

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui mengenai gambaran *body image* yang dimiliki perempuan dewasa awal yang melakukan aktivitas fitness di pusat kebugaran “X” di kota Bandung. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan metode survei. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan ukuran sampel sebanyak 43 orang.

Alat ukur dalam penelitian ini berupa kuesioner yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan teori *body image* dari Thomas Cash (2002). Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus Rank Spearman dengan nilai yang diperoleh di antara 0,310-0,925 dan uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach dengan nilai 0,972 yang berarti alat ukur termasuk pada kategori reliabilitas yang sangat tinggi. Dari alat ukur tersebut diperoleh sebanyak 45 item yang valid.

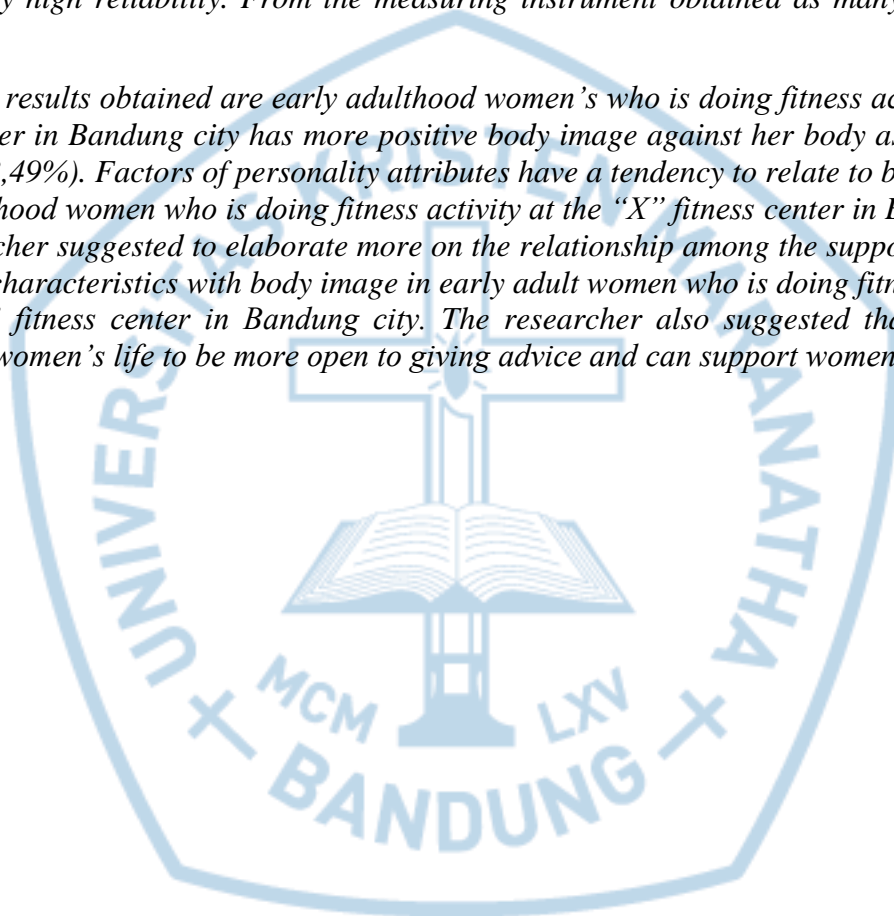
Hasil yang diperoleh adalah perempuan dewasa awal yang melakukan aktivitas fitness di pusat kebugaran “X” di kota Bandung lebih banyak memiliki *body image* yang positif terhadap tubuhnya sebanyak 23 orang (53,49%). Faktor *personality attributes* memiliki kecenderungan berkaitan dengan *body image* perempuan dewasa awal yang melakukan aktivitas fitness di pusat kebugaran “X” di kota Bandung. Peneliti menyarankan untuk dapat meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara faktor-faktor penunjang atau karakteristik tertentu dengan *body image* pada perempuan dewasa awal yang melakukan aktivitas fitness di pusat kebugaran di kota Bandung. Peneliti juga menyarankan agar orang-orang yang signifikan dalam hidup perempuan untuk dapat lebih terbuka untuk memberikan saran dan dukungan kepada perempuan.

ABSTRACT

This research purpose to find out about the image of the body image owned by early adulthood women's who is doing fitness activity at "X" fitness center in Bandung city. This research is descriptive by using survey method. Sampling technique used was purposive sampling with sample size of 43 peoples.

Measuring instruments in this research using a modified questionnaire that was made by the researcher using body image theory by Thomas Cash (2002). Validity test for this research using Rank Spearman formula with scored from 0,310-0,925 and reliability test is using Alpha Cronbach with scored 0,972 which means the measuring instrument categories include very high reliability. From the measuring instrument obtained as many as 45 valid items.

The results obtained are early adulthood women's who is doing fitness activity at "X" fitness center in Bandung city has more positive body image against her body as much as 23 peoples (53,49%). Factors of personality attributes have a tendency to relate to body image of early adulthood women who is doing fitness activity at the "X" fitness center in Bandung city. The researcher suggested to elaborate more on the relationship among the supporting factors or certain characteristics with body image in early adult women who is doing fitness activities at the "X" fitness center in Bandung city. The researcher also suggested that significant peoples in women's life to be more open to giving advice and can support women.



