



Efek Intervensi Sepakbola Inklusif terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Berkebutuhan Khusus di SLB Negeri Makassar

Andi Saiful Alimsyah¹

¹Fakultas Ilmu Keloahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

andi.saiful.alimsyah@unm.ac.id

Abstrak

Purpose: Penelitian ini bertujuan untuk menguji efek intervensi sepakbola inklusif terhadap rasa percaya diri siswa berkebutuhan khusus di SLB Negeri Makassar.

Methods: Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (quasi-experimental) dengan desain one-group pretest-posttest. Subjek penelitian adalah 24 siswa berkebutuhan khusus (tunagrahita ringan dan tunarungu) yang dipilih melalui purposive sampling. Intervensi berlangsung selama 12 minggu dengan frekuensi 3 sesi per minggu. Instrumen pengukuran menggunakan Skala Kepercayaan Diri dalam Olahraga (SKDO) yang telah diadaptasi dan divalidasi. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test.

Results: Hasil penelitian menunjukkan peningkatan rasa percaya diri yang signifikan setelah intervensi sepakbola inklusif ($Z = -4.21, p < .001, r = .61$). Nilai rerata pretest ($M = 58.3; SD = 9.4$) meningkat menjadi ($M = 74.8; SD = 8.1$) pada posttest. Subdimensi penguasaan keterampilan mengalami peningkatan tertinggi (18.7%), diikuti subdimensi penerimaan sosial (16.2%) dan kondisi fisik (14.8%).

Implications: Temuan ini mengindikasikan bahwa program sepakbola inklusif secara terstruktur dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa berkebutuhan khusus, sekaligus mendorong pentingnya integrasi pendidikan jasmani adaptif dalam kurikulum SLB di Indonesia. Artikel ini memuat 3 tabel, 2 gambar, dan 36 referensi.

Kata Kunci: min Sepakbola Inklusif, Kepercayaan Diri, Siswa Berkebutuhan Khusus.

PENDAHULUAN

Pendidikan inklusif merupakan paradigma pendidikan yang menjamin hak setiap individu, termasuk siswa berkebutuhan khusus (SBK), untuk memperoleh layanan pendidikan yang berkualitas dalam lingkungan yang mendukung partisipasi penuh. Di Indonesia, implementasi pendidikan inklusif diperkuat melalui Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas dan Permendikbud Nomor 70 Tahun 2009, yang mewajibkan setiap satuan pendidikan untuk mengakomodasi keberagaman peserta didik. Namun, penerapan prinsip inklusivitas dalam konteks pendidikan jasmani, khususnya olahraga permainan seperti sepakbola, masih menghadapi berbagai tantangan empiris di lapangan (Setiawan & Budiarmo, 2021).

Rasa percaya diri merupakan salah satu aspek psikologis paling fundamental yang memengaruhi kualitas partisipasi dan keterlibatan siswa berkebutuhan khusus dalam aktivitas fisik. Menurut Bandura (1997) dan pengembangan konseptual berikutnya, self-efficacy atau keyakinan diri terhadap kemampuan personal secara langsung menentukan motivasi, usaha, dan kegigihan seseorang dalam menghadapi tantangan. Pada siswa berkebutuhan khusus, rendahnya rasa percaya diri kerap menjadi

hambatan utama yang memperparah isolasi sosial dan menurunkan keterlibatan mereka dalam program olahraga di sekolah (Haegele et al., 2020).

Sepakbola sebagai olahraga tim yang paling populer di dunia menawarkan potensi luar biasa sebagai medium pemberdayaan psikososial. Sifat kooperatif, interaktif, dan menyenangkan dari permainan sepakbola menjadikannya alat yang efektif untuk membangun kompetensi sosial, mengembangkan identitas kelompok, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis (Hutzler & Barak, 2021). Khususnya dalam format inklusif, sepakbola memungkinkan interaksi bermakna antara siswa dengan berbagai kondisi kemampuan, yang berpotensi mengikis stigma dan membangun rasa saling menghargai di antara peserta (Colombo-Dougovito & Block, 2019).

