

***SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY BERDASARKAN LEVEL AKTIVITAS  
FISIK PADA ATLET DISABILITAS  
SKRIPSI***

*Diajukan untuk memenuhi Sebagian dari syarat memperoleh gelar sarjana  
olahraga Program studi Ilmu Keolahragaan*



Oleh :  
Cecep Fajar Salahudin  
1901130

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN NDONESIA**

**2022**

*SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY* BERDASARKAN LEVEL AKTIVITAS FISIK  
PADA ATLET DISABILITAS

Oleh :  
Cecep Fajar Salahudin

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Cecep Fajar Salahudin  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Desember 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto copi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

CECEP FAJAR SALAHUDIN

***SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY BERDASARKAN LEVEL AKTIVITAS  
FISIK PADA ATLET DISABILITAS***

Dosen Pembimbing I



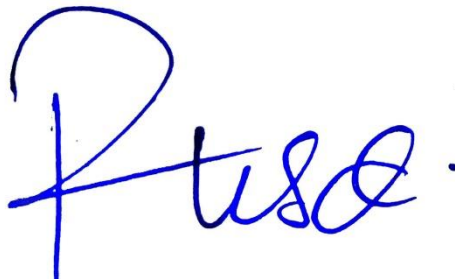
**Dr. Surdiniaty Ugelta, M.Kes, AIFO.**  
NIP. 195912201987032001

Dosen Pembimbing II :



**Dr. Jajat, S.Si., M.Pd.**  
NIP. 920200119810529101

Mengetahui  
Ketua Departemen Ilmu Keolahragaan



**Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D.**  
NIP. 197608122001121001

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “***SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY BERDASARKAN LEVEL AKTIVITAS FISIK PADA ATLET DISABILITAS***” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar 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 ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

**Bandung, Desember 2022**

Yang Membuat pernyataan,

**Cecep Fajar Salahudin**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT Yang Maha Mendengar lagi Maha Melihat dan atas segala limpahan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis yang berbentuk skripsi ini dengan judul “***SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY BERDASARKAN LEVEL AKTIVITAS FISIK PADA ATLET DISABILITAS***”.

Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Besar Muhammad SAW beserta seluruh keluarga dan sahabatnya yang selalu eksis membantu perjuangan beliau dalam menegakkan Dinullah di muka bumi ini.

Penyusunan skripsi ini adalah merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Tanpa segenap motivasi, kesabaran, kerja keras, dan do'a mustahil penulis sanggup untuk menjalani tahap demi tahap dalam kehidupan akademik penulis di Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia kurang lebih 3,5 tahun lamanya.

**Bandung, Desember 2022**

Penulis

Cecep Fajar Salahudin

## UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillahahirabil'aalamin puji syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayahNya. Penulis sangat mengapresiasi kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan bimbingan skripsi ini, baik berupa tenaga, pikiran, maupun yang lainnya. Semoga kebaikan itu semua dibalas oleh Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Aamiin. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang senantiasa membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi ini, yaitu:

1. Bapak Dr. R. Boyke Mulyana, M.Pd., selaku Dekan FPOK UPI yang telah menyediakan sarana dan pra sarana selama perkuliahan sampai proses penyelesaian skripsi ini.
2. Prof. Agus Rusdyana, S.Pd., M.A., Ph.D., selaku Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi sekaligus Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kemudahan selama proses kegiatan akademik.
3. Ibu Dr. Surdiniaty Ugelta, M.Kes, AIFO. selaku dosen pembimbing akademik yang telah banyak membantu dari awal perkuliahan hingga memberikan izin penulis untuk mengajukan proposal skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan maksimal dan beliau pun selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, bimbingan, beserta ilmunya dengan baik kepada penulis selama menyelesaikan skripsi.
4. Bapak Dr. Jajat, S.Si., M.Pd. selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan arahan, bimbingan, beserta ilmunya dengan baik kepada penulis selama menyelesaikan skripsi.
5. Seluruh dosen, staff, beserta karyawan Program Studi Ilmu Keolahragaan yang telah membantu peneliti baik dalam fasilitas, memberikan ilmunya dengan baik, dan motivasi selama penulis menempuh perkuliahan dan skripsi.
6. Bapak Ceppy Susanto selaku staff Program Studi Ilmu Keolahragaan yang sangat sabar membantu penulis dalam menyelesaikan administrasi perkuliahan dan penulisan skripsi ini.

