

Kualitas Hidup Atlet Penyandang Disabilitas Fisik Anggota National Paralympic Committee Indonesia Kabupaten Wonosobo

Maulia Pratiwi¹, Bambang Indra Kencana², Irniyati Samosir³

^a Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung

Keywords:

Kualitas Hidup, Atlet
Penyandang Disabilitas Fisik

Corresponding Author:

Maulia Pratiwi, Bambang
Indra Kencana, Irniyati
Samosir

Politeknik Kesejahteraan
Sosial Bandung

Email:

mauliapратиwi@poltekesos.ac.id

Abstract: *This study aims to find a more in-depth and quality of life for athletes with physical disabilities as members of National Paralympic Committee Indonesia in Wonosobo Regency which includes informant characteristics, physical health aspects, psychological aspects, social relation aspects and environmental aspects. This research uses a qualitative approach with descriptive methods. Determination of informant using purposive sampling, amounting to four athletes with physical disabilities as members of National Paralympic Committee Indonesia in Wonosobo Regency. Data collection techniques used were interviews, observation and documentation study. The result showed that the quality of life for athletes with physical disabilities members of the National Paralympic Committee Indonesia Wonosobo Regency is good. However, there are problems that arise in the psychological aspect of the existence of negative feelings in athletes with physical disabilities. The recommendation program for its solution, namely the Program for Reducing Negative Feelings in Athletes with Physical Disabilities Members of the National Paralympic Committee Indonesia in Wonosobo Regency District through Counseling. The program consists of a series of counseling and counseling activities for athletes with physical disabilities of National Paralympic Committee Indonesia in Wonosobo Regency.*

Abstrak: *Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran yang lebih mendalam mengenai kualitas hidup atlet penyandang disabilitas fisik anggota National Paralympic Committee Indonesia Kabupaten Wonosobo yang meliputi karakteristik informan, aspek kesehatan fisik, aspek psikologis, aspek hubungan sosial dan aspek lingkungan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Penentuan informan dengan menggunakan purposive sampling yang berjumlah empat orang atlet penyandang disabilitas fisik anggota National Paralympic Committee Indonesia Kabupaten Wonosobo. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup atlet penyandang disabilitas fisik anggota National Paralympic Committee Indonesia Kabupaten Wonosobo baik. Namun, terdapat permasalahan yang muncul pada aspek psikologi yaitu adanya perasaan-perasaan negatif pada atlet penyandang disabilitas fisik. Rekomendasi program untuk pemecahan permasalahan tersebut yaitu Program Pengurangan Perasaan-Perasaan Negatif Pada Atlet Penyandang Disabilitas Fisik Anggota National Paralympic Committee Indonesia Kabupaten Wonosobo Melalui Konseling. Program ini terdiri dari rangkaian kegiatan penyuluhan dan konseling bagi atlet penyandang disabilitas fisik anggota National Paralympic Committee Indonesia Kabupaten Wonosobo.*

PENDAHULUAN

Penyandang disabilitas merupakan seseorang yang mengalami keterbatasan fisik, mental, intelektual dan atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya dapat menemui hambatan yang menyulitkan untuk berpartisipasi penuh dan efektif berdasarkan pemenuhan hak. Indonesia telah membangun pemahaman yang lebih baik mengenai hak-hak penyandang disabilitas dengan memberlakukan Undang-undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang penyandang disabilitas, yang merupakan revisi dari Undang-undang sebelumnya yaitu Undang-undang Nomor 4 Tahun 1997 yang menggeser perspektif belas kasihan menjadi perspektif pemberdayaan dalam melihat penyandang disabilitas.

Pada tahun 2015 Kepala Sub Direktorat Rehabilitasi Kementerian Sosial Penyandang Disabilitas mengatakan bahwa jumlah penyandang disabilitas sebanyak 8,56% penduduk Indonesia atau sekitar 21,84 juta jiwa. Data tersebut diperoleh dari hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun 2015. Pada tahun 2016, data dari Survei Angkatan Kerja Nasional (SAKERNAS) menunjukkan bahwa jumlah penyandang disabilitas untuk penduduk dengan usia diatas 15 tahun adalah 12,5% dari jumlah keseluruhan penduduk Indonesia atau sekitar 22,8 juta jiwa. Dari persentase tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 1,87% merupakan penyandang disabilitas berat dan 10,29% merupakan penyandang disabilitas ringan. Menurut data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) tahun 2018 menunjukkan bahwa jumlah penyandang disabilitas sebanyak 26,4 juta jiwa. Jumlah persentase penyandang disabilitas di Indonesia terus bertambah tiap tahunnya.

Menurut data di Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah tahun 2016 jumlahnya mencapai sekitar 106.556 jiwa yang tersebar di 35 Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Tengah. Sementara itu, jumlah penyandang disabilitas di Kabupaten Wonosobo mencapai 4.240 jiwa. Dari jumlah tersebut, sebanyak 1.711 jiwa merupakan penyandang disabilitas fisik, 722 jiwa merupakan penyandang disabilitas intelektual, 503 jiwa merupakan penyandang disabilitas sensorik, 927 jiwa merupakan penyandang disabilitas mental dan 377 jiwa merupakan penyandang disabilitas ganda.