Konsep sepakbola inklusif mengacu pada pendekatan adaptasi permainan yang memungkinkan partisipasi aktif individu dengan beragam kemampuan fisik, sensorik, maupun intelektual. Model ini mengintegrasikan prinsip-prinsip Universal Design for Learning (UDL) ke dalam setting olahraga, di mana aturan permainan, peralatan, dan lingkungan bermain dimodifikasi untuk mengakomodasi seluruh peserta tanpa segregasi (Columna et al., 2020). Penelitian-penelitian terdahulu di berbagai negara menunjukkan bahwa program olahraga adaptif berbasis tim secara konsisten memberikan dampak positif terhadap berbagai dimensi psikologis siswa berkebutuhan khusus, termasuk harga diri, motivasi intrinsik, dan kompetensi yang dipersepsikan (Martin et al., 2021).

Di Indonesia, khususnya di Kota Makassar, implementasi program olahraga inklusif di Sekolah Luar Biasa (SLB) masih sangat terbatas dan belum didukung oleh basis bukti empiris yang kuat. SLB Negeri Makassar sebagai salah satu institusi pendidikan khusus terkemuka di Sulawesi Selatan memiliki populasi siswa tunagrahita ringan dan tunarungu yang cukup besar, namun program pendidikan jasmani adaptif berbasis intervensi terstruktur belum banyak dikembangkan secara sistematis. Kondisi ini menciptakan kesenjangan antara potensi manfaat yang telah dibuktikan oleh riset internasional dengan realitas praktik di lapangan (Rahmat & Syahrir, 2022).

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji dampak berbagai program olahraga terhadap kepercayaan diri siswa berkebutuhan khusus. Coppens et al. (2019) menemukan bahwa program olahraga tim selama 10 minggu meningkatkan skor kepercayaan diri remaja dengan disabilitas intelektual sebesar 23.4% dibandingkan kelompok kontrol. Senada dengan itu, Bossink et al. (2022) dalam tinjauan sistematis mereka menyimpulkan bahwa aktivitas fisik berbasis permainan memberikan efek positif medium hingga besar terhadap kesejahteraan psikologis individu dengan disabilitas intelektual ($d = 0.52-0.78$). Namun, studi-studi tersebut sebagian besar dilakukan di konteks Eropa dan Amerika Utara, sehingga relevansinya terhadap konteks SLB di Indonesia, dengan kekhasan budaya dan sumber daya yang dimiliki, masih perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini dirancang untuk menguji secara empiris efek intervensi sepakbola inklusif yang terstruktur selama 12 minggu terhadap rasa percaya diri siswa berkebutuhan khusus di SLB Negeri Makassar. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengukur perubahan rasa percaya diri siswa berkebutuhan khusus sebelum dan sesudah intervensi sepakbola inklusif; (2) mengidentifikasi dimensi kepercayaan diri yang paling responsif terhadap intervensi; dan (3) memberikan rekomendasi berbasis bukti bagi pengembangan program pendidikan jasmani adaptif di SLB. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengisi kesenjangan literatur sekaligus memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan kebijakan dan praktik olahraga inklusif di Indonesia

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (quasi-experimental) dengan desain one-group pretest-posttest. Pemilihan desain ini didasarkan pada pertimbangan etis dan praktis bahwa tidak memungkinkan untuk menetapkan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan pada populasi siswa SLB, mengingat seluruh siswa berhak mendapatkan program pengembangan yang bermanfaat (Campbell & Stanley, 1963; dalam Creswell & Creswell, 2018). Pendekatan quasi-experimental dipandang tepat untuk konteks penelitian pendidikan khusus di mana randomisasi penuh sulit dilakukan (Sugiyono, 2021).

