

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul Persepsi Citra Tubuh Anggota *Fitness* Pesona Merapi Yogyakarta” yang disusun oleh Anggar Setiawan, NIM 10603141023 ini telah disetujui oleh Pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 7 Oktober 2014

Pembimbing,



Dr. dr. BM. Wara Kushartini, M.S.
NIP. 19580516 198403 2 001

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Persepsi Citra Tubuh Anggota *Fitness* Pesona Merapi Yogyakarta” yang disusun oleh Anggar Setiawan, NIM 10603141023 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 7 Oktober 2014 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr.dr.BM. Wara Kushartanti	Ketua		14/11/14
Cerika Rismayanti, M.Or	Sekretaris Penguji		13/11/14
dr.Rahmah Laksmi A., M.Kes.	Penguji I		30/10/14
dr.Prijo Sudibjo, M.Kes,Sp.S	Penguji II		11/11/14

Yogyakarta, November 2014

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S
NIP. 19600824 198601 1 001

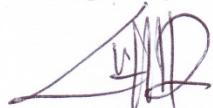
SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Persepsi Citra Tubuh Anggota *Fitness* Pesona Merapi Yogyakarta” benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda Yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 7 Oktober 2014

Yang menyatakan,



Anggar Setiawan
NIM 10603141023

MOTTO

Manusia tidak merancang untuk gagal, mereka gagal untuk merancang.

(William J. Siegel)

Sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidup dan matiku hanyalah untuk Allah SWT

Tuhan semesta alam. Tiada sekutu bagi-Nya dan begitulah Muhammad
diperintah. Aku (Muhammad) adalah orang muslim pertama.

(Qs. Al-An-Aam : 162)

“Kemenangan yang seindah-indahnya dan sesukar-sukarnya yang boleh direbut
oleh manusia ialah menundukkan diri sendiri.” (Ibu Kartini)

Jangan tunda sampai besok apa yang bisa engkau kerjakan hari ini.

Mengejar keberhasilan dari sebuah pengalaman gagal adalah pencapaian berharga.

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku, Ibu Martinem dan Bapak Supriyana Raharja yang selalu memberikan do'a dan pengorbanan yang sangat luar biasa.
2. Keluarga yang selalu memberi motivasi.
3. Dosen Pengampu IKOR Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
4. Sahabat IKOR 2010 yang selalu mendukung dan mendorong semangat untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Sabahat KKN UNY unit 30 Kulonprogo yang pernah memberi pengalaman berharga dalam mencari ilmu di luar lingkungan universitas.

PERSEPSI CITRA TUBUH ANGGOTA FITNESS PESONA MERAPI YOGYAKARTA

Oleh:

Anggar Setiawan
10603141023

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh krisis kepercayaan diri terkait dengan citra tubuh yang ideal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi citra tubuh anggota *fitness* Pesona Merapi Yogyakarta.

Penelitian merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah anggota *fitness* di Pesona Merapi Yogyakarta yang berjumlah 250 orang. Sample yang diambil yaitu anggota *fitness* di Pesona Merapi Yogyakarta yang berjumlah 42 orang. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan survei. Instrumen yang digunakan yaitu angket. Teknik analisis yang dilakukan adalah menuangkan frekuensi ke dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian citra tubuh anggota *fitness* berdasarkan orientasi dan evaluasi penampilan, kebugaran fisik dan kecemasan terhadap kegemukan adalah buruk (38,10%). Tingkat persepsi citra tubuh anggota *fitness* berdasarkan kepuasan bagian tubuh adalah katagori sedang (59,52%). Persepsi citra tubuh anggota *fitness* berdasarkan ukuran tubuh yang berkategori baik (47,62%). Secara keseluruhan, persepsi citra tubuh anggota *fitness* Pesona Merapi Yogyakarta adalah sedang (88%).

Kata Kunci : persepsi, citra tubuh, *fitness*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Persepsi Citra Tubuh Anggota *Fitness* Pesona Merapi Yogyakarta” dengan lancar.

Dalam penyusunan skripsi ini pastilah penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rohmat Wahab, M.Pd, M.A, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang atas segala kebijaksanaannya sehingga skripsi ini dapat terwujud.
2. Rumpis Agus Sudarko, M.S. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta atas kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh studi hingga peneliti dapat menyelesaikan studi dan memberikan izin penelitian.
3. Yudik Prasetyo, M.Kes. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu, arahan, dan bimbingan selama perkuliahan serta selalu memberikan dukungan dan kemudahan dalam pembuatan skripsi.

4. Ibu Dr.dr. BM. Wara Kushartini, M.S. selaku Dosen Pembimbing Akademik dan dosen pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dalam akademik dan telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Bapak dan Ibu Staf Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah membantu peneliti dalam membuat surat perijinan.
7. Pesona Merapi Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk penulis sehingga penelitian dalam skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Rekan-rekan IKOR angkatan 2010, yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Semoga segala harapan dan cita-cita kita dapat terwujud Amin Ya Rabbal Alamin.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kelengkapan skripsi ini.

Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, 7 Oktober 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	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	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	6
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Pengertian Persepsi.....	6
2. Pengertian Citra Tubuh.....	8
B. Kerangka Berpikir	24
C. Penelitian yang Relevan.....	25
BAB III. METODE PENELITIAN.....	26
A. Desain Penelitian.....	26
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian	27
D. Waktu dan Tempat	28
E. Instrument Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Analisis Data	33
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan.....	39

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Implikasi.....	42
C. Saran.....	42
D. Keterbatasan Penelitian.....	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	45

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Kisi-kisi Angket Orientasi Penampilan, Evaluasi Kebugaran Fisik, Orientasi-Evaluasi Kesehatan, dan Kecemasan terhadap Kegemukan	29
Tabel 2. Skor Butir Pertanyaan	33
Tabel 3. Kriteria Citra Tubuh.....	33
Tabel 4. Deskripsi Statistik	34
Tabel 5. Penghitungan Tingkat Orientasi dan Evaluasi Penampilan, Kebugaran Fisik dan Kecemasan terhadap Kegemukan.....	35
Tabel 6. Deskripsi Statistik	36
Tabel 7. Penghitungan Tingkat Kepuasan Bagian Tubuh.....	37
Tabel 8. Deskripsi Statistik	38
Tabel 9. Penghitungan Tingkat Kategori Ukuran Tubuh.....	39

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Karangka Berpikir	25
Gambar 2. Diagram Batang Tingkat orientasi dan evaluasi penampilan, kebugaran fisik dan kecemasan terhadap kegemukan.....	36
Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Kepuasan bagian Tubuh	37
Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Kategori ukuran tubuh.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	46
Lampiran 2. Surat Bukti/Balasan Penelitian	47
Lampiran 3. Angket Penelitian	48
Lampiran 4. Hasil Data Penelitian	51
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	54