Para penyandang disabilitas memiliki kelemahan secara fisik, sensorik, mental atau keduanya yang memiliki perbedaan apabila dibandingkan dengan orang-orang normal. Penyandang disabilitas menghadapi masalah yang lebih kompleks dibandingkan manusia pada umumnya, terlebih karena masalah khusus akibat disabilitas yang dimiliki. Permasalahan khusus yang dihadapi tidak sekedar masalah fisik saja melainkan secara psikis atau mental dan juga sosial. Pandangan masyarakat yang masih memandang sebelah mata terhadap penyandang disabilitas menyebabkan kurang percaya diri, minder dan merasa tidak berguna. Dampak dari kurang percaya diri mengakibatkan aktualisasi penyandang disabilitas menjadi terhambat, pesimistis, khawatir dan ragu-ragu dalam menentukan pilihan dan takut bersaing dengan orang lain. Selain itu, juga masih sering terjadi kasus-kasus diskriminasi terhadap penyandang disabilitas seperti di masyarakat maupun di dunia kerja. Sebagian masyarakat masih memandang disabilitas memiliki keterbatasan kemampuan mengerucutkan pola pikir masyarakat terhadap para penyandang disabilitas.

Hal ini seperti yang terjadi di Kabupaten Wonosobo, menurut pengurus National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) Kabupaten Wonosobo menjelaskan bahwa penyandang disabilitas di Wonosobo masih susah mendapat pekerjaan. Ada salah satu anggotanya yang pendidikannya Strata 1 (S1) dan merupakan penyandang disabilitas fisik berulang kali ditolak ketika melamar pekerjaan dengan alasan karena kondisi kedisabilitasiannya. Selain itu, masih ada juga beberapa penyandang disabilitas yang kurang terpenuhi hak-haknya salah satunya hak mendapat identitas. Seperti dalam berita merdeka.com bahwa salah satu penyandang disabilitas

berusia 40 tahun asal Kabupaten Wonosobo mengalami kesusahan dalam mengurus dokumen kependudukannya. Selama 25 tahun tidak pernah mendapat perhatian dari pemerintah dan masyarakat sekitar, bahkan baru mendapatkan Kartu Tanda Kependudukan (KTP) dan jaminan sosial setelah menunggu 25 tahun lamanya.

Penyandang disabilitas perlu didorong untuk melakukan olahraga maupun aktivitas fisik lainnya. Akan tetapi, olahraga yang dilakukan perlu disesuaikan agar memungkinkan para penyandang disabilitas ikut berpartisipasi. Hal ini juga didukung oleh Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan yang berisi kegiatan-kegiatan untuk penyandang disabilitas yang salah satunya yaitu kegiatan olahraga bagi penyandang disabilitas. Pemerintah telah mewadahi olahraga bagi penyandang disabilitas melalui organisasi *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI). Dengan adanya wadah untuk organisasi keolahragaan penyandang disabilitas ini diharapkan mampu meningkatkan kesejahteraan bagi penyandang disabilitas yang menjadi atlet.

Konsep kualitas hidup mencakup bagaimana seseorang mengukur kebaikan dari berbagai aspek hidup mereka. Evaluasi ini termasuk reaksi emosional seseorang terhadap kejadian kehidupan, disposisi, rasa kepuasan, kepuasan hidup, kepuasan dengan pekerjaan dan hubungan pribadi (Theofilou, 2013). Berdasarkan pernyataan tersebut tentu benar bahwa kualitas hidup berbanding lurus dengan kesejahteraan sosial. Berdasarkan konsep tersebut, taraf kesejahteraan dan kualitas hidup harus terjaga secara terus menerus sepanjang manusia hidup.

National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) sebagai wadah yang menghimpun para penyandang disabilitas yang bergerak di bidang keolahragaan atau menjadi atlet untuk meningkatkan kesejahteraan sosialnya. Olahraga tersebut diselenggarakan pada lingkup olahraga prestasi dengan atlet-atlet yang bergabung di *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) dibina untuk mengikuti pertandingan-pertandingan dan senantiasa diharapkan untuk berprestasi. Organisasi ini merupakan organisasi internasional yang memiliki cabang diseluruh negara hingga cabang di Kabupaten/Kota termasuk salah satunya di Kabupaten Wonosobo.

Kabupaten Wonosobo merupakan salah satu kabupaten yang mempunyai perhatian khusus terhadap penyandang disabilitas khususnya dalam memberikan pelayanan terbaik bagi penyandang disabilitas melalui adanya suatu wadah pembinaan prestasi bagi penyandang disabilitas melalui organisasi *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo. Saat ini atlet-atlet yang terdaftar menjadi anggota *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo sekitar 24 orang dan jumlah tersebut akan terus bertambah seiring dengan dilakukannya pembibitan atlet dari daerah-daerah di beberapa kecamatan di Kabupaten Wonosobo.