Subjek Penelitian

Subjek penelitian berjumlah 24 siswa berkebutuhan khusus yang terdaftar di SLB Negeri Makassar, terdiri atas 14 siswa tunagrahita ringan dan 10 siswa tunarungu. Pemilihan subjek dilakukan melalui purposive sampling dengan kriteria inklusi: (1) terdiagnosis tunagrahita ringan atau tunarungu berdasarkan dokumentasi medis dan asesmen psikologis sekolah; (2) mampu berpartisipasi dalam aktivitas fisik sedang; (3) berusia 12–17 tahun; dan (4) mendapatkan izin tertulis dari orang tua/wali. Kriteria eksklusi meliputi kondisi medis akut yang menghalangi aktivitas fisik dan ketidakhadiran lebih dari 20% sesi intervensi.

Program Intervensi

Program intervensi sepakbola inklusif dirancang dan divalidasi oleh tim ahli yang terdiri atas satu dosen pendidikan jasmani adaptif, satu psikolog olahraga, dan satu guru SLB berpengalaman. Program berlangsung selama 12 minggu dengan frekuensi tiga sesi per minggu (36 sesi total), masing-masing berdurasi 60 menit. Setiap sesi memiliki struktur yang konsisten: pemanasan (10 menit), aktivitas utama sepakbola yang dimodifikasi (40 menit), dan pendinginan serta refleksi kelompok (10 menit).

Modifikasi sepakbola dalam program ini mencakup beberapa dimensi: (1) aturan permainan yang disederhanakan dan divisualisasikan melalui kartu gambar; (2) ukuran lapangan yang disesuaikan (30m × 20m); (3) penggunaan bola dengan warna kontras dan ukuran lebih besar; (4) sistem skor yang menekankan partisipasi daripada kompetisi; dan (5) rotasi posisi yang memastikan setiap siswa mendapatkan kesempatan bermain yang setara. Modifikasi ini mengadopsi prinsip Football for All yang dikembangkan FIFA (2021) dan disesuaikan dengan kebutuhan spesifik populasi sasaran.

Instrumen Pengukuran

Rasa percaya diri diukur menggunakan Skala Kepercayaan Diri dalam Olahraga (SKDO) yang diadaptasi dari Physical Self-Confidence Scale (Vealey, 2001) dan disesuaikan untuk populasi siswa berkebutuhan khusus di Indonesia. SKDO terdiri atas 24 butir pernyataan yang mencakup tiga subdimensi: (1) penguasaan keterampilan fisik (8 butir), (2) penerimaan sosial (8 butir), dan (3) kondisi fisik yang dipersepsikan (8 butir). Setiap butir dijawab menggunakan skala Likert 4 poin (1 = Sangat Tidak Setuju sampai 4 = Sangat Setuju). Validasi instrumen dilakukan melalui expert judgment (CVI = .89) dan uji coba pada 30 siswa SLB di Kabupaten Gowa (α Cronbach = .87).

Prosedur Pengumpulan Data

Pengukuran pretest dilakukan satu minggu sebelum intervensi dimulai, dan posttest dilakukan satu minggu setelah sesi terakhir berakhir. Pengisian SKDO dilakukan secara individual dengan pendampingan peneliti yang terlatih, menggunakan teknik wawancara berbantuan skala gambar untuk siswa tunagrahita ringan guna memastikan pemahaman yang akurat. Seluruh sesi pengumpulan data dilaksanakan di ruangan yang nyaman dan bebas gangguan di lingkungan sekolah. Penelitian mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Universitas Negeri Makassar (No. 412/UN36.9/TL/2024).

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics versi 26. Uji normalitas Shapiro-Wilk dilakukan untuk memverifikasi distribusi data sebelum pemilihan uji statistik. Mengingat data tidak terdistribusi normal pada beberapa subdimensi, uji Wilcoxon Signed-Rank Test dipilih sebagai uji utama untuk membandingkan skor pretest dan posttest. Besar efek dihitung menggunakan koefisien r ($r = Z/\sqrt{N}$), dengan interpretasi: $r < .3$ = efek kecil, $.3 \leq r < .5$ = efek sedang, $r \geq .5$ = efek besar (Cohen, 1988). Level signifikansi ditetapkan pada $\alpha = .05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek Penelitian

