan Target Operasi (Metro TV).

Berita investigasi adalah berita serius yang mengungkapkan apa yang sebenarnya terjadi di balik suatu peristiwa secara komprehensif, yang dipersiapkan dengan sungguh-sungguh mulai dari fakta, data pendukung, analisis, sampai ke sudut pandang yang dipilih dalam penyajiannya (Admakusumah, 1996:45).

Selain sebagai sumber inspirasi bagi orang tertentu untuk belajar dan meniru apa yang dilakukan tersangka, berita kriminal juga dapat meningkatkan kecemasan bagi penontonnya. Kecemasan (*anxiety*) adalah perasaan yang kita rasakan pada saat cemas. Dalam konsep Freud, kecemasan adalah ketakutan tanpa objek yang jelas, entah karena sering kali tidak dapat menunjukkan sumber kecemasan, entah karena tidak dapat dijelaskan secara spesifik. Apabila seseorang tidak mengatasi kecemasannya, maka akan berada dalam situasi yang berbahaya dan dapat menyebabkan efek traumatik. Menurut Freud, dalam kondisi ini, seseorang, tanpa memandang usia, akan jatuh pada situasi tidak berdaya (Hidayat, 2011:30).

Audience berita kriminal adalah pemirsa yang secara kontinue atau tidak menonton berita kriminal. Berdasarkan penelitian AC Nielsen bahwa pemirsa potensial berita kriminal adalah kaum wanita dan orang tua. Program kriminal ditonton mulai remaja putri hingga ibu-ibu. Menurut Nielsen, hal ini dikarenakan kelompok *female*, *adult*, *mature*, dan *oldies* menyukai tayangan kriminal karena kelompok ini rawan terhadap tindakan kriminal (www.pikiran-rakyat.com, diakses tanggal 22 Juni 2015, pukul 21:15).

Menurut pengamat kriminolog Universitas Indonesia (UI), Adrianus Meliala, wajar jika wanita-wanita cantik amat rentan menjadi korban kriminal. Sebab secara naluri, kata dia kodrat wanita lebih lemah dibandingkan laki-laki. Dia melanjutkan, tenaga yang dimiliki wanita jauh lebih lemah daripada laki-laki yang memiliki daya lebih kuat. Sehingga faktor ini dijadikan salah satu sebab mengapa wanita lebih rentan menjadi korban kejahatan. Perempuan mudah menjadi korban kejahatan karena kurang mampu melawan (m.merdeka.com, diakses 25 Juni 2015 pukul 20.06 WIB).

Pertahanan diri sangat penting bagi semua orang, terutama perempuan. Perempuan lebih sering dijadikan sasaran tindak kriminal karena secara kodrat, perempuan lebih lemah dibandingkan laki-laki. Cara terbaik bagi perempuan untuk melawan kejahatan adalah mencegah kejahatan tersebut terjadi (<http://m.datehookup.com>, diakses 29 Juni 2015 pukul 21.34 WIB). Terdapat banyak alasan bagi perempuan untuk mengambil kelas pertahanan diri. Namun, alasan utama adalah kenyataan akan kekerasan yang lebih spesifik menimpa perempuan, diantaranya penjangbretan, kekerasan seksual, dan pemerkosaan (<http://www.americanblackbelt.org>, diakses 29 Juni 2015, pukul 21.43 WIB). Keterampilan pertahanan diri semacam ini biasa disebut *women self defense*. Sebelum masyarakat, terutama kaum perempuan meningkatkan *self defense*-nya, dibutuhkan persepsi yang baik mengenai *women self defense* itu sendiri. Persepsi masyarakat mengenai *women self defense* sangat menentukan keinginan masyarakat untuk mempelajari *women self defense* itu sendiri. Persepsi adalah proses dimana kita menjadi sadar akan banyaknya stimulus yang mempengaruhi indera kita (Devito, 1997:75). Pertahanan diri bagi wanita masih belum terlalu familiar bagi masyarakat Indonesia. Hal ini disebabkan adanya anggapan bahwa seni bela diri hanya diperuntukkan bagi kaum laki-laki saja.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dan tingkat kecemasan dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense*.