Olahraga yang dilakukan oleh atlet penyandang disabilitas fisik ini juga diatur dalam Peraturan Daerah Kabupaten Wonosobo Nomor 2 Tahun 2017 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan. Dalam peraturan tersebut dijelaskan mengenai olahraga bagi penyandang disabilitas di Kabupaten Wonosobo. Berdasarkan keterkaitan tersebut maka perlu diketahui penilaian subjektif dan evaluasi atlet penyandang disabilitas fisik anggota *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo mengenai kondisi dirinya berdasarkan pengalaman dan perubahan kehidupan yang dijalani saat ini. Penilaian tersebut merujuk pada bagaimana kesejahteraan individu yang dapat diukur melalui kualitas hidup dari atlet penyandang disabilitas fisik. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Kualitas Hidup Atlet Penyandang Disabilitas Fisik Anggota *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk memperoleh gambaran secara lengkap tentang kualitas hidup atlet penyandang disabilitas fisik anggota National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) Kabupaten Wonosobo.

Sumber data primer didapatkan dengan cara melakukan wawancara mendalam kepada informan. Berdasarkan hal tersebut, informan dalam sumber data primer dalam adalah atlet penyandang disabilitas fisik, pengurus *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) di Kabupaten Wonosobo serta Kepala Bidang Rehabilitasi Sosial Dinas Sosial Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Wonosobo. Sedangkan data sekunder diperoleh secara tidak langsung dari informan. Sumber data penelitian ini diperoleh dari studi dokumentasi yang berkaitan dengan penelitian kualitas hidup atlet penyandang disabilitas anggota *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) di Kabupaten Wonosobo seperti foto, laporan, jurnal dan dokumentasi-dokumentasi.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah: 1) wawancara dilakukan kepada atlet penyandang disabilitas fisik, pengurus *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo dan Kepala Bidang Rehabilitasi Sosial Dinas Sosial Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Wonosobo; 2) observasi terkait dengan tingkah laku informan ketika wawancara berlangsung dan ketika informan melakukan kegiatan latihan; serta 3) studi dokumentasi dari literatur maupun data, atau foto-foto yang berkaitan dengan fokus penelitian yang diambil yaitu tentang kualitas hidup atlet penyandang disabilitas fisik.

Informan Penelitian

Informan dalam penelitian ini adalah atlet penyandang disabilitas fisik anggota *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo, ketua NPCI Kabupaten Wonosobo dan Kepala Bidang Rehabilitasi Sosial Dinas Sosial Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Wonosobo. Untuk lebih rincinya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Karakteristik Informan

No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Pendidikan	Jenis Kedisabilitasan	Cabang Olahraga	Masa Keanggotaan
1.	YN	L	55	D3	Disabilitas Fisik	Tenis Meja	9 tahun
2.	NR	P	32	S1	Disabilitas Fisik	Bulu Tangkis	1 tahun
3.	SM	P	40	SD	Disabilitas Fisik	Panahan	7 tahun
4.	AR	L	34	SMA	Disabilitas Fisik	Atletik	7 tahun
No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Jabatan	
1.	AG	L	55	S1	Pensiunan	Ketua NPCI Kabupaten Wonosobo	
2.	HN	P	40	S1	Pegawai	Kepala Bidang Rehabilitasi Sosial	

Sumber: hasil penelitian

Karakteristik informan berdasarkan usia adalah berusia 32-55 tahun. Berdasarkan agama, informan beragama katolik dan islam. Informan YN beragama katolik dan 3 informan lain yaitu NR, SM dan AR beragama islam. Berdasarkan tingkat pendidikan informan adalah lulusan Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Atas (SMA), Diploma 3 (D3) dan Strata 1 (S1). Berdasarkan jenis

olahraga yang ditekun informan adalah olahraga tenis meja, bulu tangkis, panahan dan atletik. Berdasarkan masa keanggotaan di organisasi *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo informan adalah berkisar dari 1-9 tahun.

HASIL PENELITIAN

1. Profil *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI)

Terbentuk sejak tahun 2011, *National Paralympic Committee* (NPC) Indonesia disingkat NPC Indonesia atau NPCI adalah satu-satunya induk organisasi olahraga prestasi para penyandang disabilitas di Indonesia. Organisasi ini bkedudukan di Surakarta sebagai kantor pusat, yang menghimpun dan membimbing, mengkoordinasi, mengawasi dan mengembangkan segala potensi dalam keolahragaan para penyandang disabilitas di Indonesia, baik di tingkat Nasional maupun Internasional. NPCI adalah organisasi olahraga para penyandang disabilitas yang berhak dan berkewajiban untuk menyelenggarakan event kejuaraan olahraga para disabilitas di Indonesia yang berupa kejuaraan olahraga Paralympic Nasional dan/ atau mengikuti segala event kejuaraan yang diselenggarakan oleh lembaga *paralympic* Internasional dalam *single/multi event international*. Fungsi yang dijalankan diantaranya adalah membina dan meningkatkan prestasi olahraga para atlet penyandang disabilitas di Kabupaten Wonosobo, mengakomodasi dan menyalurkan aspirasi di bidang olahraga bagi para anggotanya, meningkatkan harkat dan martabat bagi para atlet penyandang disabilitas di Kabupaten Wonosobo, dll.