7. Kedua orang tua yang sangat penulis cintai, Ibu Ema Rohimah yang selalu menyayangi, membingbing, mendo'akan dan sabar dalam mendidik penulis dari kecil, Bapak Ujang Usup yang selalu ngasih dukungan tersirat, kerja keras, dan pengorbanan untuk penulis serta memberikan dukungan maupun doa tanpa henti agar penulis bisa dapat menyelesaikan studinya dengan baik.
8. Bibi Imas Siti Latipah dan Om Andri yang selalu memberi dukungan, dorongan dan kasih sayang selama kuliah sehingga penulis bisa menyelesaikan kuliah dan skripsi dengan baik.
9. Seluruh Atlet Disabilitas NPCI Kota Bandung khususnya atlet tuna daksa dan atlet tuna netra yang berkenan membantu penelitian penulis.
10. Keluarga besar Dispora Jawa Barat khususnya bidang Ketenagaan Olahraga Berkebutuhan Khusus dan Rekreasi yang memberikan bimbingan dan kesempatan sehingga skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik.
11. Teman-teman seperjuangan Aji Septiana Rahmansyah, Rafi Faiz Fakhreza dan Isti Fauziah yang telah bersedia berdiskusi memberikan masukan dan dorongan untuk menyelesaikan skripsi ini
12. Afrah Azkiya yang selalu menemani, membantu, memberikan semangat, motivasi serta senantiasa mendo'akan penulis sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
13. Akang dan teteh keluarga besar Ilmu Keolahragaan yang telah membimbing dan memberikan arahan bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
14. Seluruh teman-teman Ilmu Keolahragaan 2019 yang penulis cintai atas kesempatan dan pengalaman yang luar biasa selama perkuliahan di FPOK UPI, khususnya Lucky M Rizki yang telah memeberi saya tempat tinggal selama melaksanakan kuliah.
15. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu selama perkuliahan dan selama hidup penulis, penulis berterimakasih yang sebesar-besarnya semoga kebaikan kalian dibalas oleh Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Aamiin.

## ABSTRAK

### ***SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY* BERDASARKAN LEVEL AKTIVITAS FISIK PADA ATLET DISABILITAS**

**Cecep Fajar Salahudin**

**NIM. 1901130**

**Dosen Pembimbing 1 : Dr. Surdiniaty Ugelta, M.Kes, AIFO.**

**Dosen Pembimbing 2 : Dr. Jajat, S.Si., M.Pd.**

Studi ini menyelidiki *social physique anxiety* (SPA) berdasarkan level aktivitas fisik pada atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra. Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada perbandingan yang signifikan *social physique anxiety* berdasarkan level aktivitas pada atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif komperatif. Dalam penelitian ini 64 atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra yang berada di National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) Kota Bandung. Variabel *social physique anxiety* diukur menggunakan kuisioner *Social Physique Anxiety Scale* (SPAS), dan level aktivitas fisik diukur menggunakan kuisioner *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ). Hasilnya menunjukkan adanya perbandingan yang signifikan *social physique anxiety* berdasarkan level aktivitas pada atlet disabilitas tunadaksa dan tunanetra. Hasil analisis data antara tingkat *social physique anxiety* dengan level aktivitas fisik menunjukkan nilai statistics level aktivitas fisik rendah nilai rata-rata SPA sebesar 59.00, sedangkan pada level aktivitas fisik sedang nilai rata-rata SPA sebesar 28.14, dan pada level aktivitas fisik tinggi nilai rata-rata SPA sebesar 35,60. Dari hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata SPA yang paling tinggi terdapat pada level aktivitas fisik rendah. Studi ini menunjukkan bahwa sampel yang tingkat SPA tinggi terdapat pada atlet disabilitas tuna daksa dan tuna netra yang level aktivitas fisiknya rendah.