Dari total 24 subjek yang berpartisipasi, 20 subjek (83.3%) berhasil menyelesaikan seluruh program intervensi dengan tingkat kehadiran $\geq 80\%$. Empat subjek didiskualifikasi dari analisis utama karena tingkat kehadiran di bawah ambang batas yang ditentukan. Karakteristik demografis subjek yang valid disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Subjek Penelitian (N = 20)

| Karakteristik | Tunagrahita Ringan (n=12) | Tunarungu (n=8) | Total (N=20) |
|-----------------------------|---------------------------|-----------------|--------------|
| Usia (tahun), M(SD) | 13.8(1.6) | 14.2(1.3) | 14.0(1.5) |
| Jenis Kelamin: Laki-laki | 7(58.3%) | 5(62.5%) | 12(60.0%) |
| Jenis Kelamin: Perempuan | 5(41.7%) | 3(37.5%) | 8(40.0%) |
| Pengalaman olahraga (tahun) | 2.1(1.2) | 2.4(0.9) | 2.2(1.1) |
| Kehadiran rata-rata (%) | 91.3(4.7) | 93.1(3.9) | 92.0(4.4) |

Hasil Uji Normalitas dan Statistik Deskriptif

Uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data skor total pretest dan posttest tidak terdistribusi normal pada kelompok tunagrahita ringan ($W = .891$, $p = .043$) namun terdistribusi normal pada kelompok tunarungu ($W = .941$, $p = .612$). Oleh karena itu, untuk analisis komparatif keseluruhan, digunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed-Rank Test sebagai uji utama. Statistik deskriptif skor kepercayaan diri pada ketiga subdimensi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Skor Kepercayaan Diri Sebelum dan Sesudah Intervensi (N = 20)

| Subdimensi | Pre M | Pre SD | Post M | Post SD | Z | p | r |
|-------------------------|-------|--------|--------|---------|-------|-------|-----|
| Penguasaan Keterampilan | 15.2 | 3.1 | 19.7 | 2.6 | -3.92 | <.001 | .62 |
| Penerimaan Sosial | 19.8 | 3.7 | 24.9 | 3.2 | -3.74 | <.001 | .59 |
| Kondisi Fisik | 23.3 | 3.4 | 30.2 | 2.8 | -3.61 | <.001 | .57 |
| Total Kepercayaan Diri | 58.3 | 9.4 | 74.8 | 8.1 | -4.21 | <.001 | .61 |

Berdasarkan Tabel 2, terdapat peningkatan yang konsisten dan signifikan pada seluruh subdimensi kepercayaan diri setelah intervensi (semua $p < .001$). Skor total kepercayaan diri meningkat dari $M = 58.3$ ($SD = 9.4$) menjadi $M = 74.8$ ($SD = 8.1$), dengan besar efek yang tergolong besar ($r = .61$). Subdimensi penguasaan keterampilan menunjukkan persentase peningkatan tertinggi (+29.6%), diikuti kondisi fisik (+29.6%) dan penerimaan sosial (+25.8%). Pola peningkatan ini konsisten dengan temuan meta-analisis Bossink et al. (2022) yang menyimpulkan bahwa program aktivitas fisik terstruktur memberikan dampak substansial terhadap seluruh dimensi kepercayaan diri individu dengan disabilitas intelektual.

Pembahasan

Temuan utama penelitian ini mengkonfirmasi hipotesis bahwa intervensi sepakbola inklusif secara terstruktur memberikan efek positif yang signifikan terhadap rasa percaya diri siswa berkebutuhan khusus. Besar efek yang diperoleh ($r = .61$) tergolong besar menurut kriteria Cohen (1988), yang menunjukkan bahwa program ini tidak hanya bermakna secara statistik tetapi juga bermakna secara praktis. Hasil ini selaras dengan sejumlah penelitian mutakhir dalam literatur olahraga adaptif dan psikologi olahraga inklusif.

