



**MERCU BUANA**

**SKRIPSI**

**SIKAP ANGGOTA *M & F FITNESS CENTER*, MERUYA  
JAKARTA BARAT TERHADAP TIPS RUBRIK *FITNESS*  
DI MAJALAH *MEN'S HEALTH* SEBAGAI  
SUMBER INFORMASI KEBUGARAN  
PERIODE OKTOBER-DESEMBER 2005**

**Di susun Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata Satu (S-1)  
Program Studi Jurnalistik**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**  
**Disusun oleh :**

**NAMA : DENNY HARTANTO**

**NIM : 04101-010**

**BIDANG STUDI : JURNALISTIK**

**FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS MERCUBUANA  
JAKARTA**

**2006**

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**

Nama : Denny Hartanto  
Nim : 04101 - 010  
Fakultas : Ilmu Komunikasi  
Bidang Studi : Jurnalistik  
Judul Skripsi : Sikap Anggota M & F Fitness Center Meruya, Jakarta  
Barat Terhadap Rubrik Fitness Di Majalah Men's Health  
Sebagai Sumber Informasi Kebugaran Periode Oktober-  
Desember 2005.

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Mengetahui :

Pembimbing I



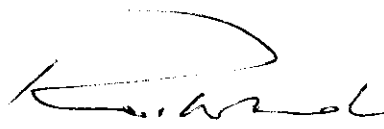
(Dra. Diah Wardhani, M.Si)

Pembimbing II



(Afdal Makkuraga P, M.M)

Ketua Bidang Studi



(Drs. Riswandi, M.Si)

**FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI**  
**UNIVERSITAS MERCU BUANA**  
**JAKARTA**

**LEMBAR LULUS SIDANG SKRIPSI**

Nama : Denny Hartanto  
Nim : 04101-010  
Fakultas : Ilmu Komunikasi  
Bidang Studi : Jurnalistik  
Judul Skripsi : Sikap Anggota *M & F Fitness Center*, Meruya Jakarta Barat Terhadap Tips di Majalah *Men's Health* Sebagai Sumber Informasi Kebugaran Periode Oktober-Desember 2005.

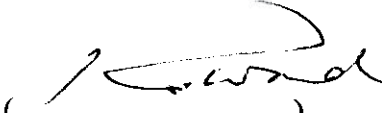
UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta,

Maret 2006

1. Ketua Sidang

**Drs. Riswandi, M.Si**

(  )

2. Penguji Ahli

**Dr. Andy Corry**

(  )

3. Pembimbing I

**Dra. Diah Wardhani, M.Si**

(  )

4. Pembimbing II

**Afdal Makkuraga P, MM**

(  )



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA  
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA

### LEMBAR PENGESAHAN PERBAIKAN SKRIPSI

Nama : Denny Hartanto  
Nim : 04101-010  
Fakultas : Ilmu Komunikasi  
Bidang Studi : Jurnalistik  
Judul Skripsi : Sikap Anggota *M & F Fitness Center*, Meruya Jakarta Barat Terhadap Tips di Majalah *Men's Health* Sebagai Sumber Informasi Kebugaran Periode Oktober-Desember 2005.

Jakarta, April 2006

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Disetujui dan diterima oleh :

Pembimbing I

(Dra. Diah Wardhani, M.Si)

Pembimbing II

(Afdal Makkuraga P, MM)

Mengetahui :

Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi

(Dra. Diah Wardhani, M.Si)

Ketua Bidang Studi Jurnalistik

(Drs Riswandi, M.Si)

*Skripsi Ini Ku Persembahkan Kepada*

*Kedua Orang Tua Ku*

*"Kalianlah Sumber Motivasi Bagiku"*

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya berupa kesehatan dan petunjuk sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya dalam penulisan skripsi ini walaupun telah berusaha untuk menyajikan dengan sebaik-baiknya tulisan mengenai **“Sikap Anggota M & F Fitness Center Meruya Jakarta Barat Terhadap Rubrik Fitness di Majalah Men’s Health Sebagai Sumber Informasi Kebugaran Periode Oktober-Desember 2005”**, masih banyak kekurangan baik mengenai isi maupun cara penyajiannya.

