

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL GURU DAN *BODY IMAGE* DENGAN *SELF EFFICACY* SISWA PADA PELAJARAN OLAHRAGA

Abstrak

Siswa yang memiliki kekuatan *self efficacy* dalam pelajaran olah raga yang tinggi memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mencapai hasil yang diinginkan. Siswa yang memiliki kekuatan *self efficacy* yang tinggi akan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah menguji tentang variabel psikologis eksternal yang mempengaruhi *self efficacy* siswa. Penelitian ini juga bertujuan mengetahui hubungan antara dukungan sosial guru dan *body image* berdampak pada *self efficacy* siswa.

Populasi penelitian ini adalah siswa SMP Swasta di Surabaya kelas 8 tahun ajaran 2014-2015. Jumlah kelas paralel kelas 8 adalah 7 kelas dengan jumlah siswa 266 orang. Untuk mendapatkan data peneliti menggunakan angket. Ada dua macam angket yang digunakan yaitu angket terbuka dan angket tertutup. Angket terbuka untuk memperoleh data tentang demografi subjek penelitian dan memperoleh data kualitatif tentang variabel penelitian dengan menggunakan 8 pertanyaan. Angket tertutup terdiri dari skala *self efficacy* yang diadaptasi dari Bandura sedangkan skala dukungan sosial guru merujuk pada (Bowen dan Richman,2001) dan skala *Body Image* mengambil dari Avalos, Tylka, Wood-Barcalow(2005). Data angket terbuka diolah dengan distribusi frekuensi untuk membantu menjelaskan hasil pengujian hipotesis. Analisis regresi ganda digunakan untuk pengujian hipotesis penelitian berdasar skala dalam angket tertutup.

Pengujian hipotesis penelitian menunjukkan koefisien korelasi ganda (R) = 0,405, $F = 14,445$, $p = 0,000$ berarti ada hubungan antara dukungan sosial guru dan *body image* dengan *self efficacy* siswa. Sumbangan efektif dari variabel dukungan sosial guru terhadap *self efficacy* adalah 12,8 % berarti ada 87,2% variabel lain yang diduga mempengaruhi tinggi rendahnya *self efficacy*. Sumbangan efektif dari variabel *body image* terhadap *self efficacy* adalah 5,9% berarti ada 94,1% variabel lain yang mempengaruhi tinggi rendahnya *self efficacy*.

Berdasarkan temuan penelitian di atas siswa disarankan untuk meningkatkan *self efficacy* dengan pemahaman positif terhadap *body image* dan lebih dekat dengan guru-guru yang mampu memberikan dukungan sosial. Guru sebaiknya meningkatkan kedekatan dengan siswa untuk bisa mendukung siswa dalam meningkatkan *self efficacy*.

Kata kunci : Self efficacy, Dukungan sosial guru, dan Body image