

SELF EFFICACY DAN SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY PADA ATLET DISABILITAS

Aji Septiana Rahmansyah¹, Jajat², Surdiniaty Ugelta³, Imas Damayanti⁴, Nur Indri Rahayu⁵, Yati Ruhayati⁶, Adang Suherman⁷, Kuston Sultoni⁸.

Abstrak: Penelitian ini menyelidiki hubungan self efficacy dan social physique anxiety pada atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra. Tujuan penelitian ini yaitu mengkaji hubungan antara self efficacy dan social physique anxiety pada atlet disabilitas. Sebanyak 64 Atlet disabilitas Kota Bandung diantaranya atlet tunadaksa dan atlet tunanetra menjadi sampel penelitian ini dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling. Metode yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Secara spesifik pendekatan yang digunakan di penelitian ini yaitu korelasi. Prosedur penelitian ini dengan menyebarkan angket kepada responden. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah General Self Efficacy (GSES) untuk mengetahui kepercayaan dan efikasi diri atlet disabilitas. Instrument yang kedua yaitu Social Physique Anxiety Scale (SPAS) yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan fisik sosial atlet disabilitas. Data penelitian yang terkumpul selanjutnya dianalisis menggunakan Descriptives statistics Frecuencies pada aplikasi olah data dengan menggunakan SPSS versi 25. Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan Self Efficacy dan Social Physique Anxiety.

Kata Kunci : *Self efficacy, Social Physique Anxiety, Atlet Disabilitas, GSES, SPAS*

Abstract: *This study investigates the relationship between self-efficacy and social physique anxiety in athletes with disabilities and blinds. The purpose of this study is to examine the relationship between self-efficacy and social physical anxiety in athletes with disabilities. A total of 64 athletes with disabilities in the city of Bandung including quadriplegic athletes and blind athletes became the sample of this study using a sampling technique, namely total sampling. The method used is a quantitative approach. Specifically, the approach used in this study is correlation. The procedure for this research is to distribute questionnaires to respondents. The instrument used in this study was General Self Efficacy (GSES) to determine the confidence and self-efficacy of athletes with disabilities. The second instrument is the Social Physique Anxiety Scale (SPAS) which aims to determine the level of social physical anxiety of athletes with disabilities. The research data collected was then analyzed using the Descriptives Statistics Frecuencies in the data*

¹ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

² Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

³ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

⁴ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

⁵ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

⁶ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

⁷ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

⁸ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

processing application using SPSS version 25. The results of the analysis showed that there was no relationship between Self Efficacy and Social Physique Anxiety.

Keywords: *Self efficacy, Social Physique Anxiety, Athletes with Disabilities, GSES, SPAS.*

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, kegiatan yang menunjang anggota tubuh menjadi hal sangat diperlukan. Berkembang diskursus di masyarakat bahwa difabel atau lebih familiar di telinga masyarakat umumnya dengan sebutan penyandang cacat dianggap sebagai pihak yang tidak memiliki kemampuan apapun. (Indriyany, 2015). Disabilitas merupakan mengacu pada interaksi antara individu dengan kondisi kesehatan (misalnya, kelumpuhan otak, sindrom Down dan depresi) dan faktor pribadi dan lingkungan (misalnya, sikap negatif, kepercayaan diri, transportasi dan bangunan umum yang tidak dapat diakses, dan dukungan sosial yang terbatas). Lebih dari 1 miliar orang diperkirakan mengalami disabilitas. Ini sesuai dengan sekitar 15% populasi dunia, dengan hingga 190 juta (3,8%) orang berusia 15 tahun ke atas mengalami kesulitan yang signifikan dalam berfungsi, seringkali membutuhkan layanan perawatan Kesehatan (Who, 2021).

