

PERBANDINGAN *SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY* MAHASISWA FAKULTAS
PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN BERDASARKAN
PROGRAM STUDI

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana Olahraga
Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh :

Fadli Muhamad Nur Sufi

1606175

PROGRAM STUDI
ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS PINDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2020

HALAMAN PENGESAHAN

FADLI MUHAMAD NUR SUFI

PERBANDINGAN *SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY* MAHASISWA FAKULTAS
PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN BERDASARKAN
PROGRAM STUDI

iajukan dan disahkan oleh pembimbing: Pembimbing I



Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D

NIP. 19760812 200112 1 001

Pembimbing II



Dr. Ahmad Hamidi, S.Pd., M.Pd

NIP. 19800327 200501 1 005

Mengetahui,

Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi



Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D

NIP. 19681220 199802 2 001

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Perbandingan *Social Physique Anxiety* Mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Berdasarkan Program Studi**” ini beserta seluruh isinya adalah karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan tersebut, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Desember 2020

Yang membuat pernyataan,

Fadli Muhamad Nur Sufi

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbandingan *Social Physique Anxiety* Mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Berdasarkan Program Studi”.

Tujuan penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada program studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Secara khusus peneliti menyampaikan banyak-banyak terimakasih kepada pak Agus Rusdiana selaku pembimbing 1 dan pak Ahmad Hamidi selaku pembimbing 2, yang selama proses penyusunan skripsi ini banyak sekali memberikan bimbingan, masukan dan diskusi sehingga sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis menghaturkan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang membantu serta memberikan dukungan dari segi moril dan materil baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi penulis serta pembaca pada umumnya.

Bandung, Desember 2020

Penulis

Fadli Muhamad Nur Sufi

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah swt. yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Perbandingan *Social Physique Anxiety* Mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Berdasarkan Program Studi”.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa keberhasilan penulisan skripsi ini berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Bapak dan Ibu sebagai berikut.

1. Kepada Bapak Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D. Selaku dekan fakultas pendidikan olahraga dan kesehatan UPI yang sudah menyediakan sarana prasarana, perizinan untuk melakukan suatu penelitian hingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Kepada Ibu Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D. Selaku ketua prodi Ilmu Keolahragaan FPOK UPI yang telah membina penulis dan memberikan pengarahan yang terbaik untuk kelancaran penulisan skripsi bagi penulis.
3. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D selaku dosen pembimbing 1 yang telah membimbing, memberikan masukan dan arahan, serta waktu yang telah diberikan kepada penulis sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Ahmad Hamidi, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing, memberikan masukan dan arahan, serta waktu yang telah diberikan kepada penulis sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen IKOR yang senantiasa memberikan bimbingan dan ilmunya kepada penulis selama proses perkuliahan.
6. Kedua orang tua tercinta Ibu Eti Supiati, M.Pd dan Bapak Nurdin, M.Pd yang senantiasa memberikan dukungan dan selalu mendoakan penulis dalam proses

mengerjakan skripsi ini. Semoga Allah memberikan kebahagiaan dunia akhirat kepadanya.

7. Sahabat terbaik Sergi Wijaya, Zaki Firmansyah, Ganjar Ibrahim, Ramdhani Ibnu Aji yang telah menemani dan berjuang bersama selama proses perkuliahan selalu memberikan semangat dan dukungan hingga pada penyelesaian skripsi ini.
8. Aini Kafi Urrizki yang selalu mendoakan, memberikan dukungan serta semangat dalam menyelesaikan skripsi ini kepada penulis.
9. Teman-teman IIKOR B 2016 yang telah menemani selama proses belajar di dalam kelas, memberikan canda tawa selama proses perkuliahan.
10. Seluruh rekan seperjuangan IKOR angkatan 2016, rekan PLP, rekan KKN Margahayu Subang yang telah memberikan warna kehidupan selama proses perkuliahan dan memberikan banyak pelajaran serta pengalaman hidup kepada penulis.
11. Semua pihak yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu yang telah ikut berperan serta membantu dalam penulisan skripsi ini.
Semoga kebaikan Bapak/Ibu/Saudara/Teman-teman semua mendapatkan balasan yang berlimpah dari Allah swt, Aamiin.

