



**MEMAHAMI ESENSI PENGALAMAN PEREMPUAN YANG  
BERPARTISIPASI DALAM KEGIATAN WOMEN'S 10K OLEH AIA  
INDONESIA**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan Pendidikan Strata 1**

**Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas**

**Diponegoro**

**Penyusun:**

**HIKMATUL MUFARICHAH**

**14040120130089**

**DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**SEMARANG**

**2024**

## **SURAT PERNYATAAN**

### **KEASLIAN KARYA ILMIAH (SKRIPSI)**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Hikmatul Mufarichah

Nomor Induk Mahasiswa : 14040120130089

Tempat dan Tanggal Lahir : Wonosobo, 19 Januari 2002

Departemen/Program Studi : Ilmu Komunikasi

Alamat : Gunung Pitik RT 01/RW 08, Kelurahan Sapuran,  
Kecamatan Sapuran, Kabupaten Wonosobo, Jawa Tengah 56373

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah (skripsi) yang saya tulis berjudul:

#### **Memahami Esensi Pengalaman Perempuan yang Berpartisipasi dalam Kegiatan Women's 10K oleh AIA Indonesia**

Adalah benar-benar **hasil karya ilmiah tulisan saya sendiri**, bukan hasil karya ilmiah orang lain. Hal ini diperkuat dengan hasil uji kemiripan Turnitin yang kurang dari 20%. Apabila di kemudian hari ternyata karya ilmiah yang saya tulis ini terbukti bukan hasil karya ilmiah saya sendiri atau hasil plagiasi karya orang lain, maka saya sanggup menerima sanksi berupa pembatalan hasil karya ilmiah saya dengan seluruh implikasinya, sebagai akibat dari kecurangan yang saya lakukan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dengan penuh kesadaran serta tanggung jawab.

Semarang, 19 Desember 2024

Hikmatul Mufarichah

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Memahami Esensi Pengalaman Perempuan yang Berpartisipasi dalam Kegiatan Women's 10K oleh AIA Indonesia  
Nama Penyusun : Hikmatul Mufarichah  
NIM : 14040120130089  
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Dinyatakan sah sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Strata 1 pada Departemen Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Diponegoro, Semarang.

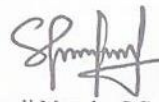
Semarang, 19 Desember 2024

Dekan

Wakil Dekan I



Dr. Drs. Teguh Yuwono, M.Pol. Admin  
NIP. 196908221994031003



S. Rouli Manalu, S.Sos., McommSt., Ph.D.  
NIP. 198209282005012001

Dosen Pembimbing:

1. Dr. Sunarto, M.Si
2. Dr. Yanuar Luqman, S.Sos, M.Si



Dosen Penguji:

1. Dr. Hapsari Dwiningtyas Sulistyani, M.Si

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Karena Sesungguhnya Sesudah Kesulitan Itu Ada Kemudahan”

Q.S Al Insyirah Ayat 5

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Penyusunan skripsi ini banyak mendapatkan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan hormat, penulis mengucapkan terima kasih dan mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT atas ridho dan karunia-Nya yang telah memberikan kesehatan, kelancaran, dan kekuatan di setiap langkah hidup penulis. Semua keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari rahmat dan hidayah-Nya.
2. Ibu tercinta, Ibu Isah Fatmawati yang senantiasa memberikan dukungan mental dan material. Terima kasih atas doa-doa yang selalu dilangitkan kepada Allah SWT demi kelancaran dan kesuksesan penulis, hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi. Semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupan Ibu dengan berkah, senantiasa diberikan kesehatan, kebahagiaan, dan panjang umur.
3. Bapak tersayang, Bapak Baryono yang pantang menyerah berkorban dan berjuang mewujudkan tanggung jawab demi membiayai penulis hingga jenjang sarjana. Terima kasih atas keringat dan usaha tanpa henti hingga tidak pernah terdengar sedikitpun keluhan dari Bapak. Semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupan Bapak dengan berkah, senantiasa diberikan kesehatan, kebahagiaan, dan panjang umur.
4. Adik yang penulis banggakan, Mukhib Kharim, yang senantiasa hadir menghibur dan mendengarkan keluhan penulis. Terima kasih telah menjadi alasan penulis tetap kuat dan bertekad menyelesaikan skripsi ini

agar penulis dapat menjadi contoh dan panutan yang baik dan bisa dibanggakan. Semoga menjadi anak yang sukses dunia dan akhirat!