Kata Kunci : *social physique anxiety, level aktivitas fisik, atlet disabilitas, Social Physique Anxiety Scale Global Physical Activity Questionnaire.*



**ABSTRAC**  
**SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY BASED ON PHYSICAL ACTIVITY**  
**LEVEL IN ATHLETES WITH DISABILITIES**

**Cecep Fajar Salahudin**

**NIM. 1901130**

**Dosen Pembimbing 1 : Dr. Surdiniaty Ugelta, M.Kes, AIFO.**

**Dosen Pembimbing 2 : Dr. Jajat, S.Si., M.Pd.**

*This study investigates social physique anxiety (SPA) based on the level of physical activity in athletes with disabilities and blinds. This study aims to test whether there is a significant comparison of social physique anxiety based on activity level in athletes with disabilities and blinds. This study uses a comparative quantitative design. In this study 64 athletes with disabilities and blinds who were in the National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) in Bandung City. Social physique anxiety variables were measured using the Social Physique Anxiety Scale (SPAS) questionnaire, and physical activity levels were measured using the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) questionnaire. The results show that there is a significant comparison of social physique anxiety based on activity level in athletes with disabilities and blinds. The results of the analysis of the data between the level of social physique anxiety and the level of physical activity showed that the low physical activity level statistics value of the SPA average was 59.00, while at the moderate level of physical activity the average SPA value was 28.14, and at the high level of physical activity the average value was SPA average of 35.60. From the results of the data analysis it can be concluded that the highest average value of SPA is at the low level of physical activity. This study shows that the samples with high levels of SPA are disabled athletes with disabilities and blinds who have low levels of physical activity.*

**Key words:** *social physique anxiety, level of physical activity, athletes with disabilities, Social Physique Anxiety Scale Global Physical Activity Questionnaire.*

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....                        | i    |
| LEMBAR PERNYATAAN .....                                | ii   |
| KATA PENGANTAR .....                                   | iii  |
| UCAPAN TERIMAKASIH.....                                | iv   |
| ABSTRAK .....  | vi   |
| DAFTAR ISI.....  | viii |
| DAFTAR GAMBAR .....                                    | x    |
| DAFTAR TABEL.....                                      | xi   |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                   | xii  |
| BAB I PENDAHULUAN .....                                | 1    |
| 1.1 Latar Belakang Masalah .....                       | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                              | 3    |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                             | 3    |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                            | 3    |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis.....                            | 3    |
| 1.4.2 Manfaat Praktis .....                            | 3    |
| 1.5 Struktur Organisasi.....                           | 3    |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA .....                            | 6    |
| 2.1 Kajian Teori.....                                  | 6    |
| 2.1.1 Kecemasan fisik social.....                      | 6    |
| 2.1.2 Aspek-aspek kecemasan sosial .....               | 6    |
| 2.1.3 Aktivitas fisik.....                             | 7    |
| 2.1.4 Klasifikasi aktivitas Fisik.....                 | 8    |
| 2.1.5 Atlet Penyandang disabilitas.....                | 8    |
| 2.1.6 Klasifikasi Olahraga Penyandang disabilitas..... | 9    |
| 2.2 Penelitian Terdahulu.....                          | 10   |
| 2.3 Teori relevan.....                                 | 13   |
| 2.4 Kerangka Berpikir .....                            | 14   |
| 2.5 Hipotesis Penelitian .....                         | 14   |

