

SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY PADA ATLET PENYANDANG DISABILITAS

Isti Fauziah Nisa Pratiwi¹, Jajat², Surdiniarty Ugelta³, Adang Suherman⁴, Yati Rухayati⁵, Nur Indri Rahayu⁶, Kuston Sultoni⁷, Imas Damayanti⁸

Abstrak: Atlet penyandang disabilitas merupakan individu yang memiliki keterbatasan dalam hal tertentu. Keterbatasan yang berbeda dan terlihat jelas, serta adanya arti penting citra tubuh dalam olahraga memungkinkan hadirnya stigma negatif yang dapat memicu social physique anxiety cukup tinggi. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat social physique anxiety pada atlet penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra. Penelitian ini menggunakan metode komparatif dengan melibatkan 64 orang (45 tuna daksa dan 19 tuna netra) atlet NPCI Kota Bandung sebagai sampel. Social Physique Anxiety diukur menggunakan kuisioner Social Physique Anxiety Scale (SPAS) Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat social physique anxiety pada atlet penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra dengan nilai sig. ($p = 0,561 > 0,05$). Tuna daksa maupun tuna netra keduanya berada pada tingkat SPA yang sama yaitu kategori sedang. Hal tersebut mengartikan bahwa jenis disabilitas tidak serta merta dapat menentukan tinggi maupun rendahnya social physique anxiety.

Kata Kunci: *Kecemasan, atlet, disabilitas, social physique anxiety*

Abstract: *Athletes with disabilities are individuals who have certain limitations. Different and obvious limitations, as well as the importance of body image in sports allows for the presence of a negative stigma that can trigger quite high social physical anxiety. This study aims to determine differences in the level of social physique anxiety in athletes with disabilities and blinds. This study used a comparative method involving 64 people (45 disabled and 19 blind) NPCI athletes in Bandung City as a sample. Social Physique Anxiety was measured using the Social Physique Anxiety Scale (SPAS) questionnaire. The results showed that there was no significant difference in the level of social physique anxiety in athletes with disabilities and blinds with a sig. ($p = 0.561 > 0.05$). The physically impaired and the blind are both at the same SPA level, namely the moderate category. This means that the type of disability does not necessarily determine the level or level of social physical anxiety.*

Keywords: *Anxiety, athlete, disability, social physique anxiety*

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

² Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

³ Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

⁴ Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

⁵ Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

⁶ Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

⁷ Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

⁸ Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

PENDAHULUAN

Social physique anxiety merupakan salah satu fenomena kecemasan yang hadir berdasarkan persepsi diri bahwa orang lain sedang mengevaluasi kondisi fisik seseorang secara negatif. Fisik dalam hal ini mengacu pada bentuk struktur tubuh, lemak tubuh, otot dan proporsi tubuh seseorang secara umum. Individu dengan *social physique anxiety* tinggi berpotensi mengalami stress yang lebih banyak pada situasi sosial. Sehingga, dalam beberapa penelitian mengungkapkan bahwa *social physique anxiety* berdampak pada ketidakpuasan bentuk tubuh dan masalah berat badan (Thompson, A. M., & Chad, K. E. 2002), motivasi partisipasi aktivitas fisik (Sabiston, et al. 2014), harga diri dan konsep diri fisik (Hagger, 2010).

Social physique anxiety berpotensi dapat terjadi pada siapa saja yang merasa kurang puas terhadap kondisi fisik yang dimilikinya, tak terkecuali penyandang disabilitas. Secara umum diketahui bahwa penyandang disabilitas memiliki keterbatasan tertentu yang dimungkinkan terdapat pada struktur dan proporsi tubuhnya yang berbeda dengan individu non-disabilitas. Sehingga, menurut Feist (2006) Keterbatasan ataupun kekurangan yang terdapat pada salah satu bagian tubuh individu dapat mempengaruhi individu tersebut secara keseluruhan termasuk kondisi psikologinya.