Ada banyak sekali penekanan pada penampilan fisik di dalam dunia saat ini, terutama dari media. Media memiliki pengaruh yang luar biasa dalam kehidupan masyarakat. Premis dasar dari teori ini dibuktikan ketika individu menempatkan penekanan pada aspek diri yang positif sambil berusaha menutupi aspek diri yang negatif. (Rothberger et al., n.d.). Penekanan media pada penampilan fisik ini dapat menimbulkan dorongan untuk kepercayaan pada atlet disabilitas saat ini. Banyak atlet disabilitas, baik tua maupun muda, berusaha keras untuk memiliki kepercayaan diri yang sempurna. Seseorang dapat menyimpulkan bahwa dorongan untuk menjadi percaya diri dapat mengindikasikan kecemasan fisik sosial pada suatu individu.

SPA sebagai kekhawatiran bahwa orang lain menilai secara negatif tubuh atau penampilan fisik seseorang. Dalam kerangka self-presentation, *SPA* merupakan respon afektif yang mencerminkan kepedulian terhadap bagaimana tubuh seseorang dinilai oleh orang lain (Cox et al., 2011).

Peningkatan perbandingan sosial (Raedeke et al., 2007) juga berpendapat bahwa faktor sosial-lingkungan dalam pengaturan latihan mempengaruhi respon psikologis terhadap latihan akut, terutama pada individu dengan masalah citra tubuh dan *SPA*.

Data yang dilakukan di penelitian Urbana-Champaign AS pun hasil ini menunjukkan bahwa *self efficacy* mungkin satu-satunya prediktor yang dibutuhkan dalam model masa depan karena kontribusi yang kecil. Berdasarkan penerimaan model ini, hubungan teoretis tambahan yang patut diperhatikan ditemukan dalam teori kognitif sosial, khususnya seputar hambatan sosial dan situasional. Telah dikemukakan bahwa individu menghindari perilaku yang mengarah pada ketidakpuasan diri di mana dia tidak merasa memiliki perasaan control (Marquez & McAuley, 2001).

Namun, kekhawatiran orang tentang penampilan fisik mereka selama olahraga dapat menghalangi beberapa orang untuk berpartisipasi dalam program kebugaran. (Hart et al., 2016). Masalah kecemasan merupakan faktor yang sangat mempengaruhi bagi performa atlet di lapangan. Hal ini diperjelas oleh pendapat (Harsono, 2011) yaitu: lapangan olahraga bisa penuh dengan kecemasan dan konflik-konflik, penuh dengan ketakutan-ketakutan dan bentrokan-bentrokan mental. Jarang ada seorang atlet, meski dia seorang juara sekalipun, yang dapat mengontrol dan menyesuaikan kondisi psikologisnya, keemasannya dan konflik-konfliknya dalam menghadapi suatu pertandingan. Apalagi jika pertandingan tersebut adalah pertandingan yang menentukan misalnya final (Prayitno & Sukadiyanto, 2014).

Kebaruan penelitian ini yaitu menggunakan instrument yang berbeda dari yang lain, dimana instrument *GSES* hanya untuk umum tidak untuk spesifik. (Scholz & Schwarzer, 2004) mengemukakan bahwa *General Self-Efficacy Scale* dirancang untuk dapat mengukur *self-efficacy* individu dalam cakupan yang luas, dan instrumen ini tidak dapat digunakan sebagai pengganti instrumen yang mengukur *self-efficacy* pada domain yang spesifik (contohnya, *academic self-efficacy, teaching self-efficacy, and work self-efficacy*). Kemudian menjelaskan bahwa *General Self-Efficacy Scale* adalah instrumen yang bersifat *unidimensional*, atau hanya mengukur satu faktor yaitu *general self-efficacy*.