2. Aspek Kesehatan Fisik

Tabel 2 Rekapitulasi Hasil Penelitian Aspek Kesehatan Fisik

Sub Aspek	Kategorisasi	Tema
Aktivitas Sehari-hari	1. informan (YN) memiliki kemampuan untuk melakukan olahraga dan melakukan pekerjaan rumah tangga serta pekerjaan untuk sumber penghasilan 2. informan (NR) memiliki kemampuan untuk melakukan olahraga dan melakukan pekerjaan rumah tangga serta pekerjaan untuk sumber penghasilan 3. informan (SM) memiliki kemampuan untuk melakukan olahraga dan melakukan pekerjaan rumah tangga dengan bantuan tongkat informan (AR) memiliki kemampuan untuk melakukan olahraga dan melakukan pekerjaan rumah tangga serta pekerjaan untuk sumber penghasilan	1. Olahraga menjadi kebiasaanku 2. Pekerjaanpun mampu aku lakukan
Ketergantungan terhadap obat-obatan dan bantuan medis	1. Informan (YN) tidak memiliki ketergantungan terhadap obat-obatan dan bantuan medis dan menggunakan madu murni sebagai suplemen 2. Informan (NR) tidak memiliki ketergantungan terhadap obat-obatan dan bantuan medis dan menggunakan air putih sebagai teman berolahraga 3. Informan (SM) tidak memiliki ketergantungan terhadap obat-obatan dan bantuan medis dan menggunakan vitamin sebagai suplemen ketika akan bertanding 4. Informan (AR) tidak memiliki ketergantungan terhadap obat-obatan dan bantuan medis dan menggunakan air putih dan vitamin berupa susu suplemen.	1. Aku tidak ketergantungan 2. Madu murni membuatku lebih sehat 3. Air putih jadi teman berolahraga 4. Vitamin membuatku lebih bersemangat
Energi dan kelelahan	1. informan (YN) jarang mengalami kelelahan dan membuat jadwal latihan untuk mengatasi kelelahannya dan makan makanan yang bergizi 2. informan (NR) lumayan sering mengalami kelelahan dan mengatasinya dengan istirahat dan makan yang bergizi	1. Jadwal olahraga kunci atasi kelelahan 2. Istirahat yang cukup mampu mengembalikan energiku

	3. informan (SM) lumayan sering mengalami kelelahan dan mengatasinya dengan istirahat dan makan yang bergizi 4. informan (AR) sering mengalami kelelahan dan mengatasinya dengan istirahat dan makan yang bergizi.	3. Makanan bergizi sumber energiku
Mobilitas	1. informan (YN) mampu melakukan mobilitas secara mandiri 2. informan (NR) mampu melakukan mobilitas secara mandiri 3. informan (SM) melakukan mobilitas dengan bergantung pada tongkat sebagai alat bantu 4. informan (AR) mampu melakukan mobilitas secara mandiri.	1. Aku bisa mandiri 2. Tongkatku, teman sejatiku
Sakit dan Ketidaknyamanan	1. Informan (NR) mengalami nyeri dan ketidaknyamanan berupa badan pegal-pegal dan mengoleskan krim pereda nyeri untuk meredakannya. Dengan olahraga membuat badan menjadi lebih sehat 2. Informan (SM) mengalami nyeri dan ketidaknyamanan berupa badan pegal-pegal dan mengoleskan krim pereda nyeri untuk meredakannya. Dengan olahraga membuat badan menjadi lebih sehat 3. Informan (AR) mengalami nyeri dan ketidaknyamanan berupa badan pegal-pegal dan pernah mengalami cidera serta mengoleskan krim pereda nyeri untuk meredakannya. Dengan olahraga membuat badan menjadi lebih sehat	1. Badanku menjadi pegal 2. Cidera bukan halangan 3. Krim pereda nyeri, andalanku 4. Badan menjadi lebih sehat
Tidur dan Istirahat	1. Informan (YN) mengalami susah tidur ketika akan melakukan pertandingan dan olahraga membuat tidurnya semakin nyenyak 2. Informan (NR) mengalami peningkatan kualitas tidur setelah berolahraga yaitu tidur menjadi semakin nyenyak 3. Informan (SM) mengalami susah tidur ketika awal-awal melakukan olahraga dan olahraga membuat tidurnya semakin nyenyak 4. Informan (AR) mengalami susah tidur ketika awal-awal melakukan olahraga dan olahraga membuat tidurnya semakin nyenyak	1. Aku merasa susah tidur 2. Tidurku menjadi semakin nyenyak