Dalam konteks olahraga seorang penyandang disabilitas yang aktif sebagai olahragawan kerap disebut atlet disabilitas. Atlet penyandang disabilitas rentan terpengaruh konstruksi psikologinya karena memiliki rasa ketidakpuasan terhadap kondisi fisik yang dimiliki serta adanya penilaian negatif berupa tatapan dan komentar mengenai keterbatasan yang dimilikinya. Dimana penyandang disabilitas seringkali di cap sebagai orang yang malas, tidak cerdas atau tidak dapat dipercaya serta tidak dapat melakukan hal luar biasa lainnya hanya karena keadaan fisiknya yang berkekurangan (Martin, J. 2009). Adanya stigma negatif serta perkembangan informasi media sosial saat ini yang cenderung lebih banyak menampilkan citra tubuh seorang atlet dalam keadaan ideal dan sehat dapat menjadi pemicu atlet penyandang disabilitas memilih untuk menghindari tampil di khalayak umum dan atau menyembunyikan kekurangan mereka agar dapat tampil lebih baik. Apalagi bagi seorang atlet disabilitas hal tersebut diperkuat dengan adanya arti penting keindahan dan citra tubuh dalam beberapa komponen penilaian cabang olahraga tertentu yang pada akhirnya menjadi penyebab mereka mengalami *social physique anxiety* (Greenleaf, 2004).

Social Physique Anxiety atau yang dikenal dengan Kecemasan Fisik Sosial merupakan variabel turunan dalam aspek kecemasan sosial yang berasal dari persepsi diri. *Social Physique Anxiety* secara khusus mencerminkan kekhawatiran seseorang karena persepsinya yang menganggap bahwa orang lain sedang mengkritik atau mengevaluasi fisiknya secara negatif (Martin, J 2009). *Social physique anxiety* berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang melekat pada seseorang, sehingga individu dengan persepsi citra tubuh yang negatif rentan mengalami SPA tinggi.

Penyandang disabilitas menurut undang-undang No.8 Tahun 2016 ialah individu yang mengalami keterbatasan dalam aspek tertentu seperti fisik, intelektual, mental dan atau sensorik yang dapat menghambat individu tersebut untuk bisa berinteraksi serta berpartisipasi maksimal dalam lingkungannya. Penyandang disabilitas terbagi menjadi beberapa kategori disesuaikan dengan keterbatasan yang terdapat pada individunya. Tuna daksa ialah individu yang mengalami keterbatasan karena adanya kerusakan atau kelainan pada bagian tubuh seperti lahir dengan satu tangan ataupun lainnya, sedangkan tuna netra memiliki gangguan pada fungsi visualnya. Berdasarkan hal tersebut penyandang disabilitas dengan jenis disabilitas yang parah dan terlihat jelas akan lebih rentan mengalami *social physique anxiety* yang tinggi (Martin, 2009).

Penelitian mengenai *social physique anxiety* secara khusus pada penyandang disabilitas masih relatif terbatas termasuk di Indonesia. Namun, penelitian terkait yang serupa dengan hal

ini telah dilakukan, seperti pada tahun 2019 oleh Demirel dengan judul “*Social Appearance Anxiety and Rosenberg Self-Esteem Scores in Young Physical Disabled Athletes*”. Penelitian tersebut membandingkan kecemasan penampilan sosial dengan harga diri pada atlet muda penyandang disabilitas fisik dan non-disabilitas. Dari kesimpulan penelitian diketahui bahwa terdapat perbedaan kecemasan penampilan sosial antara atlet penyandang disabilitas fisik dan atlet non disabilitas, dimana atlet penyandang disabilitas fisik cenderung memiliki kecemasan penampilan fisik yang lebih tinggi karena terkait dengan depresi.

Lebih lanjutnya kaitan *social physique anxiety* pada penyandang disabilitas akan mempengaruhi perilaku penting lain seperti harga diri dan penerimaan kecacatan (Kedde & van Berlo, 2006). Pada atlet disabilitas kondisi psikologis tersebut tentunya akan berpengaruh pada performa dan raihan prestasinya. Sehingga, penelitian terkait hal ini diperlukan untuk memperoleh data mengenai tingkat *social physique anxiety* yang dialami oleh penyandang disabilitas untuk selanjutnya mengarah pada penanganan psikologis. Dengan demikian, hal tersebut yang mendasari penelitian ini akan mengkaji mengenai perbedaan tingkat *social physique anxiety* berdasarkan jenis disabilitas fisik yaitu tuna daksa dan tuna netra.