Bandung, Desember 2020

Peneliti

Fadli Muhamad Nur Sufi

NIM. 1606175

ABSTRAK

**PERBANDINGAN SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY
MAHASISWA FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN
KESEHATAN BERDASARKAN PROGRAM STUDI**

Fadli Muhamad Nur Sufi

NIM. 1606175

Dosen Pembimbing I : **Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D**

Dosen Pembimbing II : **Dr. Ahmad Hamidi, S.Pd., M.Pd**

Kecemasan Fisik Sosial (*Social Physique Anxiety*) merupakan gangguan mental yang berkaitan dengan ketidakpuasan individu karena keritikan orang lain yang menyinggung bentuk tubuhnya. Kecemasan fisik sosial ini dapat mengganggu individu ketika melakukan aktivitas berolahraga. Peneliti ingin mengetahui Perbandingan social physique anxiety mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan berdasarkan program studi. Metode penelitian yang di gunakan pada penelitian ini yaitu studi komparatif dengan pendekatan kuantitatif. Sebanyak 240 total sampel yang digunakan. Sampel yang digunakan pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan yang terdiri dari program studi Ilmu Keolahragaan, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, dan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Jasmani. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampling purposive. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah SPAS (Social Physique Anxiety Scale) untuk mengukur kecemasan fisik sosial. Hasil penelitian dianalisis menggunakan *one way anova* dan *kruskal wallis test* pada SPSS versi 25 menunjukkan bahwa terdapat perbandingan yang signifikan *social physique anxiety* mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan berdasarkan program studi. Terdapat nilai $\text{sig } 0,002 < 0,05$ H_0 ditolak serta dapat disimpulkan bahwa data tersebut terdapat perbandingan yang signifikan pada social physique anxiety mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan program studi IKOR, PKO, PJKR, dan PGSD Jasmani.

Kata Kunci : *Social Physique Anxiety, Mahasiswa, SPAS*

ABSTRACT
COMPARISON OF SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY
STUDENTS OF THE FACULTY OF SPORTS AND HEALTH
EDUCATION BASED ON STUDY PROGRAM

Fadli Muhamad Nur Sufi

NIM. 1606175

Adviser : **Agus Rusdiana, S.Pd., MA, Ph.D**
: **Dr. Ahmad Hamidi, S.Pd., M.Pd**

Social Physique *Anxiety* is a mental disorder related to individual dissatisfaction due to the fear of others that offend their body shape. This social physical anxiety can annoy individuals when exercising. Researchers want to know the comparison of social physique anxiety of students of the Faculty of Sports Education and Health based on the study program. The research method used in this research is comparative study with quantitative approach. A total of 240 total samples were used. Samples were used in students of the Faculty of Sports and Health Education consisting of sports science study programs, Sports Training Education, Physical Sports and Health Education, and Physical Elementary School Teacher Education. Sampling using purposive sampling techniques. The instrument used in this study was SPAS (Social Physique Anxiety Scale) to measure social physical anxiety. The results of the *study were analyzed using one way anova and kruskal wallis test* in SPSS version 25 showed that there is a significant comparison of social physique anxiety of students of the Faculty of Sports education and Health based on the study program. There is $nila\ sig\ 0.002 < 0.05$ H_0 rejected and it can be concluded that the data there is a significant comparison in social physique anxiety students of the Faculty of Sports Education and Health study program IKOR, PKO, PJKR, and PGSD Physical.

Keywords: *Social Physique Anxiety, Student, SPAS*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMAKASIH	iv
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Organisasi	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kajian Teori	9
2.1.1 Kecemasan Fisik Sosial	9
2.1.2 Faktor Kecemasan Fisik Sosial	9
2.1.3 Mengatasi Kecemasan Fisik Sosial.....	10
2.1.4 Penangana Kecemasan Fisik Sosial Mahasiswa	10
2.2 Hasil Penelitian Terdahulu Yang Relevan	11
2.3 Posisi Teoritis Penelitian.....	14
2.3.1 Teori Behavioristik.....	14
2.3.2 Teori Kognitif Sosial.....	14
2.4 Hipotesis Penelitian	14
BAB III Metode Logi Penelitian	16
3.1 Desain Penelitian.....	16
3.2 Partisipan.....	16
3.3 Populasi dan Sampel	16
3.3.1 Populasi.....	16
3.3.2 Sampel.....	16