5. Dr. Sunarto, M.Si, selaku dosen pembimbing 1 penulis yang dengan penuh kesabaran dan dedikasi memberikan arahan dan bimbingan, serta membagikan ilmu tanpa pamrih selama penulis mengerjakan skripsi hingga akhir.
6. Dr. Yanuar Luqman, S.Sos, M.Si, selaku dosen pembimbing 2 penulis yang telah membimbing dan mendukung penulis selama proses mengerjakan skripsi hingga akhir.
7. Dr. Hapsari Dwiningtyas Sulistyani, M.Si, selaku dosen penguji.
8. Seluruh dosen Ilmu Komunikasi yang telah memberikan ilmu dan dedikasi selama masa perkuliahan.
9. Teman pertama dalam perkuliahan, Kumala Puspa Ningrum, yang senantiasa membersamai penulis selama masa perkuliahan hingga penulis menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi teman yang menyenangkan dan menjadi bukti bahwa di dunia perkuliahan, penulis dapat menemukan teman sejati.
10. Sahabat tercinta, Aprila Ayu Salsabila, Silvia Ayu Anggraeni, Atta Amellia, Alvita Alifdiyani, dan Aneira Syahdati Arsyah yang senantiasa memberikan dukungan, nasihat, dan bantuan selama penulis mengerjakan skripsi hingga akhir.
11. Teman seperjuangan Cha Bo Ul, khususnya Irene Adelia yang menemani, membantu, dan mengarahkan setiap proses perjalanan penulis dalam

mengerjakan skripsi. Tidak lupa juga Jelena Octavia, Chairunnisa, Cheivon Rezky Damara, dan Salsabila Febryanti yang juga memberikan dukungan serta arahan yang membantu penulis menyelesaikan skripsi. Terima kasih karena telah menjadi teman yang menerima baik dan buruk penulis tanpa pernah menghakimi. Terima kasih selalu merangkul penulis untuk menjadi pribadi yang lebih baik.

12. Terima kasih kepada Hanif Imam Fahmidin yang telah mendorong penulis untuk keluar dari zona nyaman. Terima kasih karena telah mengenalkan dunia organisasi kampus dan menjadi teman yang senantiasa menghibur penulis ketika dalam keadaan terpuruk.
13. Terima kasih kepada Uli Zahro Irsyadiah dan Ririn Triswanti, karena berkat skripsi kalian, penulis dapat menyusun skripsi ini dengan lebih terarah.
14. Keluarga Kos Paviliun Durian, khususnya Nur Faslina Ridwan dan Rafaela Geralda, terima kasih karena selalu menyemangati, menanyakan progres, dan memastikan keadaan fisik dan mental penulis baik-baik saja. Terima kasih karena telah menjadi teman kos yang perhatian dan menyenangkan.
15. Terima kasih kepada Aqila Himawan Yusuf, teman dekat penulis yang pernah hadir memberikan dukungan penuh selama masa perkuliahan. Terima kasih telah menjadi salah satu motivasi penulis untuk segera menyelesaikan skripsi agar bisa menyusul mendapatkan gelar sarjana. Terima kasih karena telah mengajarkan banyak hal dalam hidup dan menjadi sosok yang memberikan pengalaman berarti dalam hidup penulis.