Berdasarkan beberapa hasil fenomena diatas, membuat penelitian ini penting untuk dilakukan oleh peneliti, maka dari itu tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “hubungan antara *Self efficacy* dengan *social physique anxiety* pada atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra”.Pendahuluan harus berisi (secara berurutan) latar belakang umum, kajian literatur sebagai dasar pernyataan kebaruan ilmiah dari naskah, pernyataan kebaruan ilmiah, dan permasalahan penelitian atau hipotesis. Pada bagian akhir pendahuluan harus dituliskan tujuan kajian naskah tersebut. Dalam format naskah ilmiah tidak diperkenankan adanya tinjauan pustaka sebagaimana di laporan penelitian, tetapi diwujudkan dalam bentuk kajian literatur terdahulu untuk menunjukkan kebaruan ilmiah naskah tersebut.

METODE

Metode pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu data yang berbentuk skor. Secara spesifik pendekatan yang digunakan di penelitian ini yaitu korelasi. Secara sederhana korelasi ini bisa diartikan sebagai hubungan. Akan tetapi saat dikembangkan lebih jauh, maka korelasi tak hanya dapat dipahami sebatas pengertian itu. Korelasi adalah salah satu metode analisis dalam statistik yang dapat digunakan untuk mencari antara dua variabel dengan sifat kuantitatif.

Data penelitian ini diambil dari partisipan yang berjumlah 64 orang, yang berasal dari atlet disabilitas NPCI Kota Bandung. Dengan kriteria yang dijadikan partisipan yaitu atlet tunadaksa dan tunanetra. Dengan menggunakan teknik sampling yaitu total sampling. Dimana total sampling yaitu populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan *General Self Efficacy Scale* dan *Social Physique Anxiety*. Untuk *Self Efficacy* itu untuk mengukur individu dalam cakupan yang luas, dan instrument ini tidak dapat digunakan sebagai pengganti instrumen yang mengukur secara spesifik. Sedangkan untuk *Social Physique Anxiety* yaitu untuk mengukur sejauh mana orang menjadi cemas Ketika orang lain mengamati atau mengevaluasi fisik atau sosok mereka secara negatif.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *bivariate*. Karena korelasi *bivariate* adalah *statistic* yang digunakan untuk menjelaskan keeratan hubungan dua variabel dengan bantuan program *Statistical for Sosial Science (SPSS)* versi 25.

HASIL

Penelitian ini menggunakan uji validitas konstruk yaitu validitas item. Uji validitas menggunakan rumus product moment dengan bantuan SPSS S 25 For Windows. Nilai koefisien yang dianut dalam penelitian ini adalah 0,254, sehingga item yang nilai koefisiennya kurang dari 0,254 dianggap tidak valid dan dapat dihilangkan dari instrumen yang akan digunakan untuk penelitian (prof. dr. sugiyono, 2011).

Validitas item pada skala *General Self Efficacy Scale* dari 10 item pernyataan, keseluruhan item dinyatakan valid dengan nilai paling tinggi 0,689 dan nilai paling rendah 0,376. Kemudian pada skala *Social Physique Anxiety Scale* dari 12 item pernyataan, hasil keseluruhan dinyatakan valid dengan nilai paling tinggi 0,777 dan nilai paling rendah 0,352.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas menggunakan rumus α cornbach, hasil koefisien skala *General Self Efficacy Scale* adalah 0,838, skala *Social Physique Anxiety Scale* adalah 0,787 yang memenuhi syarat reliabilitas sehingga kedua instrumen sangat reliabel.

Kemudian hasil analisis deskriptif data statistic, nilai rata-rata skala *self efficacy* adalah 32.19 dengan nilai minimum 24 dan nilai maksimum 40. Sementara nilai rata-rata skala *social physique anxiety* adalah 34.48 dengan nilai minimum 17 dan nilai maksimum 60. Nilai standar deviasi yang dimiliki variabel *self efficacy* sebesar 4.059, sedangkan variabel *social physique anxiety* sebesar 7.730.

