

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN MOTIVASI OLAHRAGA PADA MAHASISWA ANGKATAN 2024 PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA



**OLEH
NI WAYAN TIENSA TUNJUNGAN WINACA
NIM 2218011078**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2025



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN MOTIVASI
OLAHRAGA PADA MAHASISWA ANGKATAN 2024
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS
PENDIDIKAN GANESHA**

SKRIPSI



**Diajukan kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Kedokteran
Oleh
Ni Wayan Tiensa Tunjungan Winaca
NIM 2218011078**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2025**

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI
GELAR SARJANA KEDOKTERAN**



Pembimbing I,

dr. Ni Luh Putu Pranena Sastri, S.Ked.,
MHPE., FFRI.
NIP. 199210172019032018

Pembimbing II,

dr. Luh Putu Lina Kamelia, Sp.N.,
FINA.
NIP. 197710262005022002

Skripsi oleh Ni Wayan Tienza Tunjungan Winaca dengan judul “Hubungan *Body Image* Dengan Motivasi Olahraga Pada Mahasiswa Angkatan 2024 Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha” ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada

Hari : Rabu

Pada tanggal : 7 Januari 2026

Dewan Penguji



dr. Ni Luh Putu Pranena Sastri, S.Ked., MHPE., FFRI.
NIP. 199210172019032018

(Ketua)



dr. Luh Putu Lina Kamelia, Sp.N., FINA.
NIP. 197710262005022002

(Anggota)



dr. Ni Nyoman Mestri Agustini, S.Ked., M.Kes., M.Biomed., Sp.N.
NIP. 198508252009122007

(Anggota)



Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran

Pada :

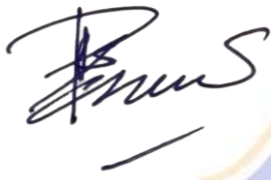
Hari : Rabu

Tanggal : 7 Januari 2026

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,


dr. Ni Luh Putu Pranena Sastri, S.Ked.,
MHPE., FFRI.
NIP. 199210172019032018


dr. Luh Putu Lina Kamelia, Sp.N., FINA.
NIP. 197710262005022002

Mengesahkan
Dekan Fakultas Kedokteran,


Prof. Dr. M. Ahmad Djojosugito, dr. Sp. OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Hubungan *Body Image* Dengan Motivasi Olahraga Pada Mahasiswa Angkatan 2024 Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.



Singaraja, 30 Desember 2025

Yang membuat pernyataan,



Ni Wayan Tiensa Tunjungan Winaca

NIM. 2218011078

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat-Nya-lah, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Body Image* Dengan Motivasi Olahraga Pada Mahasiswa Angkatan 2024 Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha”**. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana kedokteran pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. M. Ahmad Djojosugito, dr. Sp.OT(K), MHA, MBA selaku Dekan Fakultas Kedokteran atas motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan studi sesuai dengan rencana.
2. Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked., M.Kes. PGDMTHM selaku Koordinator Program Studi Kedokteran atas motivasi yang diberikan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. dr. Ni Luh Putu Pranena Sastri, S.Ked., MHPE., FFRI. selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk dan motivasi penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
4. dr. Luh Putu Lina Kamelia, Sp.N., FINA. selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan motivasi kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Seluruh staf di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha karena telah bersedia memberikan data kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Orang tua, saudara, teman-teman, dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan motivasi dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 30 Desember 2025



Penulis



DAFTAR ISI

PRAKATA.....	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT.....	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat	5
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Landasan Teori	7
2.1.1 <i>Body Image</i>	7
2.1.2 Motivasi Olahraga.....	11
2.1.3 Hubungan <i>Body Image</i> dan Motivasi Olahraga	18
2.2 Penelitian Relevan.....	19
2.3 Kerangka Konseptual	21
2.4 Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III	22
METODOLOGI PENELITIAN.....	22

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
3.1.1 Tempat Penelitian.....	22
3.1.2 Waktu Penelitian	22
3.2 Desain Penelitian.....	22
3.3 Populasi dan Sampel	23
3.3.1 Populasi.....	23
3.3.2 Sampel.....	23
3.3.3 Besar Sampel.....	24
3.3.4 Teknik Sampel.....	24
3.4 Variabel Penelitian.....	25
3.5 Definisi Operasional.....	25
3.6 Instrumen Penelitian.....	27
3.7 Prosedur Pengambilan Data	28
3.8 Teknik Analisis Data	28
BAB IV	30
HASIL PENELITIAN.....	30
4.1 Deskripsi Data.....	30
4.2 Analisis Univariat.....	31
4.3 Hasil Uji Hipotesis	35
BAB V.....	37
PEMBAHASAN	37
5.1 Gambaran <i>Body Image</i> Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2024 Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha	37
5.2 Gambaran Motivasi Olahraga Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2024 Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	39
5.3 Hubungan <i>Body Image</i> Dan Motivasi Olahraga Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2024 Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha	40
5.4 Keterbatasan Penelitian	43

BAB VI	44
KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
6.1 Kesimpulan	44
6.2 Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	50



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	25
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	31
Tabel 4. 2 Uji Normalitas <i>Body Image</i>	31
Tabel 4. 3 Statistik Deskriptif <i>Body Image</i>	31
Tabel 4. 4 Distribusi <i>Body Image</i>	32
Tabel 4. 5 Distribusi <i>Body Image</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Tabel 4. 6 Uji Normalitas Motivasi Olahraga	33
Tabel 4. 7 Statistik Deskriptif Motivasi Olahraga.....	34
Tabel 4. 8 Distribusi Motivasi Olahraga	34
Tabel 4. 9 Distribusi Motivasi Olahraga Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Tabel 4. 10 Hasil Uji Hipotesis	35



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Sirkuit Otak Yang Menjelaskan Tentang Motivasi.....	13
Gambar 2. 2 <i>The Reward Circuit</i>	14
Gambar 2. 3 <i>The Valuation Pathway</i>	15
Gambar 2. 4 <i>The Self-Regulation/Self-Control Network</i>	16
Gambar 2. 5 Kerangka Konseptual	21
Gambar 4. 1 Distribusi <i>Body Image</i>	32
Gambar 4. 2 Distribusi Motivasi Olahraga	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan.....	51
Lampiran 2. <i>Informed Consent</i>	52
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian.....	53
Lampiran 4. Hasil SPSS.....	57
Lampiran 5. Keterangan Kelaikan Etik.....	61
Lampiran 6. Lembar Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing I.....	62
Lampiran 7. Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing I.....	63
Lampiran 8. Lembar Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing II	64
Lampiran 9. Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing II	65
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	66
Lampiran 11. Riwayat Hidup.....	67