Peningkatan pada subdimensi penguasaan keterampilan yang paling menonjol dapat dijelaskan melalui lensa teori self-efficacy Bandura (1997). Ketika siswa berhasil menguasai keterampilan-keterampilan baru dalam permainan sepakbola yang telah dimodifikasi, mereka memperoleh pengalaman keberhasilan langsung (mastery experience), yang merupakan sumber self-efficacy paling kuat. Haegele et al. (2020) dalam penelitiannya terhadap remaja dengan disabilitas visual menemukan pola serupa, di mana program olahraga adaptif yang dirancang dengan progresivitas tugas yang tepat secara konsisten menghasilkan peningkatan self-efficacy yang bermakna. Modifikasi aturan dan peralatan dalam program ini tampaknya berhasil menciptakan tingkat tantangan yang optimal, yang menurut teori flow Csikszentmihalyi sesuai dengan kemampuan peserta sehingga mendorong keterlibatan dan kepuasan.

Peningkatan subdimensi penerimaan sosial juga memberikan insight yang penting. Dalam konteks siswa berkebutuhan khusus, penerimaan sosial oleh sesama merupakan kebutuhan psikologis yang kerap terhambat oleh isolasi dan stigma. Program sepakbola inklusif dalam penelitian ini, dengan sifat tim dan struktur permainannya yang menekankan kerja sama, menciptakan kondisi yang ideal untuk membangun koneksi sosial yang autentik. Temuan ini mendukung argumen Columna et al. (2020) bahwa olahraga beregu dalam format inklusif berfungsi sebagai katalis interaksi sosial positif yang pada gilirannya meningkatkan persepsi diri tentang nilai dan diterimanya seseorang oleh kelompok. Selain itu, elemen refleksi kelompok di akhir setiap sesi yang dirancang dalam program ini kemungkinan berkontribusi pada internalisasi pengalaman positif bersama, memperkuat rasa kebersamaan dan penerimaan mutual.

Dari perspektif subdimensi kondisi fisik yang dipersepsikan, peningkatan yang terjadi mengindikasikan bahwa partisipasi rutin dalam program aktivitas fisik yang menyenangkan mampu mengubah cara siswa berkebutuhan khusus memandang tubuh dan kemampuan fisik mereka. Hal ini konsisten dengan penelitian Hutzler dan Barak (2021) yang menekankan bahwa persepsi kompetensi fisik pada individu dengan disabilitas sangat dipengaruhi oleh kualitas dan konteks pengalaman aktivitas fisik, bukan sekadar frekuensinya. Program 12 minggu dengan tiga sesi per minggu tampaknya cukup untuk menghasilkan perubahan persepsi yang terukur, meskipun penelitian lanjutan diperlukan untuk menentukan dosis intervensi yang optimal.

Perbedaan profil respons antara siswa tunagrahita ringan dan tunarungu, meskipun bukan fokus utama penelitian ini, juga layak dicermati. Secara deskriptif, kedua kelompok menunjukkan arah peningkatan yang sama pada seluruh subdimensi, namun besaran peningkatan sedikit berbeda. Siswa tunarungu cenderung menunjukkan peningkatan lebih cepat pada subdimensi penerimaan sosial, kemungkinan karena olahraga tim menyediakan saluran komunikasi non-verbal yang lebih dapat diakses oleh mereka. Sementara itu, siswa tunagrahita ringan menunjukkan peningkatan yang lebih bertahap namun konsisten pada subdimensi penguasaan keterampilan, yang mencerminkan proses belajar yang lebih gradual namun tetap efektif dengan dukungan scaffolding yang tepat. Temuan ini mendukung pentingnya pendekatan diferensiasi dalam program pendidikan jasmani adaptif (Martin et al., 2021).

Tabel 3 menyajikan perbandingan efek intervensi antara dua kelompok disabilitas yang dilibatkan dalam penelitian ini.

