

ABSTRAK

Hubungan *Body Image* Dengan Motivasi Mengikuti Senam Pada Anggota Sanggar Senam Bugar Di Jalan Pancing No:13 Simpang Unimed

Willyanty Citra (06.860.0022)

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan motivasi mengikuti senam khususnya pada sanggar senam bugar, variabel bebas adalah *body image* dan variabel terikat adalah motivasi mengikuti senam.

Berdasarkan pada penjabaran yang ada dalam landasan teori maka diajukan hipotesis: bahwa ada hubungan yang negatif antara *body image* dengan motivasi mengikuti senam. Dengan asumsi semakin negatif *body image* seseorang maka semakin tinggi motivasi mengikuti senam, sebaliknya semakin positif *body image* seseorang maka semakin rendah motivasi mengikuti senam.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dan menggunakan skala yaitu skala *body image* dan skala motivasi mengikuti senam. Penilaian skala ini menggunakan skala Likert dengan teknik Total Sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 45 orang, sampel yang diperoleh ialah para anggota sanggar senam bugar.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa 1) Berdasarkan hasil analisis dengan Metode Analisis Korelasi *Product Moment*, diketahui bahwa terdapat hubungan signifikan negatif antara *Body Image* dengan Motivasi Senam, dimana $r_{xy} = -0,343$; $p = 0,05$, berarti $< 0,021$. Artinya ada hubungan yang signifikan negatif, antara *Body Image* dengan Motivasi Senam. 2) Koefisien Determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar 0,118. Ini menunjukkan bahwa penurunan Motivasi Senam disebabkan *Body Image* sebesar 11,8%. 3) Perbandingan mean hipotetik dan mean empirik *body image* $72,5 > 63,3$, dan motivasi mengikuti senam $65,0 < 81,6$ dari hasil perbandingan tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian ini memiliki *body image* tergolong negatif sebab mean empirik lebih besar atau nilai rata-rata hipotetiknya yakni $65,0 < 81,6$.

Kata kunci: *Body Image*, Motivasi Mengikuti Senam