16. Terima kasih kepada Mazaya Hadaina Saniy, teman yang penulis temui di semester 5 perkuliahan. Terima kasih karena telah berkenan menjadi teman yang senantiasa mendukung dalam keadaan apa pun.
17. Terima kasih kepada Khafna Muhammad Yasir, teman yang bersedia direpotkan ketika penulis buntu menemukan solusi. Terima kasih karena selalu memberikan solusi dari sudut pandang yang realistis dan logis terhadap masalah yang dihadapi penulis. Semoga senantiasa dilimpahi rahmat dan ridho Allah SWT.
18. Kakak-kakak informan penelitian, Ines Ramadani, Marcella Mitzy, Indah Haryanto, Fitri Nuraini Prasetyo, Safira Rachmadany, dan Hannafatiha Rahmani Hestisiwi yang telah berkenan secara sukarela meluangkan waktu dan tenaga menjadi informan penelitian ini dengan membagikan pengalaman mereka secara detail dan antusias. Terima kasih atas bantuan yang sangat berarti, karena tanpa kalian, skripsi ini tidak akan selesai.
19. Women's 10K, lembaga yang penulis jadikan topik penelitian, terima kasih karena telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian sekaligus berkenan menjadi informan penelitian. Tanpa izin dari Women's 10K, skripsi ini tidak akan selesai.
20. Terakhir, persembahkan untuk diri penulis sendiri, Hikmatul Mufarichah. Terima kasih karena telah berjuang dan pantang menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih sudah bertahan sampai sejauh ini, meskipun berkali-kali merasa gagal karena prosesnya tidak secepat teman yang lain.

## ABSTRAK

Judul : Memahami Esensi Pengalaman Perempuan yang Berpartisipasi dalam Kegiatan Women's 10K oleh AIA Indonesia  
Nama : Hikmatul Mufarichah  
NIM : 14040120130089  
Program Studi : S-1 Ilmu Komunikasi

---

Studi ini berangkat dari rendahnya angka partisipasi perempuan dalam olahraga di Indonesia, sebagaimana dilaporkan dalam *Laporan Nasional Sport Development Indeks* (SDI) tahun 2021 oleh Kementerian Pemuda dan Olahraga. Data menunjukkan bahwa tingkat partisipasi perempuan dalam olahraga jauh tertinggal dibandingkan laki-laki, yang dipengaruhi oleh faktor sosial, budaya, dan akses yang tidak setara. Penelitian ini bertujuan untuk memahami esensi pengalaman perempuan yang berpartisipasi dalam Women's 10K, sebuah ajang olahraga inklusif yang bertujuan meningkatkan kesadaran, partisipasi perempuan dalam olahraga, dan memberikan ruang yang aman dan nyaman untuk perempuan bisa mengekspresikan diri dalam bidang olahraga. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan fenomenologi kritis untuk menggali pengalaman mendalam dari enam peserta Women's 10K melalui wawancara. Analisis data didasari oleh *Standpoint Theory*, yang menekankan pentingnya perspektif perempuan dalam memahami struktur sosial, serta aliran feminisme liberal yang berfokus pada kesetaraan peluang.

Hasil penelitian mengungkap tiga tema utama: (1) *Empowerment thorough Running* – partisipasi memberikan rasa pemberdayaan dan kepercayaan diri bagi perempuan; (2) *Solidarity and Community* – Women's 10K menciptakan solidaritas sosial yang memperkuat interaksi antarperempuan; dan (3) *Health and Self-Care* – aktivitas lari dianggap sebagai sarana untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Penelitian ini menunjukkan bahwa Women's 10K tidak hanya menjadi ajang olahraga, tetapi juga platform transformasi sosial yang mendorong pemberdayaan perempuan dan kesetaraan gender. Implikasi penelitian meliputi pentingnya strategi inklusif dalam mendesain acara olahraga serta perlunya kebijakan yang mendukung partisipasi perempuan secara lebih luas dalam kegiatan olahraga.