Fadli Muhamad Nur Sufi, 2020

*PERBANDINGAN SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY PADA MAHASISWA FAKULTAS PENDIDIKAN
OLAHRAGA DAN KESEHATAN BERDASARKAN PROGRAM STUDI*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.4 Instrument Penelitian	17
3.4.1 Uji Validitas	18
3.4.2 Uji Reliabilitas	19
3.5 Prosedur Penelitian	19
3.6 Analisis Data	20
3.6.1 Teknik Pengolahan.....	20
3.6.2 Uji Normalitas Data	21
3.6.3 Uji Homogenitas Data.....	21
3.6.4 Uji Hipotesis.....	21
BABIV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	22
4.1 Temuan Penelitian	22
4.1.1 Deskriptif Data	22
4.1.2 Uji Prasyarat	23
4.1.3 Uji Normalitas	24
4.1.4 Uji Homogenitas	25
4.1.5 Uji Hipotesis	25
4.2 Pembahasan Temuan Penelitian	26
4.2.1 <i>Social Physique Anxiety</i> Mahasiswa FPOK berdasarkan Prodi	26
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	27
5.1 Simpulan	27
5.2 Implikasi dan Rekomendasi	27
5.2.1 Implikasi.....	27
5.2.2 Rekomendasi	27
DAFTAR RUJUKAN	31
Lampiran	32

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Uji Coba Validitas Instrumen SPA.....	16
Tabel 3.2 Reabilitas Uji Coba Instrumen SPA.....	17
Tabel 4.1 Uji Deskriptif Data	20
Tabel 4.2 Uji Normalitas	21
Tabel 4.3 Uji Homogenitas Data	22
Tabel 4.4 Uji Hipotesis	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Metode Sampling Purposive	15
Gambar 3.5 Prosedur Penelitian	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Screenshot Persetujuan Pembimbing.....	31
Lampiran 2 Surat Keputusan Dosen Pembimbing	32
Lampiran 3 Kuesioner SPAS	34
Lampiran 4 Analisis Data SPSS.....	36

Daftar Rujukan

- Alcaraz-Ibáñez, M., & Sicilia, A. (2020). Analysis of the dynamic relationship between social physique anxiety and depressive symptoms in young adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 66(January 2019), 101085. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101085>
- Azwar, S. (2000). *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar Jogja Offset.
- Bandura, A. (1989). <Bandura 1989-HumanAgency_SocCogTheory.pdf>. 1175–1184. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Bandura, A. (1998). Health promotion from the perspective of social cognitive theory. *Psychology and Health*, 13(4), 623–649. <https://doi.org/10.1080/08870449808407422>
- 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>
- Canning, H., & Mayer, J. (1968). Obesity: Analysis of attitudes and knowledge of weight control in girls. *Research Quarterly of the American Association for Health, Physical Education and Recreation*, 39(4), 894–899. <https://doi.org/10.1080/10671188.1968.10613435>
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Vallerand, R. J., & Pelletier, L. G. (1991). Motivation and Education: The Self-Determination Perspective. *Educational Psychologist*, 26(3–4), 325–346. <https://doi.org/10.1080/00461520.1991.9653137>
- Desti. (2019). *Perbandingan Social Physique Anxiety Berdasarkan Level Aktivitas Fisik dan Gender Universitas Pendidikan Indonesia I respository.upi.edu I perpustakaan.upi.edu*. 1–7.
- Fitzsimmons-Craft, E. E., Harney, M. B., Brownstone, L. M., Higgins, M. K., & Bardone-Cone, A. M. (2012). Examining social physique anxiety and disordered eating in college women. The roles of social comparison and body surveillance. *Appetite*, 59(3), 796–805. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.08.019>

