

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR BAGAN	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	3
1.3 Pertanyaan Penelitian	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.5.1 Manfaat Akademis	5
1.5.2 Manfaat Praktis	5
BAB II	6
2.1 Aktivitas Fisik dan Olahraga	6
2.2 Kategori dan Klasifikasi Olahraga	6
2.2.1 Daya Tahan atau Aerobik	7
2.2.2 Kekuatan	7
2.2.3 Keseimbangan	7
2.2.4 Fleksibilitas	8
2.2.5 Aktif dan Kurang Aktif	8
2.3 Manfaat Aktivitas Olahraga	9

2.3.1 Pelepasan Hormon Endorfin	9
2.3.2 Perubahan Bentuk Fisik	10
2.3.3 Peningkatan Kepercayaan Diri	10
2.4 Citra Tubuh	11
2.5 Citra Tubuh Negatif dan Positif	12
2.6 Faktor Yang Mempengaruhi Citra Tubuh	13
2.6.1 Usia	13
2.6.2 Jenis Kelamin	13
2.6.3 Pengaruh Kultural	13
2.6.4 Media	14
2.6.5 Gangguan Psikiatri	14
2.6.6 Cacat Fisik	15
2.7 Alat Ukur	15
2.7.1 <i>Godin-Shepard Leisure-Time Physical Activity Questionnaire</i>	15
2.7.2 <i>Body Shape Questionnaire (BSQ-34)</i>	16
BAB III	17
3.1 Kerangka Teori	17
3.2 Kerangka Konsep	18
3.3 Hipotesis	18
3.3.1 Hipotesis Null	18
3.3.2 Hipotesis Alternatif	18
3.4 Variabel	18
3.4.1 Variabel Bebas	18
3.4.2 Variabel Terikat	18
3.4.3 Variabel Perancu	19
3.5 Definisi Operasional	19
BAB IV	21
4.1 Desain Penelitian	21
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian	21

4.3 Bahan dan Cara Penelitian	21
4.3.1 Bahan Penelitian	21
4.3.2 Cara Penelitian	22
4.4 Populasi Penelitian	22
4.4.1 Populasi Target	22
4.4.2 Populasi Terjangkau	22
4.5 Sampel Penelitian	23
4.6 Cara Pengambilan Sampel	23
4.7 Cara Penghitungan Sampel	23
4.8 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	24
4.8.1 Kriteria Inklusi	24
4.8.2 Kriteria Eksklusi	24
4.9 Alur Penelitian	25
4.10 Pengolahan Data	26
4.11 Uji Statistik	26
4.12 Etika Penelitian	26
4.13 Biaya Penelitian	27
4.14 Jadwal Penelitian	27
BAB V	28
5.1 Hasil Penelitian	28
5.1.1 Distribusi Sampel Penelitian	28
5.1.2 Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan Citra Tubuh Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.....	30
5.2 Pembahasan	32
BAB VI	36
6.1 Kesimpulan	36
6.2 Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	43

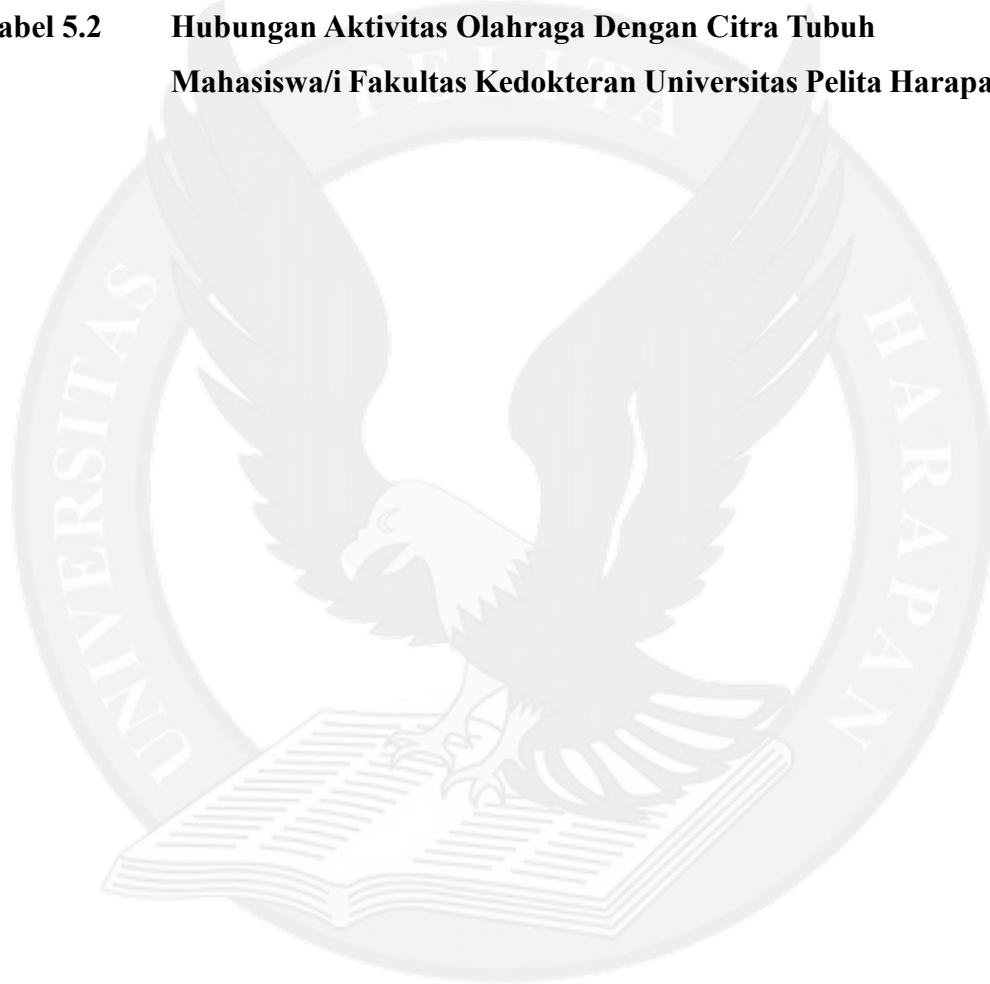
DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1	Kerangka Teori	17
Bagan 3.2	Kerangka Konsep	18
Bagan 4.1	Alur Penelitian	25



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	19
Tabel 4.1	Biaya Penelitian	27
Tabel 4.2	Jadwal Penelitian	27
Tabel 5.1	Distribusi Sampel Penelitian	28
Tabel 5.2	Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan Citra Tubuh Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan ...	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informasi	43
Lampiran 2. Lembar Pernyataan Persetujuan Partisipasi	47
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian	48
Lampiran 4. Kuesioner <i>Godin-Shepard Leisure-Time Physical Activity</i>	50
Lampiran 5. Kuesioner <i>Body Shape (BSQ-34)</i>	51
Lampiran 6. Hasil Analisis Data	56