**Kata Kunci: Partisipasi Perempuan, Pemberdayaan Perempuan, Women's 10K**

## **ABSTRACT**

*Title* : *Understanding the Essence of Women's Experiences Participating in the Women's 10K by AIA Indonesia*  
*Name* : Hikmatul Mufarichah  
*NIM* : 14040120130089  
*Department* : *Communication Science*

---

*This study stems from the low participation of women in sports in Indonesia, as reported in the National Sport Development Indeks (SDI) 2021 by the Ministry of Youth and Sports. The data indicate that women's participation in sports significantly lags behind men's, influenced by social, cultural, and unequal access factors. This research aims to explore the essence of women's experiences participating in Women's 10K, an inclusive sports event designed to raise awareness, promote women's participation in sports, and provide a safe and comfortable space for women to express themselves in this field. This qualitative research employs a critical phenomenological approach to delve deeply into the experiences of six Women's 10K participants through interviews. Data analysis is grounded in Standpoint Theory, which emphasizes the significance of women's perspectives in understanding societal structures, and liberal feminism, which focuses on equality of opportunity.*

*The findings reveal three main themes: (1) Empowerment through Running – participation fosters empowerment and boosts self-confidence among women; (2) Solidarity and Community – Women's 10K creates social solidarity that strengthens interactions among women; and (3) Health and Self-Care – running is perceived as a medium to enhance physical and mental well-being. The study demonstrates that Women's 10K is not merely a sports event but also a transformative platform that advances women's empowerment and gender equality. The practical implications highlight the importance of inclusive strategies in designing sports events and policies that broadly support women's participation in physical activities.*

**Keywords:** *Women's 10K, Women's Empowerment, Women's Participation*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT. karena berkat Rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul ***“Memahami Esensi Pengalaman Perempuan yang Berpartisipasi dalam Kegiatan Women’s 10K oleh AIA Indonesia”***. Skripsi ini disusun sebagai bagian dari pemenuhan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Program Studi Ilmu Komunikasi (S.I.Kom) di Universitas Diponegoro.

Skripsi ini terdiri dari enam bab yang diawali dengan bab 1, yaitu latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kerangka teori, paradigma, *state of the art*, operasionalisasi konsep, dan metode penelitian. Dilanjutkan dengan bab 2 yang berisi gambaran umum subjek penelitian, kemudian bab 3 berisi deskripsi tekstural, bab 4 berisi deskripsi structural, kemudian bab 5 berisi refleksi hasil penelitian, dan diakhiri dengan bab 6 yang berisi penutup meliputi simpulan, rekomendasi, dan hambatan penelitian.

Skripsi ini bertujuan untuk menggali dan memahami pengalaman perempuan yang berpartisipasi dalam ajang olahraga Women’s 10K yang diselenggarakan oleh AIA Indonesia. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai ajang olahraga, tetapi juga sebagai platform untuk memberdayakan perempuan dalam meraih pencapaian pribadi dan kolektif. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat terungkap esensi, motivasi, serta dampak dari partisipasi perempuan dalam kegiatan tersebut, yang pada gilirannya dapat memberikan wawasan tentang peran olahraga dalam pemberdayaan perempuan di Indonesia.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik konstruktif demi penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik untuk pengembangan ilmu pengetahuan, maupun untuk pihak-pihak yang berkepentingan dalam pemberdayaan perempuan melalui olahraga.