METODE

Metode dan desain yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan desain komparatif untuk membandingkan tingkat *Social Physique Anxiety* pada penyandang disabilitas fisik tuna daksa dan tuna netra. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah atlet penyandang disabilitas fisik tuna daksa dan tuna netra di NPCI Kota Bandung dengan jumlah 64 partisipan (45 tuna daksa dan 19 tuna netra) yang memiliki rata-rata usia 34 tahun.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ialah bentuk kuisioner berupa *Social Physique Anxiety Scale* (SPAS). SPAS (M. R. Leary & Leary, 2013) mencakup 12 item pernyataan yang dinilai menggunakan skala likert 5 poin. Label “1” untuk poin sama sekali bukan karakteristik saya, “2” karakteristik saya sedikit, “3” cukup karakteristik saya, “4” sangat karakteristik saya dan poin “5” sangat karakteristik saya sekali. SPAS telah melalui uji validitas dengan hasil keseluruhan butir instrumen dinyatakan valid dengan koefisien korelasi terendah $r = 0,352$ dan koefisien tertinggi $r = 0,777$ dan uji reabilitas tinggi dengan perolehan Cronbach’s Alpha sebesar 0,787.

Analisis data deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran umum mengenai karakteristik dan tingkat *Social Physique Anxiety* pada penyandang disabilitas fisik tuna daksa dan tuna netra. Hipotesis diuji menggunakan *Non-Parametric Test* berupa uji *Mann-Whitney U* untuk mengetahui perbedaan tingkat *Social Physique Anxiety* pada penyandang disabilitas fisik tuna daksa dan tuna netra.

HASIL

Tabel Descriptive Statistics

	N	M	Std. Deviation
Tunadaksa	45	34,82	8,277
Tunanetra	19	33,68	6,378
Rata-rata		34,48	

Data deskriptif pada tabel menunjukkan hasil rata-rata SPA pada penyandang disabilitas tuna daksa sebesar 34,82 dengan standar deviasi 8,277, sedangkan penyandang disabilitas tuna netra rata-rata 33,68 dengan standar deviasi 6,378 dan rata-rata keseluruhan sebesar 34,48.

Tabel Tingkat *Social Physique Anxiety*

Skor	Kategori	Sampel	Presentase
>42,21	Tinggi	6	9%
>26,75	Sedang	50	78%
<26,75	Rendah	8	13%
Rata-rata skor SPA		34,48	

Berdasarkan hasil perhitungan skor *social physique anxiety* diperoleh nilai rata-rata skor SPA pada penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra sebesar 34,48. Pada kategori tinggi diketahui sebanyak 9% atlet terdiri dari 4 atlet tuna daksa dan 2 tuna netra memiliki skor SPA lebih dari 42,21. Kategori sedang dengan presentase paling besar sebanyak 78% terdiri dari 35 atlet tuna daksa dan 15 atlet tuna netra memiliki skor SPA diatas 26,75 dan di kategori rendah dengan skor dibawah 26,75 memiliki presentase sebesar 13% yang mewakili 6 atlet tuna daksa dan 2 atlet tuna netra. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata nilai SPA yang dimiliki atlet penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra berada di kategori sedang.

Tabel Uji Hipotesis

Nilai SPAS	
Asymp. Sig. (2-tailed)	,561

Berdasarkan pengujian hipotesis menggunakan *Mann-Whitney U* diketahui hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kualitas *Social Physique Anxiety* pada atlet penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra yang ada di NPCI Kota Bandung. Hal tersebut ditinjau dari nilai Sig. 2-tailed 0,561 > 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkat *Social Physique Anxiety* pada atlet penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra berada di kategori yang sama yaitu pada kategori sedang.

PEMBAHASAN

Studi penelitian ini mengkaji mengenai perbedaan tingkat *social physique anxiety* pada atlet penyandang disabilitas fisik yang ada di NPCI Kota Bandung. Dari hasil pengolahan dan analisis data yang telah dilakukan, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat *social physique anxiety* pada penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra. Tingkat kualitas *social physique anxiety* tuna daksa dan tuna netra berada pada kategori yang relatif sedang.

Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa jenis disabilitas atau ketunaan yang dimiliki tidak serta merta akan menghasilkan tingkat *social physique anxiety* yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Martin, (1999). Penelitian tersebut melibatkan 57 atlet penyandang disabilitas cabang olahraga renang dengan menggunakan instrumen *social physique anxiety* (SPAS). Penelitian dengan judul “*Predictors of Social Physique Anxiety in Adolescent Swimmers With Physical Disabilities*” menunjukkan hasil deskriptif bahwa perenang dengan disabilitas memiliki tingkat *social physique anxiety* pada kategori yang relatif ringan hingga sedang. Sehingga, dalam penelitiannya jenis disabilitas tidak secara signifikan memberikan hasil *social physique anxiety* yang lebih tinggi. Karena faktor mediasi terhadap disabilitas yang dimiliki menjadi peran yang penting (Martin, 2009).