|  |    |
|--|----|
| BAB III METODE PENELITIAN.....   | 15 |
| 3.1 Desain Penelitian .....  | 15 |
| 3.2 Partisipan .....   | 15 |
| 3.3 Populasi dan sampel .....  | 15 |
| 3.3.1 Populasi.....  | 15 |
| 3.3.2 Sampel .....   | 16 |
| 3.4 instrumen penelitian .....   | 16 |
| 3.5 Validitas Realibilitas Instrumen .....   | 18 |
| 3.5.1 Uji Validitas .....  | 18 |
| 3.5.2 Uji Reliabilitas .....   | 19 |
| 3.6 Prosedur penelitian .....  | 20 |
| 3.7 Analisis data .....  | 20 |
| 3.8. Prosedur pengolahan data.....   | 20 |
| 3.8.1 Deskriptif data.....   | 20 |
| 3.8.2 Uji Normalitas.....  | 21 |
| 3.8.3 Uji Hipotesis .....  | 21 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....  | 23 |
| 4.1 Deskriptif Data .....  | 23 |
| 4.2 Uji Normalitas .....   | 26 |
| 4.3 Uji Homogenitas.....   | 26 |
| 4.4 Uji Hipotesis.....   | 27 |
| 4.5 Pembahasan Temuan Penelitian .....   | 28 |
| 4.5.1 Pembahasan Temuan perbandingan social physique anxiety berdasarkan level aktivitas fisik pada atlet disabilitas tuna daksa dan tunanetra NPCI Kota Bandung ..... | 28 |
| BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....  | 30 |
| 5.1 Simpulan.....  | 30 |
| 5.2 Implikasi .....  | 30 |
| 5.3 Rekomendasi .....  | 30 |
| DAFTAR PUSTAKA .....   | 32 |
| LAMPIRAN .....   | 35 |

## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....                      | 14 |
| Gambar 3.1 Desain Kasual Komperatif .....              | 15 |
| Gambar 4.1 Grafik Data Sampel.....                     | 23 |
| Gambar 4.2 Grafik <i>Social Physique Anxiety</i> ..... | 24 |
| Gambar 4.3 Grafik Level Aktivitas Fisik.....           | 25 |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1 <i>Issac dan Mich</i> .....                     | 16 |
| Tabel 3.2 Validitas Instrumen SPAS .....                  | 18 |
| Tabel 3.3 Kriteria Indeks Reliabilitas .....              | 19 |
| Tabel 3.4 Uji Reliabilitas SPAS .....                     | 19 |
| Tabel 4.1 Descriptive Statistics .....                    | 24 |
| Tabel 4.2 Persentase Level Aktivitas Fisik .....          | 25 |
| Tabel 4.3 Uji Normalitas .....                            | 26 |
| Tabel 4.4 Uji Homogenitas .....                           | 26 |
| Tabel 4.5 Uji Hipotesis NonParametrik Kruskal-Wallis..... | 27 |
| Tabel 4.6 Data Test Statistics .....                      | 28 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| Lampiran 1. Surat izin penelitian .....                                  | 35 |
| Lampiran 2. Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ).....           | 36 |
| Lampiran 3. Social Physique Anxiety Scale (SPAS).....                    | 39 |
| Lampiran 4. Hasil Analisis Output SPSS.....                              | 41 |
| Lampiran 5. Surat Keputusan Dosen Pembimbing .....                       | 44 |
| Lampiran 6. Bebas pinjam bahan Pustaka .....                             | 52 |
| Lampiran 7. Kartu bimbingan skripsi .....                                | 53 |
| Lampiran 8. Surat pembebasan peminjaman peralatan olahraga FPOK.....     | 54 |
| Lampiran 9. Surat pembebasan peminjaman peralatan Laboratorium IKOR..... | 55 |
| Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....                                 | 56 |

## DAFTAR PUSTAKA

Ali, S. K. S. (2018). The important of physical activities in our life. *International Physical Medicine & Rehabilitation Journal*, 3(4), 308-310.

Atalay, A. A., & Gençöz, T. (2008). Critical factors of social physique anxiety: Exercising and body image satisfaction. *Behaviour Change*, 25(3), 178–188. <https://doi.org/10.1375/bech.25.3.178>

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>

Chu, H. W., Bushman, B. A., & Woodard, R. J. (2008). Social physique anxiety, obligation to exercise, and exercise choices among college students. *Journal of American College Health*, 57(1), 7–14. <https://doi.org/10.3200/JACH.57.1.7-14>

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.