Semarang, 19 Desember 2024

Hikmatul Mufarichah

## DAFTAR ISI

|                                                                                                                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| MEMAHAMI ESENSI PENGALAMAN PEREMPUAN YANG BERPARTISIPASI<br>DALAM KEGIATAN WOMEN’S 10K OLEH AIA INDONESIA .....                                                           | i   |
| SURAT PERNYATAAN .....                                                                                                                                                    | ii  |
| KEASLIAN KARYA ILMIAH (SKRIPSI) .....                                                                                                                                     | ii  |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                                                                                                                                                   | iii |
| MOTTO .....                                                                                                                                                               | iv  |
| HALAMAN PERSEMBAHAN .....                                                                                                                                                 | v   |
| ABSTRAK.....                                                                                                                                                              | ix  |
| KATA PENGANTAR.....                                                                                                                                                       | xi  |
| DAFTAR ISI.....                                                                                                                                                           | xii |
| DAFTAR GAMBAR .....                                                                                                                                                       | xv  |
| DAFTAR TABEL .....                                                                                                                                                        | xvi |
| BAB I.....                                                                                                                                                                | 1   |
| PENDAHULUAN .....                                                                                                                                                         | 1   |
| 1.1 Latar Belakang .....                                                                                                                                                  | 1   |
| 1.2 Rumusan Masalah.....                                                                                                                                                  | 10  |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                                                                                                                                               | 14  |
| 1.4 Signifikansi Penelitian .....                                                                                                                                         | 14  |
| 1.4.1 Signifikansi Teoritis .....                                                                                                                                         | 14  |
| 1.4.2 Signifikansi Praktis .....                                                                                                                                          | 14  |
| 1.4.3 Signifikansi Sosial .....                                                                                                                                           | 15  |
| 1.5 Kerangka Pemikiran Teoritis.....                                                                                                                                      | 15  |
| 1.5.1 Paradigma Penelitian .....                                                                                                                                          | 15  |
| 1.5.2 State of The Art .....                                                                                                                                              | 19  |
| 1.5.2.1 Konstruksi Sosial Atlet Perempuan dalam Mengikuti Olahraga Bela Diri<br>Pencak Silat PSHT Rayon Martubung di Kelurahan Besar (Pinem & Rosramadhana,<br>2023)..... | 19  |
| 1.5.2.2 Partisipasi Perempuan dalam Olahraga Perspektif Hermeneutika Hadis Fazlur<br>Rahman (Hasan, 2019) .....                                                           | 19  |
| 1.5.2.3 Analisis Perkembangan Wanita dalam Olahraga (Dermawan <i>et al.</i> , 2021) .....                                                                                 | 20  |
| 1.5.2.4 Persepsi Masyarakat Terhadap Kesenjangan Gender Pada Wanita dalam<br>Olahraga (Habali <i>et al.</i> , 2023).....                                                  | 20  |
| 1.5.3 Feminisme Liberal .....                                                                                                                                             | 21  |
| 1.5.4 Level Komunikasi .....                                                                                                                                              | 22  |
| 1.5.5 Teori .....                                                                                                                                                         | 25  |
| 1.6 Asumsi Penelitian.....                                                                                                                                                | 28  |
| 1.7 Operasionalisasi Konsep .....                                                                                                                                         | 29  |
| 1.7.1 Pemahaman .....                                                                                                                                                     | 29  |
| 1.7.2 Pemberdayaan Perempuan .....                                                                                                                                        | 30  |
| 1.7.3 Kampanye .....                                                                                                                                                      | 33  |
| 1.7.4 Internalisasi Nilai .....                                                                                                                                           | 33  |
| 1.8 Metode Penelitian .....                                                                                                                                               | 35  |
| 1.8.1 Tipe Penelitian .....                                                                                                                                               | 35  |
| 1.8.2 Subjek Penelitian .....                                                                                                                                             | 38  |
| 1.8.3 Jenis Data dan Sumber Data .....                                                                                                                                    | 38  |
| 1.8.3.1 Data Primer .....                                                                                                                                                 | 38  |
| 1.8.3.2 Data Sekunder.....                                                                                                                                                | 39  |