Mediasi yang dimaksud dalam hal ini ialah penyelesaian pertentangan dengan diri sendiri terkait keterbatasan yang dimiliki untuk selanjutnya mengarah pada penerimaan diri. Penerimaan diri merupakan sikap seseorang yang merasa cukup dengan keadaan diri, kualitas diri dan memahami keterbatasan yang ada pada dirinya (Hilmi, 2017). Penyandang disabilitas tentunya secara bertahap dari waktu ke waktu belajar untuk menerima kondisi bagian tubuh mereka yang dirasa menjadi sebuah keterbatasan. Sehingga, kaitannya dengan tingkat *Social physique anxiety* yang relatif sedang ialah penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra mampu menerima kritik atau evaluasi negatif yang mengarah pada fisiknya.

Temuan lain dalam penelitian ini diketahui bahwa usia menjadi salah satu variabel yang mempengaruhi tingkat *social physique anxiety* pada penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra berada pada kategori yang sama yaitu relatif sedang. Usia menyumbang sebanyak 6% sebagai varians prediktor atau variabel pendukung *social physique anxiety* (Monsma, 2008). Usia terkait dengan *social physique anxiety* karena mencerminkan perkembangan umum untuk usia yang berbeda kelompok (Martin, 2009). Pengelompokkan perkembangan usia dewasa menurut Papalia, et al (2008) terbagi menjadi, dewasa muda (usia 20 hingga 40 tahun), dewasa madya (usia 40 hingga 60 tahun) dan dewasa lanjut (usia 60 tahun hingga akhir hayat). Diketahui rata-rata usia atlet penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra di NPCI Kota Bandung berada pada fase dewasa muda kisaran 27 hingga 34 tahun. Pada fase dewasa muda merupakan masa transisi dalam berbagai hal. Hal ini berkaitan dengan pematangan kedewasaan yang memungkinkan mereka tidak terlalu terganggu terhadap kondisi tubuhnya.

Hasil temuan dalam beberapa penelitian mengenai *social physique anxiety* dan usia menunjukkan bahwa pengalaman *social physique anxiety* terjadi relatif tinggi pada usia remaja (Sabiston et al, 2007; Hagger, 2010). Dimana pada penelitian tersebut sampel yang terlibat memiliki rata-rata usia kisaran 11 hingga 24 tahun. Hal tersebut dapat menjadi salah satu faktor pengalaman SPA tinggi karena pada usia remaja dimungkinkan mengalami kesulitan untuk menegosiasikan standar yang bertentangan terkait permasalahan yang terdapat pada tubuhnya (Sabiston, 2007). Pada periode remaja bertepatan dengan perubahan besar dalam segala hal mengenai (sosial, biologis, emosional) dan pencarian identitas jati diri. Salah satu aspek yang berkaitan dengan *social physique anxiety* yang kemungkinan mengalami perubahan ialah konsep diri. Menurut Marsh (1985), konsep diri mengalami penurunan yang signifikan pada usia remaja awal, berlanjut hingga usia pertengahan dan akan cenderung mengalami peningkatan pada usia dewasa (21 tahun keatas).

Konsep diri fisik secara konseptual memiliki keterkaitan erat dengan *social physique anxiety*. Menurut Hagger, et al (2010) SPA mewakili perhatian atas penyajian kekhawatiran mengenai fisik. Dimana individu yang terindikasi memiliki tingkat *social physique anxiety* cukup tinggi cenderung memiliki persepsi yang relatif lebih rendah mengenai kecukupan fisiknya, sehingga konsep diri cenderung rendah. Hal tersebut terjadi karena konsep diri fisik mengacu pada persepsi evaluatif individu secara keseluruhan tentang diri mereka sendiri dalam hal fisik. Sehingga, konteksnya dalam penelitian ini atlet penyandang disabilitas menunjukkan tingkat *social physique anxiety* yang relatif sedang dan berada pada kategori yang sama antara penyandang tuna daksa dan tuna netra, karena dimungkinkan mereka tidak membandingkan kondisi tubuh mereka yang mengalami keterbatasan dengan individu non-disabilitas. Menurut Martin, (2009) Ketika individu penyandang disabilitas membandingkan tubuh mereka dengan orang lain yang serupa (yaitu individu dengan disabilitas serupa), mereka mungkin cenderung tidak akan mengalami SPA.