Fatmah. 2010. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga

Fraenkel, J., Wallen, N. and Hyun, H. (2012) *How to Design and Evaluate Research in Education*. 8th Edition, McGraw-Hill Companies, New York, 707.

Hamrik, Z., Sigmundová, D., Kalman, M., Pavelka, J., & Sigmund, E. (2014). Physical activity and sedentary behaviour in Czech adults: Results from the GPAQ study. *European Journal of Sport Science*, 14(2), 193–198. <https://doi.org/10.1080/17461391.2013.822565>

Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The Measurement of Social Physique Anxiety. 94–104.

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>

Hausenblas, H. A., Brewer, B. W., & Van Raalte, J. L. (2004). Self-Presentation and Exercise. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(1), 3–18. <https://doi.org/10.1080/10413200490260026>

Husdarta. (2010). Sejarah dan Filsafat Olahraga. Bandung: Alfabeta.

Kamaruzaman, S., & Ali, S. (2018). The important of physical activities in our life. *International Physical Medicine & Rehabilitation Journal Review*, 3(4), 308–310. <https://doi.org/10.15406/ipmrj.2018.03.00121>

Kementrian Hukum dan Ham. 2011. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2011 Tentang pengesahan convention on the rights of persons with disabilities (konvensi mengenai hak-hak penyandang disabilitas)

La Greca, A. M. & Lopez, N. (1998). Social Anxiety Among Adolescents: Linkages With Peer Relations And Friendships. *Journal Of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83-94. <http://doi.org/10.1023/A>

Leary, M. R. (2019). *Self-presentation: Impression management and interpersonal behavior*. Routledge

Leary, M. R., & Leary. (2013). *Instrument Title : Instrument Author : Cite instrument as : Social Physique Anxiety Scale ( SPAS ) Social Science . Retrieved from www.midss.ie.*

Martin, J. J. (1999). Predictors of social physique anxiety in adolescent swimmers with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16(1), 75-85.

Miles, L. (2007). Physical activity and health. *Nutrition Bulletin*, 32(4), 314–363. <https://doi.org/10.1111/j.1467-3010.2007.00668.x>

Mülazimoğlu-Balli, O., Koca, C., & Hülya Aşçi, F. (2010). An Examination of Social Physique Anxiety with Regard to Sex and Level of Sport Involvement. *Journal of Human Kinetics*, 26(October), 115–122. <https://doi.org/10.2478/v10078-010-0055-9>

Mulyatiningsih. (2011). Riset Terapan Bidang Pendidikan dan Teknik. *Riset Terapan Bidang Pendidikan Dan Teknik*.

Pallant, J. (2007). *SPSS Survival Manual: A Step by Step Guide to Data Analysis Using SPSS for Windows*. (McGraw-Hill Open University. (ed.)). McGraw-Hill Open University.

Pallant, J. (2020). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis*



using IBM SPSS. Routledge.

Rapee, R.M. (1998). *Overcoming Shyness and Sosial Phobia*. Chapter2, pg 11-22; passim, Lifestyle Press. <http://www.anxietyhelp.com.au>

S. Omar Ahmad. (2012). *Questionnaire and Types*

Soleh, A. (2016). *Aksesibilitas Penyandang Disabilitas terhadap Perguruan Tinggi; Studi Kasus di Empat Perguruan Tinggi Negeri di Yogyakarta*. LKIS Pelangi Aksara.

World Health Organization. (2012). *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) Analysis Guide*. Geneva: World Health Organization, 1–22. Retrieved from [http://scholar.google.com/scholar?hl=en&btnG=Search&q=intitle:Global+Physical+Activity+Questionnaire+\(GPAQ\)+Analysis+Guide#1](http://scholar.google.com/scholar?hl=en&btnG=Search&q=intitle:Global+Physical+Activity+Questionnaire+(GPAQ)+Analysis+Guide#1)