|                                                                                                                                     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1.8.4 Teknik Pengumpulan Data .....                                                                                                 | 39  |
| 1.8.5 Teknik Analisis Data .....                                                                                                    | 40  |
| 1.8.6 Goodness Criteria.....                                                                                                        | 42  |
| BAB II.....                                                                                                                         | 44  |
| GAMBARAN UMUM .....                                                                                                                 | 44  |
| 2.1 Kapitalisasi Industri Olahraga Sebagai Kegiatan Pemberdayaan Perempuan .....                                                    | 44  |
| 2.2 Kampanye Pemberdayaan Perempuan Women's 10K .....                                                                               | 47  |
| 2.3 Tren Olahraga Lari di Indonesia .....                                                                                           | 51  |
| 2.4 Lembaga-Lembaga Penyelenggara Olahraga Lari Khusus Perempuan di Indonesia .....                                                 | 53  |
| BAB III .....                                                                                                                       | 58  |
| TEMUAN PENELITIAN MEMAHAMI ESENSI PENGALAMAN PEREMPUAN<br>YANG BERPARTISIPASI DALAM KEGIATAN WOMEN'S 10K OLEH AIA<br>INDONESIA..... | 58  |
| 3.1 Deskripsi Identitas Informan.....                                                                                               | 59  |
| 3.1.1 Identitas Informan Peserta .....                                                                                              | 59  |
| 3.2 Deskripsi Tekstural Individu .....                                                                                              | 59  |
| 3.2.1 Informan 1.....                                                                                                               | 59  |
| 3.2.2. Informan 2.....                                                                                                              | 89  |
| 3.2.3 Informan 3.....                                                                                                               | 112 |
| 3.2.4 Informan 4.....                                                                                                               | 142 |
| 3.2.5 Informan 5.....                                                                                                               | 173 |
| 3.2.6 Informan 6.....                                                                                                               | 210 |
| 3.3 Deskripsi Tekstural Gabungan .....                                                                                              | 245 |
| 3.3.1 Latar Belakang Personal .....                                                                                                 | 245 |
| 3.3.2 Latar Belakang Profesional.....                                                                                               | 247 |
| 3.3.3 Latar Belakang Eksternal .....                                                                                                | 248 |
| 3.3.4 Menemukan Relasi ( <i>networking</i> ).....                                                                                   | 249 |
| 3.3.5 Menambah Pengetahuan .....                                                                                                    | 249 |
| 3.3.6 Memenuhi Kebutuhan Psikologis .....                                                                                           | 250 |
| 3.3.7 Memenuhi Kebutuhan Fisiologis.....                                                                                            | 251 |
| 3.3.8 <i>Branding</i> Diri di Media Sosial .....                                                                                    | 251 |
| 3.3.9 Benefit Secara Materi .....                                                                                                   | 252 |
| 3.3.10 Benefit Kesempatan .....                                                                                                     | 253 |
| 3.3.11 Latar Belakang Internal.....                                                                                                 | 253 |
| 3.3.12 Latar Belakang Eksternal .....                                                                                               | 254 |
| 3.3.13 Latar Belakang Bisnis.....                                                                                                   | 255 |
| 3.3.14 Sebelum Mengikuti Instagram Women's 10K .....                                                                                | 255 |
| 3.3.15 Selama Mengikuti Instagram Women's 10K .....                                                                                 | 256 |
| 3.3.16 Tahapan Pendaftaran .....                                                                                                    | 258 |
| 3.3.17 Biaya Pendaftaran .....                                                                                                      | 258 |
| 3.3.18 Proses Mendaftar .....                                                                                                       | 259 |
| 3.3.19 Transportasi.....                                                                                                            | 260 |
| 3.3.20 Proses Keberangkatan.....                                                                                                    | 261 |
| 3.3.21 Waktu Keberangkatan .....                                                                                                    | 262 |
| 3.3.21 Persiapan Sebelum Kegiatan Women's 10K.....                                                                                  | 262 |
| 3.3.22 Rangkaian Kegiatan Women's 10K .....                                                                                         | 263 |
| 3.3.23 Selama Berlari Dalam Kegiatan Women's 10K.....                                                                               | 264 |
| 3.3.24 Kendala yang Dialami.....                                                                                                    | 265 |
| 3.3.25 Setelah Berhasil Finish .....                                                                                                | 266 |
| 3.3.26 Efek/Manfaat yang Dirasakan.....                                                                                             | 267 |