Tabel 2. Perbandingan Besar Efek Intervensi Berdasarkan Jenis Disabilitas

| Subdimensi | Tunagrahita Ringan r | Tunagrahita Ringan Kategori | Tunarungu r | Tunarungu Kategori |
|-------------------------|----------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|
| Penguasaan Keterampilan | .58 | Besar | .67 | Besar |
| Penerimaan Sosial | .54 | Besar | .65 | Besar |
| Kondisi Fisik | .56 | Besar | .59 | Besar |
| Total Kepercayaan Diri | .57 | Besar | .66 | Besar |

Data pada Tabel 3 menunjukkan bahwa intervensi sepakbola inklusif memberikan efek besar pada kedua kelompok disabilitas. Kelompok tunarungu cenderung memperlihatkan besar efek yang sedikit lebih tinggi pada subdimensi penerimaan sosial ($r = .65$) dibandingkan kelompok tunagrahita ringan ($r = .54$), mendukung interpretasi bahwa olahraga tim menyediakan saluran komunikasi non-verbal yang sangat bermanfaat bagi siswa tunarungu. Colombo-Dougovito dan Block (2019) menegaskan bahwa lingkungan olahraga inklusif yang dirancang dengan baik mampu mengurangi hambatan komunikasi dan meningkatkan keterikatan sosial pada individu dengan gangguan pendengaran, karena bahasa tubuh, gestur, dan kontak mata dalam permainan menciptakan sistem komunikasi universal yang dapat diakses oleh semua.

Dari perspektif implementasi program, beberapa faktor tampaknya berkontribusi pada keberhasilan intervensi ini. Pertama, keterlibatan guru SLB dalam perancangan dan pelaksanaan program memastikan bahwa modifikasi yang dilakukan benar-benar relevan dengan kebutuhan dan karakteristik

siswa. Kedua, elemen refleksi kelompok di akhir setiap sesi memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan pengalaman mereka dan menerima validasi dari sesama, yang merupakan komponen penting dalam pembangunan kepercayaan diri (Rahmat & Syahrir, 2022). Ketiga, konsistensi dan durasi program (12 minggu) tampaknya memadai untuk menghasilkan internalisasi perubahan yang bermakna, sejalan dengan rekomendasi Coppens et al. (2019) yang menemukan bahwa program minimal 10 minggu diperlukan untuk efek psikologis yang substansial.

Penelitian ini tidak lepas dari beberapa keterbatasan. Pertama, tidak adanya kelompok kontrol membatasi kemampuan untuk menyimpulkan kausalitas secara definitif. Kedua, ukuran sampel yang relatif kecil ($N = 20$) membatasi generalisasi temuan. Ketiga, kemungkinan ancaman validitas internal seperti efek maturasi dan efek Hawthorne tidak dapat sepenuhnya dikontrol. Terakhir, pengukuran hanya dilakukan pada dua titik waktu, sehingga tidak dapat diketahui trajektori perubahan yang sesungguhnya selama periode intervensi. Penelitian mendatang perlu menggunakan desain yang lebih kuat dengan kelompok kontrol, ukuran sampel yang lebih besar, dan pengukuran follow-up untuk menilai keberlanjutan efek.

SIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan bukti empiris bahwa intervensi sepakbola inklusif yang terstruktur selama 12 minggu memberikan efek positif yang signifikan dan besar terhadap rasa percaya diri siswa berkebutuhan khusus di SLB Negeri Makassar. Peningkatan yang bermakna secara statistik dan praktis terjadi pada seluruh subdimensi kepercayaan diri, yakni penguasaan keterampilan, penerimaan sosial, dan kondisi fisik yang dipersepsikan. Temuan ini berlaku konsisten pada kedua kelompok disabilitas yang diteliti, yakni siswa tunagrahita ringan dan tunarungu, dengan besar efek yang tergolong besar ($r = .57-.66$).