Sumber: hasil penelitian

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pada aspek fisik secara umum dalam kondisi baik. Mulai dari aktivitas sehari-hari, semua informan memiliki kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-harinya. Selain itu, informan juga tidak memiliki ketergantungan terhadap obat-obatan ataupun bantuan medis. Untuk mengurangi kelelahan yang ditimbulkan akibat melakukan aktivitas sehari-hari, informan melakukannya dengan cara istirahat yang cukup dan makan teratur dengan gizi seimbang. Untuk melakukan mobilitas, informan melakukannya dengan mandiri dan ada juga yang dengan alat bantu. Informan kadang kala merasakan badan pegal-pegal setelah berolahraga akan tetapi hal itu membuat badan menjadi lebih sehat dan jarang sakit. Setelah melakukan olahraga juga membuat kualitas istirahat dan tidur menjadi lebih baik karena badan lelah sehingga istirahat tidur menjadi semakin nyenyak.

“Tidur biasanya menjadi lebih nyenyak. Karena kita kan energi menjadi lebih terkuras, ketika kita makan malam kan itu energi kembali lagi karena mungkin syaraf dan otot kita sudah kelelahan terus tidurnya itu biasanya menjadi semakin pulas”.

3. Aspek Psikologis

Pada aspek psikologis secara umum dalam kondisi baik setelah informan menjadi atlet. Mulai dari citra diri dan penampilan tubuhnya, informan merasa percaya diri dengan penampilan tubuhnya, akan tetapi ada juga yang masih merasa minder. Selain itu, informan juga memiliki perasaan-perasaan negatif dalam dirinya seperti kecewa, putus asa, dan rendah diri dalam dirinya. Selain itu, informan juga memiliki perasaan-perasaan positif untuk melawan perasaan negatif tersebut. Setelah menjadi atlet informan merasa lebih percaya diri, optimis dan terdapat perasaan bangga pada dirinya sendiri. *Self esteem* juga mengalami peningkatan ketika informan menjadi atlet, mereka menjadi merasa dapat hidup setara dengan orang lain, dan pengalaman-pengalaman yang didapatkannya membuat hidupnya menjadi lebih berharga dan bermanfaat. Kepercayaan dan kondisi spiritual juga mempengaruhi dalam kehidupannya sehari-hari.

“Ya sangat mempengaruhi, karena yang terpenting itu kan doa. Itu wajib, apalagi kan saya sudah dewasa. Karena kondisi spiritual itu kan membuat kita lebih kuat untuk menjalani kehidupan baik di NPCI maupun kehidupan sehari-hari”.

Tabel 3 Rekapitulasi Hasil Penelitian Aspek Psikologis

Sub Aspek	Kategorisasi	Tema
<i>Bodily Image dan Appearance</i>	1. Informan (YN) mempunyai persepsi positif terhadap dirinya sendiri dengan menunjukkan sikap percaya diri 2. Informan (NR) mempunyai persepsi positif terhadap dirinya sendiri dengan menunjukkan sikap percaya diri 3. Informan (SM) mempunyai persepsi positif terhadap dirinya sendiri dengan menunjukkan sikap percaya diri ketika bersama dengan teman-teman atlet dan merasa minder ketika berada di lingkungan rumahnya 4. Informan (AR) mempunyai persepsi positif terhadap dirinya sendiri dengan menunjukkan sikap percaya diri	1. Penampilanku bentuk kepercayaan diriku 2. Aku minder dengan penampilanku
Perasaan Negatif	1. Informan (YN) mengalami perasaan negatif berupa kekecewaan dan rendah diri 2. Informan (NR) mengalami perasaan negatif berupa putus asa dan rendah diri 3. Informan (SM) mengalami perasaan negatif berupa putus asa dan rendah diri 4. Informan (AR) mengalami perasaan negatif berupa rendah diri	1. Aku merasa kecewa 2. Aku sempat putus asa 3. Aku merasa rendah diri
Perasaan Positif	1. Informan (YN) mengalami perasaan positif berupa percaya diri, optimis dan rasa bangga 2. Informan (NR) mengalami perasaan positif berupa percaya diri dan rasa bangga 3. Informan (SM) mengalami perasaan positif berupa percaya diri dan rasa bangga 4. Informan (AR) mengalami perasaan positif berupa percaya diri dan rasa bangga	1. Aku merasa percaya diri 2. Optimis selalu 3. Diriku membanggakan
<i>Self Esteem</i>	1. Informan (YN) merasakan dapat hidup setara 2. Informan (NR) mengalami perasaan bangga terhadap dirinya 3. Informan (SM) mengalami perasaan bangga terhadap dirinya 4. Informan (AR) mengalami perasaan bangga terhadap dirinya	1. Aku dapat hidup setara 2. Diriku membanggakan
Kondisi Spiritual	1. Informan (YN) mempercayai kekuatan doa dan kekuatan Tuhan yang dipercayainya 2. Informan (NR) mempercayai kekuatan doa dalam setiap aktivitasnya	1. Doa selalu menyertaku 2. Aku percaya kekuatan Tuhan