Skripsi ini tidak mungkin dapat disusun tanpa bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, semangat dan bimbingan serta petunjuk dalam menyelesaikan skripsi ini, khususnya kepada :

1. Ibu Dra. Diah Wardhani, M.Si., selaku pembimbing I, dan selaku Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana atas bimbingannya serta kritikan dan masukan-masukannya yang diberikan kepada penulis selama ini sehingga penulis dapat belajar, mengerti dan memahami masalah yang penulis teliti.
2. Bapak Afdal Makkuraga Putra, selaku pembimbing II, atas bimbingannya selama ini kepada penulis sehingga penulis dapat belajar, mengerti dan memahami masalah yang penulis teliti.
3. Bapak Drs Riswandi M.Si, selaku Ketua Bidang Studi Jurnalistik Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dr. Ir. H. Suharyadi, M.Si, Selaku Rektor Universitas Mercu Buana
5. Seluruh Dosen Fikom UMB, yang telah mentransfer ilmunya selama penulis kuliah. Terima Kasih.
6. Para seluruh staf TU FIKOM yang telah membantu keperluan administrasi penulis.
7. Bapak Yudha Kartohadiprodjo, Pemeimpin Redaksi Majalah Men’s Health Indonesia yang telah mengijinkan penulis melakukan penelitian dan meluangkan waktunya.

8. Bapak Drs Yani Santoso selaku manajer M & F Fitness Center yang telah berkenan memberikan kesempatan penulis dan membantu menyebarkan kuesioner.
9. Kedua orang tuaku tercinta dan adikku tercinta Dona yang telah banyak memberikan dorongan, do'a, semangat dan dukungannya baik moril maupun materil kepada penulis..
10. Seluruh keluarga Bude dan Pakde di Pluit. Mbak Wely, Mbak Reny dan suami serta Ria yang telah mendoakan penulis agar cepat selesai kuliah.
11. Geng The Brandals (Nick, Silo, Novan, Kebot) yang selalu menjadi teman dan sahabat yang baik dan rusuh abis.
12. AyuniAku dan keluarga, yang telah memberikan dukungan, bantuan, saran dan meluangkan waktunya bagi penulis selama penulisan skripsi. *After long struggle we've done, finally we made It babe. You're The Best.*
13. Teman-teman seperjuangan, Sinyo, Bina, Dicky, Rahmat. Makasih buat semua dukungannya. *Keep our Brotherhood OK !!!!!.*
14. Anak-anak JS '01: Indra Panjank, Baron, Anto, Ronald Petrus, Dede, Harka, Aza, Ari Kambing, Aris, Ijun, Agus, Galie, Garenk, Jatu, Yuni, Rika, Indah, Anies, Naning, Inka dan lainnya. TERIMA KASIH buat semua pengalaman dan memori mengasyikkan selama kuliah. *Two Thumbs Up For You Guys!!!!*
15. Semua orang yang telah memberikan perhatian dan dukungannya kepada penulis.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Akhir kata penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan penulis sendiri pada khususnya.

Jakarta, April 2006

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                        |             |
|--------------------------------------------------------|-------------|
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>                 | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR TANDA LULUS SIDANG SKRIPSI.....</b>          | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN PERBAIKAN SKRIPSI.....</b>        | <b>iii</b>  |
| <b>ABSTRAKSI .....</b>                                 | <b>iv</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                             | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                 | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                               | <b>x</b>    |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                         | <b>1</b>    |
| 1.1. Latar Belakang Masalah .....                      | 1           |
| 1.2. Perumusan Masalah .....                           | 8           |
| 1.3. Tujuan Penelitian .....                           | 8           |
| 1.4. Signifikansi Penelitian .....                     | 8           |
| 1.4.1. Signifikansi Akademis .....                     | 8           |
| 1.4.2. Signifikansi Praktis .....                      | 8           |
| <b>BAB II KERANGKA PEMIKIRAN .....</b>                 | <b>9</b>    |
| 2.1. Komunikasi Massa.....                             | 9           |
| 2.2. Media Massa.....                                  | 15          |
| 2.3. Majalah.....                                      | 16          |
| 2.4. Sikap.....                                        | 20          |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>             | <b>25</b>   |
| 3.1. Sifat Penelitian .....                            | 25          |
| 3.2. Metode Penelitian .....                           | 25          |
| 3.3. Populasi dan Sampel .....                         | 26          |
| 3.3.1. Populasi .....                                  | 26          |
| 3.3.2. Sampel .....                                    | 26          |
| 3.4. Teknik Penarikan Sampel.....                      | 27          |
| 3.5. Definisi Konsep dan Operasionalisasi Konsep ..... | 28          |
| 3.4.1. Definisi Konsep .....                           | 28          |
| 3.4.2. Operasionalisasi Konsep .....                   | 28          |
| 3.6. Teknik Pengumpulan Data .....                     | 30          |
| 3.7. Pengolahan dan Analisa Data .....                 | 31          |