- Fraenkel, J. R. (2012). *How Design And Evaluate Research In Education*.
<http://library1.nida.ac.th/termpaper6/sd/2554/19755.pdf>
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2017). *Data definitions*. 310–314.
<https://doi.org/10.18356/ff5ac838-en>
- Funk, D., Doyle, J. P., Mcdonald, H., & Management, H. (2013). *Comparing The Effects of a Yoga Class to a Resistance Exercise Class on Body Satisfaction and Social Physique Anxiety in University Woman*.
- Gray, S. H. (1977). Social aspects of body image: perception of normalcy of weight and affect of college undergraduates. *Perceptual and Motor Skills*, 45(3 II), 1035–1040. <https://doi.org/10.2466/pms.1977.45.3f.1035>
- Hagger, M. S., & Stevenson, A. (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: Gender and age effects. *Psychology and Health*, 25(1), 89–110.
<https://doi.org/10.1080/08870440903160990>
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). *The Measurement of Social Physique Anxiety*. 94–104.
- Hasibuan, N. E. (2015a). *Gambaran kecemasan sosial berdasarkan liebowitz social anxiety scale (lsas) pada remaja akhir di bandung*. Universitas Padjajaran.
- Hasibuan, N. E. (2015b). *Gambaran kecemasan sosial berdasarkan liebowitz social anxiety scale (lsas) pada remaja akhir di bandung*. Universitas Padjajaran., 1–11.
- Jeffrey A. Katula, D. (1998). Mirror, Mirror on the Wall ...Exercise Environment Influences on Self-Efficacy. *Journal of Social Behavior and Personality*, 13(319–332).
- Johnson, A. (2014). Classical Conditioning: The Story of Dogs and Little Albert. *Educational Psychology: Theories of Learning and Human Development*, 1–7.
- Khorramabady, Y. (2017). *h c v i o e f h c v i o e f*. 19(9).
<https://doi.org/10.5812/zjrms.13541.Research>
- Koparan, Ş., Şahin, E., & Kuter, F. (2010). A comparison on of self-efficacy perception and social physical anxiety levels of teacher candidates at Physical Education Department. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*,

- 2(2), 3932–3937. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.619>
- Lantz, C. D., Hardy, C. J., & Ainsworth, B. E. (1997). Journal of Sport Behavior. *Social Physique Anxiety and Perceived Exercise Behavior*, 20(83-93.).
- Leary, M. R. (2013). *Social Physique Anxiety Scale (SPAS)*.
- Leary, Mark R. (2016). Self-Presentational Processes in Exercise and Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(4), 339–351. <https://doi.org/10.1123/jsep.14.4.339>
- Martin, J. J., Kliber, A., Kulinna, P. H., & Fahlman, M. (2006). Social physique anxiety and muscularity and appearance cognitions in college men. *Sex Roles*, 55(3–4), 151–158. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9069-0>
- McCreary, D. R., & Saucier, D. M. (2009). Drive for muscularity, body comparison, and social physique anxiety in men and women. *Body Image*, 6(1), 24–30. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2008.09.002>
- Norman, G. (2010). Likert scales, levels of measurement and the “laws” of statistics. *Advances in Health Sciences Education*, 15(5), 625–632. <https://doi.org/10.1007/s10459-010-9222-y>
- Portman, R. M., Bradbury, J., & Lewis, K. (2018). Social physique anxiety and physical activity behaviour of male and female exercisers. *European Journal of Sport Science*, 18(2), 257–265. <https://doi.org/10.1080/17461391.2017.1417485>
- Ratnasari, S. E. (2017). *Hubungan antara body image dengan kecemasan sosial pada remaja perempuan*.
- Rotella, R. J., & Newburg, D. S. (2016). The Social Psychology of the Benchwarmer. *The Sport Psychologist*, 3(1), 48–62. <https://doi.org/10.1123/tsp.3.1.48>
- Sarwono, J. (n.d.). Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif. In 2006. GRAHA ILMU.
- Social, P., Anxiety, P., Level, B., Fisik, A., Gender, D. A. N., & Mahasiswa, P. (2019). *Desti Daniati Fajri, 2019 PERBANDINGAN SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY BERDASARKAN LEVEL AKTIVITAS FISIK DAN GENDER PADA MAHASISWA Universitas Pendidikan Indonesia I repository.upi.edu I perpustakaan.upi.edu. 1–7.*

- Spink, K. S. (1992). Relation of anxiety about social physique to location of participation in physical activity. *Perceptual and Motor Skills*, 74(3 Pt 2), 1075–1078. <https://doi.org/10.2466/pms.1992.74.3c.1075>
- Steve, P. (2013). Effect of Female Only Versus Coed Physical Education Classes on Social Physique Anxiety in 7th Grade girls. *International Journal of Secondary Education*, 1(5), 26. <https://doi.org/10.11648/j.ijsedu.20130105.13>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*.
- Thompson, B. (2010). EXPLORATORY AND CONFIRMATORY FACTOR ANALYSIS. In *Acta Geophysica* (Vol. 58, Issue 4). <https://doi.org/10.2478/s11600-010-0006-9>
- Vriends, N., Pfaltz, M. C., Novianti, P., & Hadiyono, J. (2013). Taijin Kyofusho and Social Anxiety and Their Clinical Relevance in Indonesia and Switzerland. *Frontiers in Psychology*, 4(February), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00003>