

DAFTAR ISI

UCAPAN TERIMAKASIH	i
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat/ Signifikansi Penelitian	3
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	3
BAB II KAJIAN TEORI	6
2.1 Kepercayaan diri	6
2.1.1 Ciri-ciri kepercayaan diri	9
2.1.2 Aspek-aspek percaya diri	9
2.2 Body image	10
2.2.1 Aspek-aspek body image	12
2.2.2 Dimensi-dimensi body image	13
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi body image	13
2.2.4 Gangguan body image	14
2.3 Zumba	15
2.3.1 Jenis-jenis zumba	15
2.3.2 Pentingnya musik pada zumba	17
2.3.3 Latihan Zumba	18
2.4 Penelitian terdahulu yang relevan	19
2.5 Teori relevan	20
2.6 Uji Hipotesis	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1 Metode dan Desain Penelitian	22
3.2 Partisipan	23
3.3 Populasi dan Sampel	23
3.4 Instrumen Penelitian	23
3.5 Prosedur penelitian	26
3.6 Analisis data	29
3.7 Hipotesis	29

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Temuan Pengolahan Data	30
4.1.1 Uji Normalitas Data	30
4.1.2 Uji Homogenitas Data	31
4.1.3 Uji Hipotesis Data	32
4.1.4 Pembahasan Hasil Penelitian	33
BAB V SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	35
5.1 Simpulan	35
5.2 Implikasi dan Rekomendasi	35
5.2.1 Implikasi	35
5.2.2 Rekomendasi	35
DAFTAR PUSTAKA	37

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Uji Reliabilitas Instrumen Kepercayaan Diri	24
Tabel 3.2 Penskoran Item	25
Tabel 3.3 Kategori Tingkat Skala Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)	26
Tabel 3.4 Uji Reliabilitas Instrumen <i>Body Image</i>	26
Tabel 4.1 Uji Normalitas Data	30
Tabel 4.2 Uji Homogenitas Data	31
Tabel 4.3 Uji Hipotesis DataKepercayaan Diri	32
Tabel 4.4 Uji Hipotesis Data <i>Body Image</i>	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Penelitian	22
Gambar 3.2 Langkah Penelitian	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Hasil Uji Validitas Angket Kepercayaan Diri	43
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas Angket <i>Body Image</i>	45
Lampiran 3 Hasil Uji Coba Angket Kepercayaan Diri	47
Lampiran 4 Hasil Uji Coba Angket <i>Body Image</i>	49
Lampiran 5 Uji Normalitas Data	50
Lampiran 6 Uji Homogenitas Data Kepercayaan Diri	51
Lampiran 7 Uji Homogenitas <i>Body Image</i>	53
Lampiran 8 Uji Hipotesis Kepercayaan Diri	55
Lampiran 9 Uji Hipotesis <i>Body Image</i>	57
Lampiran 10 Dokumentasi Pengisian Angket Mahasiswa Aktif	60
Lampiran 11 Dokumentasi Pengisian Angket Mahasiswa Tidak Aktif	61
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian	62
Lampiran 13 SK Penetapan Judul dan Pembimbing Skripsi	63
Lampiran 14 Surat Peminjaman Ruang Fitness FPOK UPI	67
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian AbsolutFit GYM	68
Lampiran 16 Kartu Bimbingan	69
Lampiran 17 Informed Consent	73

Lampiran 18 Daftar Hadir 74