	3. Informan (SM) mempercayai kekuatan doa dalam setiap aktivitasnya	
--	---	--

Sumber: hasil penelitian

4. Aspek Hubungan Sosial

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa pada aspek hubungan sosial, relasi informan dengan beberapa pihak terjalin dengan baik. Informan menjalin hubungan baik dengan keluarga, tetangga dan teman-temannya. Akan tetapi ada informan yang kurang menjalin relasi dengan baik dengan tetangganya dan adapula yang beberapa kali mengalami sengketa dengan teman-temannya. Dukungan sosial juga didapatkan informan dari keluarga, lingkungan sekitar dan teman-temannya berupa motivasi dan selalu mendukung kegiatan positif yang dilakukan oleh informan khususnya dalam bidang keolahragaan. Penghargaan yang didapatkan informan juga menjadikan sumber penyemangat bagi informan dalam meraih prestasi.

“Seneng lah mbak kalau dapat penghargaan, apalagi dapat bonus kan buat hidup sehari-hari. Terus juga dapat selamat sana sini jadi motivasi buat berprestasi lagi”.

Tabel 5 Rekapitulasi Hasil Penelitian Aspek Hubungan Sosial

Sub Aspek	Kategorisasi	Tema
Hubungan Pribadi	1. Informan (YN) memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, tetangga dan teman-temannya. 2. Informan (NR) memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, tetangga dan teman-temannya. 3. Informan (SM) memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dan teman-temannya serta kurang begitu baik dengan tetangganya 4. Informan (AR) memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, tetangga dan teman-temannya.	1. Aku dan keluargaku 2. Aku dan tetanggaku 3. Aku dan teman-temanku
Dukungan Sosial	1. Informan (YN) memperoleh dukungan dari teman, keluarga dan tetangganya dan senang mendapat penghargaan 2. Informan (NR) memperoleh dukungan dari keluarga dan temannya dan senang mendapat penghargaan 3. Informan (SM) memperoleh dukungan dari teman, keluarga dan tetangganya dan senang mendapat penghargaan 4. Informan (AR) memperoleh dukungan dari teman, keluarga dan tetangganya dan senang mendapat penghargaan	1. Pendukungku 2. Penghargaan, penyemangatku

Sumber: hasil penelitian

5. Aspek Lingkungan

Berdasarkan hasil dapat disimpulkan bahwa pada aspek lingkungan, sumber finansial yang digunakan informan untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya berasal dari mereka bekerja dan 1 informan menjadikan atlet sebagai sumber penghasilan. Informan memiliki kebebasan dalam melakukan aktivitasnya tanpa adanya ancaman dan gangguan dari pihak manapun. Lingkungan rumah menjadi tempat yang aman dan nyaman bagi informan. Informan selalu memiliki kesempatan untuk berekreasi dan 1 informan memiliki kesempatan untuk berekreasi ketika ia menjadi atlet saja. Informan dapat menjangkau transportasi dengan kendaraan umum dan 1 informan dengan menggunakan kendaraan pribadi.

“Kalau saya kan nggak bisa mengendarai transportasi, jadi kalau kemana-mana dianter sama temen, atau naik ojek, ojek online gitu. Sebenarnya belum puas si mbak, kan pengennya bisa naik motor sendiri jadi bisa bebas.”

Tabel 6 Rekapitulasi Hasil Penelitian Aspek Lingkungan

Sub Aspek	Kategorisasi	Tema
Finansial	1. Informan (YN) mendapatkan sumber finansial dari berkerja 2. Informan (NR) mendapatkan sumber finansial dari berkerja 3. Informan (SM) mendapatkan sumber finansial dari menjadi atlet 4. Informan (AR) mendapatkan sumber finansial dari berkerja	1. Pekerjaanku, sumber finansialku 2. Atlet, sumber finansialku
Kebebasan, Keamanan dan Keselamatan	1. Informan (YN) mendapatkan kebebasan beraktivitas dan aman dari ancaman 2. Informan (NR) mendapatkan kebebasan beraktivitas dan aman dari ancaman 3. Informan (SM) mendapatkan kebebasan beraktivitas dan aman dari tindak kejahatan 4. Informan (AR) mendapatkan kebebasan beraktivitas dan disenangi oleh anak-anak kecil serta aman dari ancaman	1. Aku bebas, aku aman 2. Tidak ada orang jahat menggangguku 3. Anak kecil senang denganku
Lingkungan rumah	1. Informan (YN) menilai lingkungan rumah sebagai sumber semangat 2. Informan (NR) menilai lingkungan rumah sebagai nomer satu 3. Informan (SM) menilai lingkungan rumah sebagai segalanya bagi informan 4. Informan (AR) menilai lingkungan rumah sebagai tempat yang bebas untuk beraktivitas	1. Rumah sumber semangat 2. Nomer satu 3. Rumahku segalanya 4. Bebas dirumah
Kesempatan mendapatkan informasi	1. Informan (YN) memiliki kemudahan mendapatkan informasi karena adanya teknologi 2. Informan (NR) memiliki kemudahan informasi dari grup yang diikuti 3. Informan (SM) memiliki kemudahan informasi dari teman- temannya 4. Informan (AR) memiliki kemudahan informasi dari teman- temannya	1. Ada teknologi jadi mudah 2. Grup sumber informasiku 3. Teman-teman sumber informasiku
Kesempatan rekreasi	1. Informan (YN) mempunyai kesempatan rekreasi dengan keluarganya 2. Informan (NR) mempunyai kesempatan rekreasi dengan teman-temannya 3. Informan (SM) mempunyai kesempatan rekreasi dengan teman- temannya ketika sudah menjadi atlet 4. Informan (AR) mempunyai kesempatan rekreasi dengan teman-temannya	1. Rekreasi dengan keluargaku 2. Rekreasi dengan teman- temanku 3. Jadi atlet, aku bisa berekreasi