Tabel *Descriptive Statistics*

<i>Descriptive Statistics</i>					
	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
<i>Gses</i>	64	24	40	32.19	4.059
<i>Spas</i>	64	17	60	34.48	7.730
<i>Valid N (listwise)</i>	64				

Pada tabel kategori *self efficacy* menunjukkan partisipan termasuk kedalam kategori *self efficacy*, partisipan pada tabel menunjukkan bahwa 57,8% termasuk kedalam kategori sangat tinggi. Sedangkan untuk 42,2% termasuk kedalam kategori tinggi.

Tabel *Kategori Self Efficacy*

Kategori Self Efficacy	Interval	frekuensi	%
Sangat Tinggi	31 – 40	37	57,8%
Tinggi	21 – 30	27	42,2%
Rendah	11 – 20	0	%
Sangat Rendah	0 - 10	0	%
Jumlah		64	100%

Tabel Uji normalitas

	<i>Statistic</i>	<i>Sig.</i>	Kesimpulan
<i>General Self Efficacy Scale</i>	0.188	.000	Tidak Normal
<i>Social Physique Anxiety</i>	0.154	.001	Tidak Normal

Data *Social Physique Anxiety* menunjukkan tingkat *social physique anxiety* untuk atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra di NPCI Kota Bandung. 6 orang masuk kedalam kategori tinggi, 50 orang masuk kedalam kategori sedang dan 8 orang masuk kedalam kategori rendah. Disimpulkan dari data tersebut, atlet tunadaksa dan tunanetra di NPCI Kota Bandung lebih banyak berada di kategori sedang untuk mengatasi *social physique anxiety*.

Pada uji normalitas ditunjukkan hasil uji normalitas dengan uji *One-Sample Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan *SPSS* versi 25 for windows. Data dapat dikatakan normal apabila signifikansi lebih dari 0,05 dan jika kurang dari 0,05 dapat dikatakan tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas ini dapat dikatakan tidak berdistribusi normal karena kurang dari 0,05 untuk kedua *instrument GSES* dan *SPAS*.

Tabel Uji Korelasi

Correlations				
			<i>gses</i>	<i>spas</i>
<i>Kendall's tau_b</i>	<i>gses</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.179
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.055
	<i>N</i>		64	64
	<i>spas</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	.179	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.055	.
	<i>N</i>		64	64

Uji hipotesis untuk mengukur kesesuaian data yang bersumber pada dua subjek yang berbeda. Pada uji hipotesis yang akan di uji adalah apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* (X) dan *social physique anxiety* (Y). Nilai signifikansi yang didapat yaitu 0,055 yang berarti lebih dari 0,05 sehingga hubungan antara *self efficacy* dan *social physique anxiety* adalah tidak signifikan. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa H0 diterima dan H1 ditolak yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan *social physique anxiety*.

Lalu nilai koefisien korelasi sebesar 0,179, menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara *self efficacy* dan *social physique anxiety* adalah tinggi. Nilai tersebut adalah positif, yang menunjukkan bahwa hubungan searah *self efficacy* tinggi maka *social physique anxiety* tinggi.

PEMBAHASAN

Hubungan positif yang ada antara *self efficacy* dan *social physique anxiety* menunjukkan bahwa atlet disabilitas memiliki *self efficacy* tinggi maka *social physique anxiety* nya juga naik. Nilai *correlation coefficient* sebesar 0,179 menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan *social physique anxiety*. Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian terdahulu yaitu (Fadhila & Pratiwi, 2020) yang berjudul “Hubungan *self efficacy* dan konsep diri dengan kecemasan social siswa kelas VIII di Smp Negeri 59 Surabaya” yang menyatakan bahwa adanya hubungan negatif *self efficacy* dengan kecemasan sosial dengan nilai korelasi sebesar -0,498 maka hal ini menunjukkan penelitian yang telah dilakukannya itu konsisten. Individu yang mengalami *self efficacy* tinggi dapat diakibatkan karena adanya pemahaman yang selalu percaya diri dalam situasi apapun. Namun ketika keyakinan individu tersebut mampu untuk dihadapkan dengan kecemasan sosial maka dapat untuk mengurangi kecemasan dan tidak perlu melakukan penghindaran atau tidak percaya diri.