II. KERANGKA KONSEP

1. Intensitas Menonton Program Berita Investigasi *Criminal Case*

Berita investigasi adalah sebuah berita serius yang mengungkapkan apa yang sebenarnya terjadi di balik suatu peristiwa secara komprehensif, yang dipersiapkan dengan sungguh-sungguh mulai dari fakta, data pendukung, analisis samapi ke sudut pandang yang dipilih dalam penyajiannya (Admakusumah, 1996:45).

Intensitas menonton diartikan bukan hanya sekedar melihat sebuah tayangan namun juga secara intens memperhatikannya. Dalam research *audience*, terpaan media dapat diukur dengan tiga dimensi dimana hal ini dapat menunjukkan tingkat intensitas *audience* dalam mengakses media, yaitu (1) penggunaan media, (2) frekuensi penggunaan media, (3) durasi *audience* berinteraksi dengan media (Sari, 1993:29).

Sedangkan menurut Onong Uchjana Effendy, intensitas menonton televisi adalah tingkat kedalaman seseorang menyaksikan acara-acara di televisi, baik secara kuantitas maupun secara kualitas (Effendy, 1993:31).

Merujuk pada beberapa definisi diatas, maka intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dapat diartikan sebagai ukuran atau tingkatan seseorang dalam menonton tayangan berita kriminal yang meliputi frekuensi, durasi, dan atensi.

2. Tingkat Kecemasan

Kecemasan (*anxiety*) adalah perasaan yang kita rasakan pada saat cemas. Dalam konsep Freud, kecemasan adalah ketakutan tanpa objek yang jelas, entah karena sering kali tidak dapat menunjukkan sumber kecemasan, entah karena tidak dapat dijelaskan secara spesifik (Hidayat, 2011:30).

McPhail mengungkapkan beberapa reaksi kecemasan, yaitu :

- a. Timbul gangguan fisik seperti pusing.
- b. Sulit berkonsentrasi.
- c. Merasa khawatir atau ingatan-ingatan yang tidak menyenangkan muncul dalam pikiran.
- d. Ketakutan yang hebat pada situasi tertentu dan berusaha menghindari situasi tersebut.
- e. Serangan panik yang datang dengan tiba-tiba.
- f. Gangguan tidur, misalnya mimpi buruk.

(<http://www.dundee.ac.uk/counselling/leaflets/anxiety.htm>., di akses 10 Juni 2015 pukul 14.47 WIB)

Ketika seseorang menonton tayangan program berita investigasi *criminal case*, ia akan disuguhi berita mengenai pembunuhan, penganiayaan, penelantaran, dan lain-lain.

Kasus-kasus seperti ini biasanya tidak akan selesai dengan satu episode penayangan. Episode akan berlanjut jika terdapat perkembangan dari kasus tersebut. Sehingga satu kasus kriminal dapat ditayangkan lebih dari satu episode. Penayangan berita investigasi *criminal case* yang lebih dari sekali, dengan durasi 30-60 menit per episode akan membuat penonton merasa cemas jika kejadian tersebut menimpa diri atau keluarganya.

3. Persepsi Masyarakat Mengenai *Women Self Defense*

Pertahanan diri adalah cara untuk melindungi diri sendiri dari orang yang ingin menyakiti atau mencuri sesuatu dari diri kita (Soo War, Lavinia. 2010:11).

Dalam melakukan pertahanan diri, setiap perempuan harus mengenal konsep 3P yaitu prediksi, preventif, dan proteksi. Prediksi adalah kemampuan membaca situasi. Setiap keluar rumah, kita harus membangun sinyal kewaspadaan pada lingkungan sekitar. Terdapat zona nyaman bagi setiap orang, yaitu sepanjang rentangan tangan. Jika ada orang memasuki zona nyaman, maka kita harus waspada. Preventif adalah kesiapan kita untuk memiliki plan A, plan B, dan plan C. Terakhir, proteksi. Suka atau tidak suka, harus mau berlatih untuk melakukan pertahanan diri.

Sementara itu, menurut Jalaluddin Rakhmat (1999:51), persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa, atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Setiap orang mempunyai persepsi yang berbeda meskipun objeknya sama. Selain itu persepsi juga adalah sebagai pengalaman yang dihasilkan indera penglihatan, penciuman, perabaan, dan pengecap.

Berdasarkan penjelasan di atas persepsi mengenai *women self defense* dapat diartikan sebagai proses pemberian makna positif atau negatif mengenai *women self defense* atau pertahanan diri pada perempuan.