Sumber: hasil penelitian

PEMBAHASAN

Pada aspek fisik, informan dalam melakukan aktivitas sehari-harinya tidak memerlukan ketergantungan terhadap obat-obatan ataupun bantuan medis. Stepen P. Robbins (2003) menjelaskan bahwa kemampuan adalah suatu kapasitas individu untuk melaksanakan tugas dalam pekerjaan tertentu. Keempat informan memiliki kemampuan untuk menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik yaitu untuk melakukan pekerjaan sesuai dengan peran dan statusnya serta melakukan olahraga sebagai penunjang kesehatannya sebagai atlet.

Pada aspek psikologis, sebagian informan memiliki pandangan atau persepsi yang positif terhadap dirinya, akan tetapi ada juga persepsi-persepsi negatif informan yang mempengaruhi

tingkat kepercayaan diri informan. Informan dapat menerima penampilan tubuhnya yang mengalami kedisabilitas dengan rasa percaya diri, akan tetapi masih ada juga informan yang merasa rendah diri dengan kondisi tubuhnya.

Pada aspek hubungan sosial, Hubungan pribadi yang dijalin informan dengan keluarganya terjalin dengan baik. Keluarganya selalu memberikan cinta dan kasihnya kepada informan. Hubungan informan dengan teman-temannya pun terjalin baik. Hubungan informan dengan tetangga sekitar terjalin baik, akan tetapi salah satu informan memiliki hubungan yang kurang dekat dengan tetangganya.

Pada aspek lingkungan, jika dilihat dari sub aspek finansial, informan memiliki sumber finansial yang berbeda-beda. Beberapa informan mendapatkan sumber finansial dari pekerjaannya sehari-hari dan ada pula informan yang mendapatkan sumber finansial dari hasil prestasinya sebagai atlet. Informan memiliki kebebasan dan keamanan dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari.

KESIMPULAN

Kualitas hidup pada aspek kesehatan fisik secara umum dalam kondisi baik bahkan dengan menjadi atlet, informan memperoleh manfaat fisik yaitu menjadi lebih sehat. Jika dilihat mulai dari aktivitas sehari-hari semua informan mampu melakukan aktivitas sehari-harinya dengan baik yaitu mampu melakukan pekerjaan rumah sesuai dengan peran dan statusnya dalam keluarga, bekerja sebagai sumber penghasilan dan juga berolahraga sesuai perannya sebagai atlet. Kualitas hidup pada aspek psikologis juga sudah cukup baik. Perubahan psikologis yang terjadi setelah informan menjadi atlet yaitu dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dengan prestasi dan kegiatannya yang dilakukan selama ini. Informan percaya diri terhadap penampilannya dan adapula informan yang masih merasa minder terhadap penampilannya. Informan memiliki perasaan-perasaan negatif yang mempengaruhi kehidupannya seperti perasaan kecewa, putus asa dan minder atau rendah diri. Kualitas hidup pada aspek sosial menunjukkan penilaian yang positif. Sebagai makhluk sosial, informan menjalin hubungan baik dengan keluarga, teman-teman dan juga dengan tetangga di lingkungan sekitar. Akan tetapi, ada pula informan yang memiliki hubungan kurang dekat dengan tetangga sekitarnya. Kualitas hidup pada aspek lingkungan menunjukkan hal yang positif. Lingkungan informan selalu mendukung aktivitas positif yang dilakukan oleh informan sebagai atlet. Akan tetapi ada juga informan yang mendandankan bonus serta penghasilannya dari menjadi atlet.