Menurut (Bandura) mengkategorikan *self efficacy* menjadi tiga dimensi yaitu level, generality, dan straight. Seseorang yang yakin bahwa dirinya mampu mengatasi permasalahan atau tugas-tugas yang dimilikinya maka dapat termasuk kedalam individu yang memiliki *self efficacy* tinggi kategori dimensi level. Selanjutnya, individu yang yakin akan kemampuan yang dimilikinya maka dapat termasuk dalam individu yang memiliki *self efficacy* tinggi kategori dimensi *generality*. Dan yang terakhir jika seseorang yang memiliki keyakinan tangguh dan ketekunan menghadapi usaha yang akan diraihinya meskipun banyak halangan rintangan yang dihadapi maka ia termasuk dalam individu yang memiliki *self efficacy* tinggi kategori dimensi straight.

(Marquez & McAuley, 2001) mengemukakan bahwa *self-efficacy* adalah prediktor terbaik dari keadaan kecemasan dalam situasi ancaman ambigu atau evaluasi fisik (situasi latihan atau bekerja) yang mendukung perspektif kognitif sosial yang berpendapat bahwa *self-efficacy* memainkan peran mediasi dalam pembangkitan kecemasan, dan lebih-lebih dalam

situasi ancaman atau evaluasi sedang. Selain itu, seperti dicatat, dalam situasi dengan tingkat ancaman yang dirasakan atau evaluasi fisik yang tinggi, menjadi perempuan dan lebih tinggi dalam kecemasan fisik sosial menghasilkan kecemasan yang dilaporkan sendiri lebih besar. Tampaknya dalam situasi yang sangat mengancam atau evaluatif, sifat-sifat seperti dan komponen kepribadian seperti kecemasan fisik sosial mengesampingkan pengaruh *self efficacy* pada kecemasan. Dimana di penelitian ini mengandung banyak kecemasan dan juga tingkat kepercayaan diri nya tinggi, sehingga tidak adanya hubungan bisa disebabkan oleh samanya tingkatan kepercayaan diri dan kecemasan fisik sosial.

Menurut (Rothberger et al., n.d.) menyatakan bahwa ditemukan individu dengan *self efficacy* yang lebih tinggi menunjukkan tingkat Kecemasan Fisik Sosial yang jauh lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat *self efficacy* yang lebih rendah. Studi ini menambahkan dukungan pada badan penelitian yang ada dengan kombinasi *SPA* dan *self-efficacy* dengan teori *self-presentation* sebagai landasan, menunjukkan bahwa ada hubungan terbalik antara *SPA* dan *self-efficacy*. Sehingga perbedaan ini bisa menjadi adanya hubungan antara kepercayaan diri dan juga kecemasan fisik sosial di atlet disabilitas tuna daksa dan tuna netra di Kota Bandung.

(Li et al., 2018) Menurut Teori presentasi diri menunjukkan bahwa individu termotivasi untuk membuat kesan yang diinginkan pada orang lain dan berusaha untuk menghindari reaksi yang tidak menguntungkan. Sedangkan ketika individu tidak dapat membuat kesan yang menyenangkan ini, dihipotesiskan bahwa ia akan mengalami pengaruh negatif dari kecemasan fisik social. Dalam pengaturan olahraga dan olahraga, tubuh adalah pusat dan terbuka untuk evaluasi sosial. Oleh karena itu, konteks sosial olahraga dan pengaturan latihan dapat meningkatkan kecemasan fisik sosial, karena fisik dapat dievaluasi oleh orang lain (Hart et al., 2016).