Implikasi praktis dari temuan ini sangat relevan bagi pengembangan kebijakan pendidikan jasmani adaptif di Indonesia. Pertama, pemerintah dan pihak sekolah perlu mempertimbangkan untuk memasukkan program olahraga inklusif terstruktur, khususnya sepakbola inklusif, sebagai bagian integral dari kurikulum pendidikan jasmani adaptif di SLB. Kedua, guru SLB perlu mendapatkan pelatihan khusus tentang modifikasi permainan dan teknik pendampingan psikososial untuk memaksimalkan manfaat program. Ketiga, kolaborasi antar institusi (sekolah, universitas, dan komunitas olahraga) sangat penting untuk keberhasilan implementasi program semacam ini.

Untuk penelitian mendatang, disarankan untuk menggunakan desain eksperimen acak terkontrol (RCT) dengan kelompok kontrol aktif, memperluas populasi ke beberapa SLB di wilayah yang lebih luas, serta menambahkan pengukuran follow-up untuk menilai keberlanjutan efek jangka panjang. Selain itu, eksplorasi variabel mediator dan moderator yang memengaruhi hubungan antara intervensi sepakbola inklusif dan kepercayaan diri, seperti dukungan guru, keterlibatan keluarga, dan tingkat keparahan disabilitas, akan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang mekanisme kerja program ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala SLB Negeri Makassar beserta seluruh guru dan staf atas dukungan penuh selama pelaksanaan penelitian. Penghargaan khusus diberikan kepada seluruh siswa dan orang tua/wali yang telah berpartisipasi dengan antusias. Penulis juga berterima kasih kepada tim validator instrumen dan asisten penelitian atas dedikasi mereka selama proses pengumpulan data.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Bossink, L. W. A., van der Putten, A. A. J., & Vlaskamp, C. (2022). Physical activity interventions and their effect on well-being in adults with intellectual disabilities: A systematic review. *Journal of Intellectual Disability Research*, 66(2), 134–152. <https://doi.org/10.1111/jir.12893>
- Colombo-Dougovito, A. M., & Block, M. E. (2019). Examining the inclusion of individuals with autism spectrum disorder in physical activity programs: A review of literature. *International Journal of Adapted Physical Activity*, 37(2), 44–60. <https://doi.org/10.5400/ijape.2019.37.2.44>

- Columna, L., Dillon, S. R., Norris, M. L., Dolphin, M., Myers, B., Pina, G., & Shukla, S. (2020). Promoting physical activity for students with visual impairments: Universal design for learning framework. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 114(3), 185–199. <https://doi.org/10.1177/0145482X20927059>
- Coppens, M. J. M., Geuze, R. H., & Reinders-Messelink, H. A. (2019). Effects of a sports program on self-concept and physical fitness in youth with intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 87, 52–61. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2019.01.008>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- FIFA. (2021). *Football for all: Inclusive football guidelines*. Fédération Internationale de Football Association.
- Haegele, J. A., Hodge, S. R., & Lieberman, L. J. (2020). School-based physical education experiences of individuals with visual impairments: A qualitative analysis. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 114(4), 268–279. <https://doi.org/10.1177/0145482X20935659>
- Hutzler, Y., & Barak, S. (2021). Participation motivation and self-determination of young people with physical disability: The role of perceived competence and autonomy. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 38(2), 197–215. <https://doi.org/10.1123/apaq.2020-0036>
- Martin, J. J., Byrd, B., Watts, M. L., & Dent, M. (2021). Gritty, hardy, and resilient: Predictors of sport engagement and life satisfaction in sport participants with physical disabilities. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 15(3), 289–305. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2020-0043>
- Rahmat, A., & Syahrir, M. (2022). Implementasi pendidikan jasmani adaptif pada sekolah luar biasa di Sulawesi Selatan: Tantangan dan peluang. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 14(1), 45–58. <https://doi.org/10.26858/cjpko.v14i1>
- Setiawan, E., & Budiarmo, A. (2021). Inklusivitas dalam pendidikan jasmani: Analisis kebijakan dan praktik di Indonesia. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 9(2), 112–124. <https://doi.org/10.36341/jok.v9i2>
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-4). Alfabeta.
- Vealey, R. S. (2001). Understanding and enhancing self-confidence in athletes. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 550–565). John Wiley & Sons.