|                      |                                                                                            |           |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>BAB IV</b>        | <b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>                                               | <b>33</b> |
| 4.1.                 | Gambaran Umum Perusahaan .....                                                             | 33        |
| 4.1.1.               | Sejarah Majalah Men's Health Indonesia.....                                                | 33        |
| 4.1.2.               | Visi dan Misi Men's Health Indonesia.....                                                  | 35        |
| 4.2.                 | Hasil Penelitian .....                                                                     | 35        |
| 4.2.1.               | Identitas Responden .....                                                                  | 35        |
| 4.2.2.               | Pemilikan dan Terpaan majalah.....                                                         | 39        |
| 4.2.3.               | Sikap Anggota M & F Fitness Center Terhadap<br>Rubrik Fitness di Majalah Men's Health..... | 42        |
| 4.3.                 | Pembahasan .....                                                                           | 64        |
| <b>BAB V</b>         | <b>PENUTUP .....</b>                                                                       | <b>70</b> |
| 5.1.                 | Kesimpulan .....                                                                           | 70        |
| 5.2.                 | Saran .....                                                                                | 71        |
| 5.2.1.               | Saran Praktis.....                                                                         | 71        |
| 5.2.2.               | Saran Akademis.....                                                                        | 72        |
| DAFTAR PUSTAKA       |                                                                                            |           |
| LAMPIRAN             |                                                                                            |           |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP |                                                                                            |           |

## DAFTAR TABEL

|                  |                                                                                              |    |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 4.2.1.1    | Jenis Kelamin.....                                                                           | 36 |
| Tabel 4.2.1.2.   | Usia Responden.....                                                                          | 36 |
| Tabel 4.2.1.3.   | Tingkat Pendidikan .....                                                                     | 37 |
| Tabel 4.2.1.4.   | Jenis Pekerjaan.....                                                                         | 38 |
| Tabel 4.2.2.1.   | Cara Mendapatkan Majalah.....                                                                | 39 |
| Tabel 4.2.2.2    | Kebiasaan Membaca .....                                                                      | 40 |
| Tabel 4.2.2.3    | Alasan Membaca.....                                                                          | 41 |
| Tabel 4.2.3.3.1. | Apakah Judul di Rubrik Fitnes Sudah Menggugah<br>Perhatian.....                              | 43 |
| Tabel 4.2.3.3.2. | Apakah Judul di Rubrik Fitnes Sudah Jelas Maknanya.....                                      | 44 |
| Tabel 4.2.3.3.3. | Apakah Judul di Rubrik Fitnes Mencerminkan Isi Berita....                                    | 45 |
| Tabel 4.2.3.2.1. | Apakah Gaya Penulisan di Rubrik Fitnes Termasuk Gaya<br>Memaparkan.....                      | 47 |
| Tabel 4.2.3.2.2. | Apakah Gaya Penulisan di Rubrik Fitnes Termasuk Gaya<br>Menjelaskan.....                     | 48 |
| Tabel 4.2.3.2.3. | Apakah Gaya Penulisan di Rubrik Fitnes Termasuk Gaya<br>Mangartikan.....                     | 49 |
| Tabel 4.2.3.2.4. | Apakah Gaya Penulisan di Rubrik Fitnes Termasuk Gaya<br>Memperdalam.....                     | 50 |
| Tabel 4.2.3.3.1. | Apakah Tata Letak di Rubrik Fitness Mempunyai Susunan<br>Yang Teratur.....                   | 52 |
| Tabel 4.2.3.3.2. | Apakah Tata Letak di Rubrik Fitness Mempunyai<br>Keserasian Antara Foto Dengan Tulisan.....  | 53 |
| Tabel 4.2.3.3.3. | Apakah Tata Letak di Rubrik Fitness Sudah Menarik Dari<br>Segi Perpaduan Warna.....          | 54 |
| Tabel 4.2.3.4.1. | Apakah Foto-Foto di Rubrik Fitnes Sudah Jelas.....                                           | 56 |
| Tabel 4.2.3.4.2. | Apakah Foto-Foto di Rubrik Fitnes Memberi Gambaran<br>Tentang Kegunaan Alat.....             | 57 |
| Tabel 4.2.3.4.3. | Apakah Foto-Foto di Rubrik Fitnes Memberi Gambaran<br>Gerakan Tubuh Yang Baik Dan Benar..... | 58 |

|                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 4.2.3.5.1. Apakah Isi Rubrik Fitness Memberikan informasi<br>Kebugaran.....              | 60 |
| Tabel 4.2.3.5.2. Apakah Isi Rubrik Fitness Membuat Anda Berlatih Dengan<br>Baik dan Benar..... | 61 |
| Tabel 4.2.3.5.3. Apakah Isi Rubrik Fitness Membuat Anda Terhibur.....                          | 62 |
| Tabel 4.2.3.5.4. Apakah Isi Rubrik Fitness Membuat Anda Termotivasi.....                       | 63 |