4. Intensitas Menonton Program Berita Investigasi *Criminal Case* Dengan Tingkat Kecemasan

Teori kultivasi adalah teori dalam komunikasi yang menekankan kajiannya pada studi televisi dan audiens. Gerbner merupakan pencetus teori ini berpendapat bahwa media massa menanamkan sikap dan nilai tertentu, sehingga media mampu memengaruhi penonton dan menimbulkan kecenderungan bagi penonton untuk meyakinkannya.

Menurut McQuail dan Windahl (1993), teori kultivasi menganggap bahwa televisi tidak hanya disebut sebagai jendela atau refleksi kejadian sehari-hari di sekitar kita justru dunia itu sendiri. Efek kultivasi memberikan kesan bahwa televisi mempunyai dampak yang

kuat pada diri individu. Bahkan, mereka menganggap bahwa lingkungan disekitarnya sama seperti yang tergambar di layar kaca (Miller, 2001:269-272).

Para pecandu berat televisi (*heavy viewers*) akan menganggap bahwa apa yang terjadi di televisi adalah dunia senyatanya. Jika kita menonton acara seperti Buser, Patroli, Sergap di televisi swasta Indonesia, akan terlihat beberapa perilaku kejahatan yang dilakukan masyarakat. Dalam pandangan kultivasi dikatakan bahwa adegan yang tersaji dalam acara-acara itu menggambarkan dunia kita sebenarnya.

5. Intensitas Menonton Program Berita Investigasi *Criminal Case* Dengan Persepsi Mengenai *Women Self Defense*

Teori kultivasi juga digunakan untuk mengetahui hubungan antara intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan persepsi mengenai *women self defense*. Maka seiring dengan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case*, audience juga akan mempersepsikan pentingnya *women self defense* untuk mencegah tindak kriminal terjadi pada diri sendiri.

6. Tingkat Kecemasan Dengan Persepsi Masyarakat Mengenai *Women Self Defense*

Teori Efek Tidak Terbatas menjelaskan bahwa media mempunyai efek yang besar ketika menerpa *audience*. Efek tidak terbatas ini didasarkan pada teori atau model peluru (bullet) atau jarum hipodermik. Melvin De Fleur (1982) dalam Tommy Suprpto menyebutnya sebagai Teori Mekanistik Stimulus-Respon yang dipandang sebagai atribut dari kekuatan bebas dalam komunikasi massa (Suprpto, 2006:35).

Steven M. Chaffee menyebutkan “salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk melihat efek komunikasi massa adalah dengan melihat jenis perubahan yang terjadi pada khalayak komunikasi massa sebagai penerima informasi sebagai perubahan sikap atau perasaan dan perubahan perilaku atau dengan istilah lain dikenal sebagai perubahan kognitif, afektif, dan behavioral” (Karlinah dan Komala, 1999:81).

Perubahan kognitif, afektif, dan behavioral juga diungkapkan Jalaludin Rakhmat sebagai Trikotomi efek media massa, dimana hal ini dapat dilihat dari perubahan yang terjadi pada diri khalayak komunikasi massa sebagai publik yang terpengaruh, yaitu:

1. Efek Kognitif

Komunikasi secara tidak langsung menimbulkan perilaku tertentu. Efek kognitif terjadi bila ada perubahan pada apa yang diketahui, dipahami, atau dipersepsi khalayak. Tayangan program berita investigasi *criminal case* membuat penonton mengetahui tindak kriminal yang terjadi di masa sekarang. Penonton menjadi tahu motif dan modus

seseorang melakukan tindak kriminal. Penonton mempersepsikan bahwa *women self defense* sangat penting bagi masyarakat untuk mencegah tindak kriminal terjadi.