Seperti yang dihipotesiskan, atlet melaporkan peningkatan signifikan dalam *SPA* waktu. Ketiga kelompok mengalami penurunan *SPA* sedangkan kelompok kontrol tetap sama. Meskipun tidak ada interaksi, skor *SPA* kelompok resisten menurun lebih banyak daripada kelompok aerobik dan kombinasi dari pra hingga pasca. Dihipotesiskan bahwa olahragawan ketahanan akan mengalami perubahan yang lebih besar daripada olahragawan aerobik *SPA*. Olahragawan ketahanan mengalami peningkatan terbesar di *SPA* dari waktu ke waktu. Juga dihipotesiskan bahwa kelompok kombinasi akan memilikinya peningkatan yang lebih besar dalam *SPA* daripada kelompok aerobik, resistensi, atau kontrol. Sekali lagi, kelompok perlawanan mengalami perubahan terbesar dalam *SPA*. Temuan ini mendukung kesimpulan dari penelitian sebelumnya. (Williams & Cash, 2001).

Meskipun kecemasan sosial dapat diekspresikan melalui berbagai suatu perasaan atau pendapat seseorang itu sendiri dalam bentuk khusus atau fisik suatu sifat, kecemasan fisik sosial (*SPA*) didefinisikan sebagai kecemasan yang dialami seseorang dalam menanggapi evaluasi orang lain terhadap fisik seseorang (Hart et al., 2016)).

Selanjutnya, masyarakat yang khawatir bahwa penyandang disabilitas mungkin menilai fisik mereka secara terus menerus negatif (yaitu, *SPA*) mungkin merasa tertekan dan cemas tentang fisik mereka. Apalagi dengan cita-cita masyarakat yang selalu terlibat atau memperhatikan dalam olahraga tidak sekedar berpartisipasi , menjadi juara malah membuat para atlet rendah diri dan menjadi tidak adanya motivasi. (Brunet & Sabiston, 2009)

Hasil menunjukkan bahwa *self-efficacy* adalah prediktor terbaik dari keadaan kecemasan dalam situasi ancaman ambigu atau evaluasi fisik (situasi latihan atau bekerja) yang mendukung perspektif kognitif sosial yang berpendapat bahwa *self-efficacy* memainkan peran mediasi dalam pembangkitan kecemasan, dan lebih-lebih dalam situasi ancaman atau evaluasi sedang (Bandura, 1986, 1997). Selain itu, seperti dicatat, dalam situasi dengan tingkat ancaman yang dirasakan atau evaluasi fisik yang tinggi, menjadi perempuan dan lebih tinggi dalam kecemasan fisik sosial menghasilkan kecemasan yang dilaporkan sendiri lebih besar.

Tampaknya dalam situasi yang sangat mengancam atau evaluatif, sifat-seperti dan komponen kepribadian seperti kecemasan fisik sosial mengesampingkan pengaruh *self efficacy* pada kecemasan. Disarankan agar peneliti terus mengkaji sejauh mana *social physique anxiety* merupakan sifat kepribadian yang stabil.

Temuan ini harus, bagaimanapun, ditafsirkan dengan beberapa keterbatasan dalam pikiran. Pertama, sampel terbatas pada atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra, meskipun masalah presentasi diri cenderung menjadi sangat penting bagi segmen populasi ini. Kedua, kami menggunakan metodologi pendekatan kuantitatif, di mana peserta tidak benar-benar mengalami berbagai tingkat evaluasi atau ancaman fisik, melainkan membayangkan diri mereka sendiri dalam situasi ini. Namun, Schlenker dan Leary (1982) mencatat bahwa orang dapat mengalami kecemasan sosial saat membayangkan situasi sosial serta saat mengalaminya, dan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini dengan jelas menunjukkan hal ini.