Temuan lain mengenai *social physique anxiety* pada penyandang disabilitas masih relatif terbatas, namun penelitian yang hampir serupa terkait kecemasan penampilan sosial pernah dilakukan Demirel, (2019). Penelitian tersebut membandingkan kecemasan penampilan sosial dengan harga diri pada atlet muda penyandang disabilitas fisik dan non-disabilitas dengan melibatkan sampel sebanyak 140 atlet disabilitas fisik dan 60 atlet non-disabilitas. Hasilnya

diketahui bahwa atlet penyandang disabilitas fisik cenderung memiliki kecemasan penampilan fisik yang lebih tinggi. Hal ini tentunya berbeda dengan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, karena dalam penelitian ini tidak membandingkan secara khusus penyandang disabilitas dengan non-disabilitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat social physique anxiety pada atlet penyandang disabilitas tuna daksa dan tuna netra berada pada kategori yang sama. Tinggi maupun rendahnya social physique anxiety tidak serta merta disebabkan oleh jenis disabilitas yang dimiliki, namun hal tersebut dipengaruhi oleh usia, penerimaan diri serta konsep diri yang melekat pada masing-masing individu. Dalam penelitian ini memiliki keterbatasan berupa keterbatasan sampel yang diteliti, sehingga diperlukan adanya penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Leary, M. R. (2013). Social Physique Anxiety Scale (SPAS). Measurement Instrument Database for the Social Sciences.
- Martin, J. J. (1999). Predictors of social physique anxiety in adolescent swimmers with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16(1), 75-85.
- Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. *Annual review of clinical psychology*, 9(1), 249-274.
- Feist, J. & Feist, G.J. (2006). *Theories of Personality*. Edisi ke-5. Boston : McGraw-Hill
- Monsma, E. V., Pfeiffer, K. A., & Malina, R. M. (2008). Relationship of social physique anxiety to indicators of physique. *Research quarterly for exercise and sport*, 79(3), 417-422.
- Greenleaf, C. (2004). Weight Pressures and Social Physique Anxiety Among Collegiate Synchronized Skaters. *Journal of Sport Behavior*, 27(3).
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development*. McGraw-Hill.
- Kedde, H. & van Berlo, W. (2002b). Sexual satisfaction and sexual self-image of persons with physical disabilities in the Netherlands. *sexuality and Disability*, 24 (1), 53-68.
- Thompson, A. M., & Chad, K. E. (2002). The relationship of social physique anxiety to risk for developing an eating disorder in young females. *Journal of Adolescent Health*, 31(2), 183-189.
- Demirel, H. (2019). Social Appearance Anxiety and Rosenberg Self-Esteem Scores in Young Physical Disabled Athletes. *Universal Journal of Educational Research*, 7(3), 664-667.
- Sabiston, C. M., Sedgwick, W. A., Crocker, P. R. E., Kowalski, K. C., & Mack, D. E. (2007). Social physique anxiety in adolescence: An exploration of influences, coping strategies, and health behaviors. *Journal of Adolescent Research*, 22(1), 78-101.
- Marsh, H. W., & Shavelson, R. (1985). Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structure. *Educational psychologist*, 20(3), 107-123.
- Hagger, M. S., & Stevenson, A. (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: Gender and age effects. *Psychology and Health*, 25(1), 89-110.
- Hagger, M. S., Stevenson, A., Chatzisarantis, N. L., Gaspar, P. M. P., Ferreira, J. P. L., & Ravé, J. M. G. (2010). Physical self-concept and social physique anxiety: Invariance across culture, gender and age. *Stress and Health*, 26(4), 304-329.

- Hilmi, M. (2017). Kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa disabilitas (tuna netra) dilihat dari penerimaan diri melalui dukungan sosial di Kota Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Sabiston, C. M., Pila, E., Pinsonnault-Bilodeau, G., & Cox, A. E. (2014). Social physique anxiety experiences in physical activity: a comprehensive synthesis of research studies focused on measurement, theory, and predictors and outcomes. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 158-183.