|                                                                                                                                        |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 3.3.27 Makna yang Dipetik.....                                                                                                         | 268 |
| 3.3.28 Evaluasi Terhadap Kekurangan Diri .....                                                                                         | 269 |
| 3.3.29 Sikap Setelah Mengikuti Kegiatan Women's 10K .....                                                                              | 270 |
| 3.3.30 Stigma Negatif Dari Orang Sekitar .....                                                                                         | 271 |
| 3.3.31 Menyikapi Stigma Negatif.....                                                                                                   | 272 |
| BAB IV .....                                                                                                                           | 274 |
| DESKRIPSI STRUKTURAL MEMAHAMI ESENSI PENGALAMAN PEREMPUAN<br>YANG BERPARTISIPASI DALAM KEGIATAN WOMEN'S 10K OLEH AIA<br>INDONESIA..... | 274 |
| 4.1 Deskripsi Struktural Individu Peserta .....                                                                                        | 274 |
| 4.1.1 Informan 1.....                                                                                                                  | 274 |
| 4.1.2 Informan 2.....                                                                                                                  | 286 |
| 4.1.3 Informan 3.....                                                                                                                  | 300 |
| 4.1.4 Informan 4.....                                                                                                                  | 314 |
| 4.1.5 Informan 5.....                                                                                                                  | 328 |
| 4.1.6 Informan 6.....                                                                                                                  | 341 |
| 4.2 Deskripsi Struktural Gabungan.....                                                                                                 | 355 |
| 4.2.1 Latar Belakang Mengikuti Kegiatan Women's 10K .....                                                                              | 355 |
| 4.2.2 Motivasi Mengikuti Kegiatan Women's 10K .....                                                                                    | 357 |
| 4.2.3 Latar Belakang Mengikuti Instagram Women's 10K.....                                                                              | 360 |
| 4.2.4 Proses Keterlibatan Sebagai Pengikut Instagram Women's 10K.....                                                                  | 361 |
| 4.2.5 Proses Pendaftaran Peserta Kegiatan Women's 10K .....                                                                            | 363 |
| 4.2.6 Proses Peserta Menuju Venue Kegiatan Women's 10K.....                                                                            | 364 |
| 4.2.7 Proses Pelaksanaan Kegiatan Women's 10K .....                                                                                    | 365 |
| 4.2.8 Setelah Mengikuti Kegiatan Women's 10K.....                                                                                      | 369 |
| 4.2.9 Pelabelan atau Stereotipisasi.....                                                                                               | 372 |
| 4.3 Esensi Makna Gabungan.....                                                                                                         | 374 |
| BAB V .....                                                                                                                            | 377 |
| REFLEKSI HASIL PENELITIAN .....                                                                                                        | 377 |
| 5.1 Teoritis .....                                                                                                                     | 377 |
| 5.2 Praktis .....                                                                                                                      | 379 |
| 5.3 Sosial.....                                                                                                                        | 380 |
| BAB VI .....                                                                                                                           | 382 |
| PENUTUP .....                                                                                                                          | 382 |
| 6.1 Simpulan .....                                                                                                                     | 382 |
| 6.2 Rekomendasi.....                                                                                                                   | 385 |
| 6.2.1 Teoritis .....                                                                                                                   | 385 |
| 6.2.2 Praktis .....                                                                                                                    | 386 |
| 6.2.3 Sosial.....                                                                                                                      | 386 |
| 6.3 Hambatan Penelitian .....                                                                                                          | 387 |
| 6.3.1 Keterbatasan Akses dan Partisipasi Representatif .....                                                                           | 387 |
| 6.3.2 Pengaruh Bias Sosial dan Kultural terhadap Respon Peserta .....                                                                  | 387 |
| 6.3.3 Keterbatasan dalam Mengukur Dampak Jangka Panjang.....                                                                           | 388 |
| DAFTAR PUSTAKA.....                                                                                                                    | 389 |
| LAMPIRAN.....                                                                                                                          | 394 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                                                                    |   |
|------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Gambar 1 Grafik Partisipasi Berolahraga Ditinjau dari Usia dan Jenis Kelamin ..... | 4 |
|------------------------------------------------------------------------------------|---|

## **DAFTAR TABEL**

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Tabel 1 Identitas Peserta ..... | 59 |
|---------------------------------|----|