Pembahasan penelitian dilakukan dengan cara membandingkan temuan penelitian dengan penelitian-penelitian lain dengan variable yang serupa dan telah dilakukan di kategori yang berbeda. Perbandingan hasil temuan penelitian dilakukan dengan tujuan untuk mencari ada tidaknya perbedaan hasil penelitian. Sehingga perbedaan yang muncul menunjukkan prinsip indigenous dalam penelitian, yang menjelaskan bahwa perbedaan kategori bisa menyebabkan pola pikir dan perilaku yang berbeda.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini meneliti hubungan antara *self efficacy* dan *Social Physique Anxiety* pada atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra yang berpartisipasi dalam kegiatan aktivitas fisik. Data ini dapat digunakan dalam upaya untuk menciptakan prevalensi kepercayaan diri sekaligus menurunkan prevalensi kecemasan fisik social di kalangan atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra. Penggunaan pendekatan metodologi itu pendekatan kuantitatif, dimana disarankan untuk mencari jumlah sampel yang lebih banyak dari penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang peneliti lakukan diatas mengenai hubungan antara *self efficacy* dan *social physique anxiety* pada atlet disabilitas, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan nilai sinifikansi 0,055 yang dimana nilai tersebut lebih besar dari 0,05 dan hasilnya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan *social physique anxiety* pada atlet disabilitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1978). *PsychoZogenic Review*. 1, 237–269.
- Brunet, J., & Sabiston, C. M. (2009). Social physique anxiety and physical activity: A self-determination theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 329–335. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.11.002>
- Cox, A. E., Ullrich-French, S., Madonia, J., & Witty, K. (2011). Social physique anxiety in physical education: Social contextual factors and links to motivation and behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(5), 555–562. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.05.001>
- Fadhila, N. R., & Pratiwi, T. I. (2020). Hubungan self-efficacy dan konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas VIII di SMPN 59 Surabaya. *Jurnal Mahasiswa UNESA*, 312–318. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/33340/29883>
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (2016). Tie Measurement of Social Physique Anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 94–104. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.1.94>
- Indriyany, I. A. (2015). Pelayanan Publik dan Pemenuhan Hak Difabe: Studi tentang Layanan

- Pendidikan Inklusif Melalui Kasus Pemindahan Difabel dari Sekolah Reguler ke Sekolah Luar Biasa di Yogyakarta. *Inklusi*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.14421/ijds.020109>
- Li, Y., Yang, D., & Zhou, H. (2018). A Literature Review of Consumption Embarrassment and Prospects. *American Journal of Industrial and Business Management*, 08(03), 686–699. <https://doi.org/10.4236/ajibm.2018.83046>
- Marquez, D. X., & McAuley, E. (2001). Physique anxiety and self-efficacy influences on perceptions of physical evaluation. *Social Behavior and Personality*, 29(7), 749–762. <https://doi.org/10.2224/sbp.2001.29.7.649>
- Mulyatiningsih, E. (2011). Terapan Riset. *Riset Terapan Bidang Pendidikan Dan Teknik*.
- Prayitno, B., & Sukadiyanto, S. (2014). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Untuk Anak Usia 2-4 Tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), 11–21. <https://doi.org/10.21831/jk.v2i1.2566>
- prof. dr. sugiyono. (2011). prof. dr. sugiyono, metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d. intro (PDFDrive).pdf. In *Bandung Alf* (p. 143).
- Raedeke, T. D., Focht, B. C., & Scales, D. (2007). Social environmental factors and psychological responses to acute exercise for socially physique anxious females. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(4), 463–476. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.10.005>
- Rothberger, S. M., Harris, B. S., Czech, D. R., & Melton, B. (n.d.). The Relationship of Gender and Self-Efficacy on Social Physique Anxiety among College Students. *International Journal of Exercise Science*, 8(3), 234–242. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27182416> <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC4833471>
- Scholz, U., & Schwarzer, R. (2004). Exercise psychology. *Health San Francisco*, 1, 135–151. http://books.google.com/books?hl=pt-BR&lr=&id=d_LpdqXksIEC&pgis=1
- Who. (2021). *Disability and health*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>
- Williams, P. A., & Cash, T. F. (2001). Effects of a circuit weight training program on the body images of college students. *International Journal of Eating Disorders*, 30(1), 75–82. <https://doi.org/10.1002/eat.1056>