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	ii
PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN PENELITIAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	10
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian.....	10
1.3.1. Maksud Penelitian.....	10
1.3.2. Tujuan Penelitian.....	10
1.4. Kegunaan Penelitian.....	10
1.4.1. Kegunaan Teoritis	10
1.4.2. Kegunaan Praktis.....	11
1.5. Kerangka Pemikiran.....	11
1.6. Asumsi Penelitian.....	19

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. <i>Body Image</i>	20
2.1.1. Pengertian <i>Body Image</i>	20
2.1.2. Dasar Pembentukan <i>Body Image</i>	20
2.1.3. Dimensi <i>Body Image</i>	21
2.1.4 Aspek <i>Body Image</i>	21
2.1.5. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Body Image</i>	22
2.1.6. <i>Body Image</i> Positif	24
2.1.7. <i>Body Image</i> Negatif.....	25
2.2. Masa Dewasa Awal	26
2.3. Dewasa Awal Sebagai Masa Transisi	27
2.4. Tugas-Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	28
2.5. Hubungan Interpersonal	29
2.6. <i>Fitness</i>	30
2.7 <i>Body Mass Index</i>	31

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Prosedur Penelitian.....	32
3.2. Bagan Prosedur Penelitian	32
3.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	33
3.3.1. Variabel Penelitian	33
3.3.2. Definisi Konseptual <i>Body Image</i>	33
3.3.3. Definisi Operasional <i>Body Image</i>	33
3.4. Alat Ukur.....	35
3.4.1. Alat Ukur <i>Body Image</i>	35

3.4.1.1	Penentuan Skor Alat Ukur <i>Body Image</i>	35
3.4.1.2	Kisi-Kisi Alat Ukur <i>Body Image</i>	36
3.4.1.3	Sistem Penilaian Alat Ukur <i>Body Image</i>	38
3.4.2	Data Pribadi dan Penunjang	39
3.4.3	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	39
3.4.3.1	Validitas Alat Ukur	39
3.4.3.2	Reliabilitas Alat Ukur	40
3.5.	Populasi Sasaran dan Teknik Penarikan Sampel	41
3.5.1.	Populasi Sasaran	41
3.5.2.	Karakteristik Populasi	41
3.5.3.	Teknik Penarikan Sampel	42
3.6.	Teknik Analisis Data	42
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Gambaran Sampel Penelitian	43
4.1.1.	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	43
4.1.2.	Gambaran Responden Berdasarkan <i>Body Mass Index</i>	44
4.2.	Hasil Penelitian	44
4.2.1.	Gambaran <i>Body Image</i>	44
4.3	Pembahasan	46
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN		
5.1.	Simpulan	56
5.2	Saran	56
5.2.1.	Saran Teoritis	56

5.2.2. Saran Praktis.....	57
DAFTAR PUSTAKA	58
DAFTAR RUJUKAN	60
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Jawaban Alat Ukur <i>Body Image</i>	32
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Alat Ukur <i>Body</i>	36
Tabel 3.3 Tabel Validitas	40
Tabel 3.4 Tabel Reliabilitas	41
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	43
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan <i>Body Mass Index</i>	44
Tabel 4.3 Gambaran <i>Body Image</i>	45
Tabel 4.4 Kriteria <i>Body Image</i>	45
Tabel 4.5 Berat Badan.....	78
Tabel 4.6 Tinggi Badan.....	79
Tabel 4.7 Dimensi <i>Body Image</i>	80
Tabel 4.8 Hasil <i>Body Image</i>	82
Tabel 4.9 Tabulasi silang faktor <i>Cultural Socialization</i> item pertama	83
Tabel 4.10 Tabulasi silang faktor <i>Cultural Socialization</i> item kedua.....	83
Tabel 4.11 Tabulasi silang faktor <i>Interpersonal Experience</i> item pertama..	84
Tabel 4.12 Tabulasi silang faktor <i>Interpersonal Experience</i> item kedua ...	84
Tabel 4.13 Tabulasi silang faktor <i>Physical Characteristic</i> item pertama...	85
Tabel 4.14 Tabulasi silang faktor <i>Physical Characteristic</i> item kedua.....	85
Tabel 4.15 Tabulasi silang faktor <i>Personality Attributes</i> item pertama.....	86
Tabel 4.16 Tabulasi silang faktor <i>Personality Attributes</i> item kedua	86

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran.....	18
Bagan 3.1 Bagan Rancangan Penelitian.....	32



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : *Letter Of Consent*

Lampiran 2.1 : Data Pribadi dan Data Penunjang

Lampiran 2.2 : Kerangka Wawancara

Lampiran 2.3 : Pengantar

Lampiran 2.4 : *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire*

Lampiran 3 : Kisi-Kisi Alat Ukur *Body Image*

Lampiran 3.1 : Tabel Alat Ukur *Body Image*

Lampiran 4 : Berat Badan

Lampiran 5 : Tinggi Badan

Lampiran 6 : Dimensi *Body Image*

Lampiran 7 : Tabulasi Silang *Body Image* Dengan Faktor-Faktor