2. Efek Afektif

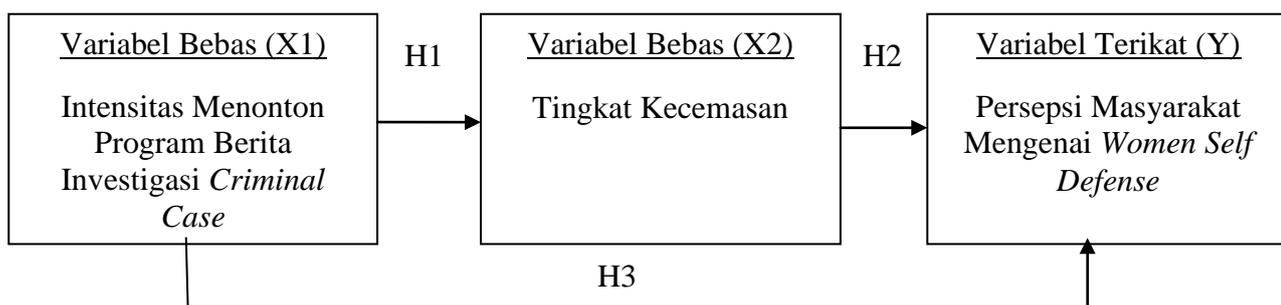
Efek afektif merupakan efek pada pembentukan dan perubahan sikap. Efek ini timbul bila ada perubahan pada apa yang dirasakan, disenangi, atau dibenci khalayak. Efek afektif berhubungan dengan emosi, sikap, atau nilai. Dari tayangan program berita investigasi *criminal case* akan menimbulkan perasaan cemas ketika menontonnya.

3. Efek Behavioral

Efek behavioral merupakan efek perubahan perilaku nyata yang dapat diamati, yang meliputi pola-pola tindakan, kegiatan, atau kebiasaan perilaku. Media massa merupakan model belajar dan dari belajar itulah kita merubah perilaku (Rakhmat, 1996:219). Setelah menonton tayangan berita investigasi *criminal case*, pemirsa akan mengalami perubahan perilaku, misalnya penonton akan lebih berhati-hati agar tidak menjadi korban tindak kriminal.

Kecemasan yang dialami penonton perempuan setelah menonton program berita investigasi *criminal case* menjadi salah satu faktor yang menentukan persepsi masyarakat mengenai pentingnya *women self defense*. Dengan menerapkan teori ini, dapat dilihat dengan jelas sejauh mana hubungan tingkat kecemasan dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense*.

Berdasarkan uraian kerangka teori di atas, dapat kita ketahui hubungan antar variabel dapat digambarkan dalam diagram geometri sebagai berikut :



III. HASIL PENELITIAN

Hubungan Intensitas Menonton Program Berita Investigasi Criminal Case dengan Tingkat Kecemasan

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* warga RW V Perumahan Jangli Permai masih rendah. Tayangan berita

investigasi *criminal case* dianggap kurang menarik karena pembahasannya yang berat. Masyarakat lebih menyukai tayangan-tayangan ringan seperti program kuliner, jalan-jalan dan variety show yang tidak perlu berpikir.

Hasil pengujian hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan tingkat kecemasan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan diantara keduanya, dimana nilai r hitung (0.060) < r tabel (0.224).

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Persepsi Masyarakat Mengenai Women Self Defense

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami cukup. Faktor kebiasaan dan lingkungan sekitar sangat menentukan tinggi rendahnya tingkat kecemasan seseorang. Masyarakat yang tinggal di daerah yang rawan tindak kriminalitas akan lebih merasa cemas dibandingkan masyarakat yang tinggal di lokasi aman.

Hasil pengujian hubungan tingkat kecemasan dengan *women self defense* menunjukkan signifikan, dimana nilai r hitung (0.361) > r tabel (0.224) dan taraf signifikansi berada pada angka $0,000 < 0,01$.

Hubungan Intensitas Menonton Program Berita Investigasi Criminal Case dengan Persepsi Masyarakat Mengenai Women Self Defense

Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi masyarakat mengenai *women self defense* masih negatif. Persepsi masyarakat mengenai *women self defense* masih negatif karena *women self defense* sendiri belum terlalu familiar bagi masyarakat Indonesia. Hal ini disebabkan adanya anggapan bahwa seni bela diri hanya diperuntukkan bagi kaum laki-laki saja. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pertahanan diri bagi wanita menjadi salah satu faktor negatifnya persepsi masyarakat mengenai *women self defense*.

Hasil pengujian hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan diantara keduanya, dimana nilai r hitung ($0,072$) < r tabel ($0,224$).

IV. PENUTUP

Hasil pengujian hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan tingkat kecemasan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan diantara keduanya. Hasil pengujian hubungan tingkat kecemasan dengan *women self defense* menunjukkan signifikan.

Sedangkan hasil pengujian hubungan intensitas menonton program berita investigasi *criminal case* dengan persepsi masyarakat mengenai *women self defense* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan diantara keduanya.

V. DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Abdulsyani. 1987. *Sosiologi Kriminalitas*. Bandung: CV Remaja Karya
- Admakusumah, Maskun Iskandar, dan Warief Djajanto. 1996. *Mengangkat Masalah Lingkungan ke Media Massa*. Jakarta : Lembaga Pers Dr Soetomo (LPDS)
- Azwar, Saifuddin. 2013. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bungin, Burhan. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu – ilmu Sosial Lainnya, Edisi kedua*. Jakarta: Kencana
- Effendy, Onong Uchjana. 1993. *Dinamika Komunikasi*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Ema, Mukhtar Widodo. 2000. *Konstruksi Ke arah Penelitian Deskriptif*. Yogyakarta: Ayyrrouz
- Feist, Jess, Gregory J Feist. 2010. *Teori Kepribadian*. Jakarta : Salemba Humanika
- Ghozali, Imam. 2009. *Aplikasi Analisis Multivariate denan Program IBM SPSS19*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Hidayat, Dede Rahmat. 2011. *Teori dan Aplikasi Psikologi Kepribadian dalam Konseling*. Bogor : Ghalia Indonesia
- Komala, Lukiati, Sholeh Soemirat, dan Karlina Siti. 1999. *Komunikasi Massa*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Kriyanto, Rachmat. 2010. *Teknik Praktis Riset Komunikasi: Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relations, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*. Jakarta : Kencana
- Makmuri Muchlas. 2008. *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta : Erlangga
- Miller, Katherine. 2001. *Communication Theorist*. USA: McGraw Hill Companies
- Morissan. 2003. *Teori Komunikasi, Individu Hingga Massa*. Jakarta: Kencana
- Rakhmat, Jalaluddin. 1999. *Psikologi Komunikasi*. PT. Remaja Rosdakarya : Bandung
- Ramaiah, Savitri. 2003. *Kecemasan, Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta : Pustaka Populer Obor

- Sari, Endang. 1993. *Audience Research*. Yogyakarta : Andy Offset
- Siregar, Ashadi, 1998. *Bagaimana Meliput dan Menulis Berita Untuk Media Massa*. Kanisius: Yogyakarta
- Soo War, Lavinia. 2010. *Self-defense For Women*. New York : The Rosen Publishing Group, Inc
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif , Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Suprpto, Tommy. 2006. *Pengantar Teori Komunikasi*. Yogyakarta: Penerbit Media Pressindo
- West, Richard dan Lynn H. Turner. 2008. *Pengantar Teori Komunikasi Analisis dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Humanika

Jurnal

- Romer, Daniel, Kathleen Hall Jamieson, Sean Aday. Television News and the Cultivation of Fear of Crime. *Journal of Communication* : 88-89

Internet

- Hali, Fikri. 2015. Kasus Pemerkosaan Wanita di Jakarta Terus Meningkat. <http://m.news.viva.co.id/news/read/572934-kasus-pemerkosaan-wanita-di-jakarta-terus-meningkat>, diakses 9 Juli 2015 pukul 15.25 WIB
- McPhail, Catherine. (2004). Understanding Anxiety and Panic Attackr.UK. The Counselling service, University of Dundee. <http://www.dundee.ac.uk/counselling/leaflets/anxiety.htm>.
- Sholeh, Muhammad. 2013. Pengamat: Cantik dan Kaya Lebih Beresiko Jadi Korban Kejahatan. <http://m.merdeka.com/peristiwa/pengamat-cantik-dan-kaya-lebih-beresiko-jadi-korban-kejahatan.html>, diakses 25 Juni 2015 pukul 20.06 WIB
- Sultoni. 2015. Woman Self Defense, Bela Diri Untuk Perempuan. <http://majalahkartini.co.id/berita/serba-serbi/woman-self-defense-bela-diri-untuk-perempuan>, diakses 25 Juni 2015 pukul 20.31 WIB
- <http://www.pikiran-rakyat.com/cetak/0604/01/01.htm>, diakses tanggal 22 Juni 2015, pukul 21:15
- <http://m.datehookup.com/List.aspx?p=ARTICLE&url=%2fcontent-a-free-guide-to-womens-self-defense-and-self-protection.htm>, diakses 29 Juni 2015 pukul 21.34 WIB
- http://www.americanblackbelt.org/files/Women_s_Self-defense_Complete_Concepts.doc, diakses 29 Juni 2015, pukul 21.43 WIB