Pada aspek psikologis masih perlu mendapat perhatian lagi karena terdapat perasaan-perasaan negatif yang dirasakan informan perlu untuk dikurangi agar dapat meningkatkan aspek-aspek lain dan meningkatkan kepercayaan diri pada informan. Sehingga peneliti mengusulkan program *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kabupaten Wonosobo melalui konseling.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Dosen dan Sivitas Akademika Politeknik Kesejahteraan Sosial (Poltekesos) Bandung serta *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) yang telah mengizinkan dan memberikan dukungan untuk melaksanakan penelitian ini, tak lupa untuk seluruh informan dan semua pihak yang telah membantu sehingga terlaksananya penelitian ini dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Fahrudin. (2012). *Pengantar Kesejahteraan Sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ahmad Soleh. (2016). *Aksesibilitas Penyandang Disabilitas terhadap Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: LKKIS.
- Ali Mustofa. (2019). *Dilema 21,5 Juta Penyandang Difabel di Indonesia*. <https://radarbali.jawapos.com/read/2019/12/07/169177/dilema-215-jutapenyandang-difabel-di-indonesia>. Diakses pada 13 Mei 2020 pukul 13.43.
- Anis Ika, dkk. (2012). *Kualitas Hidup Lanjut Usia Jurnal Keperawatan*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Anya Asbar. (2018). *Hidup Berkualitas*. Aceh: Universitas Syiah Kuala.
- Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah. (2015). *Jumlah Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Tahun 2015*. <http://data.jatengprov.go.id/organization/dinas-sosial-provinsi-jawatengah?tags=sosial&page=7> Diakses pada 15 mei 2020 pukul 22.32.
- Dwi Heru Sukoco. (2011). *Profesi Pekerjaan Sosial dan Proses Pertolongannya*. Bandung: KOPMA STKS.
- Edi Suharto. (2005). *Membangun Masyarakat Memberdayakan Rakyat*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Enung, Huripah. 2015. *Pekerjaan Sosial dengan Disabilitas di Indonesia*. Bandung: Sekolah Tinggi Kesejahteraan Sosial <http://garuda.ristekdikti.go.id/documents/detail/971235>. Diakses pada 14 Agustus 2019.
- Garvin. (2013). *Groupwork*. Bandung: Sekolah Tinggi Kesejahteraan Sosial.
- Gede Indra dan Tience. (2015). *Kualitas Hidup Mantan Pecandu Narkoba Yang Sedang Menjalani Terapi Metadon*. Jurnal Psikologi Udayana 2(2). 113-128.
- Glossaries 1 Pekerjaan Sosial (Konsep-konsep Pekerjaan Sosial). (2004). Bandung: STKS.
- Isbandi Rukminto. (2013). *Kesejahteraan Sosial*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada Suharsimi.
- Kementrian Sosial. (2012). *Peraturan Menteri Sosial Nomor 8 Tahun 2012 tentang Pedoman Pendataan dan Pengelolaan Data Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dan Potensi dan Sumber Kesejahteraan Sosial*. Jakarta.
- Laeni Novita, dkk. (2016). *Pengaruh Hubungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Pilihan Melanjutkan Pendidikan*. Jurnal Kultur Demokrasi Unila, 4(2).
- Moleong, Lexy J. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- _____. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Lopez and Snyder. (2004). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Mia Fatma, dkk. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Moh. Nazir. (2011). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Nanang Kosim. (2015). *Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Penduduk di Desa Sentul Kecamatan Sumpoko Kabupaten Lumajang*. Jurusan Ilmu Ekonomi dan Pembangunan Fakultas Ekonomi Universitas Jember.
- National Paralympic Committee Indonesia. <http://npcindonesia.id/tentang-npci/>. Diakses pada 20 Desember 2019 Pukul 13.30.
- Nesa Alicia. (2018). *Olahraga dan Berbagai Manfaatnya Bagi Penyandang Disabilitas*. <https://nationalgeographic.grid.id/read/13951586/olahraga-danberbagai-manfaatnya-bagi-penyandang-disabilitas>. Diakses pada 15 Mei 2020 Pukul 09.48.
- Pemerintah Daerah Kabupaten Wonosobo. (2016). *Peraturan Daerah Kabupaten Wonosobo Nomor 5 Tahun 2016 tentang Kabupaten Wonosobo Ramah Hak Asasi Manusia*. Wonosobo.
- Pemerintah Daerah Kabupaten Wonosobo. (2017). *Peraturan Daerah Kabupaten Wonosobo Nomor 2 Tahun 2017 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan*. Wonosobo.
- Profil Organisasi National Paralympic Committee (NPCI) Indonesia Kabupaten Wonosobo.
- Republik Indonesia. (1997). *Undang-undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Disabilitas*. Jakarta.
- Republik Indonesia. (2009). *Undang-undang Nomor 11 Tahun 2009 tentang Kesejahteraan Sosial*. Jakarta.
- Republik Indonesia. (2011). *Undang-undang Nomor 19 Tahun 2011 tentang Pengesahan Convention on the Rights of Persons with Disabilities (Konvensi mengenai Hak-hak Penyandang Disabilitas)*. Jakarta.
- Republik Indonesia. (2016). *Undang-undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas*. Jakarta.
- Resa Eka. (2018). *Olahraga Tingkatkan Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas*.

- <https://sains.kompas.com/read/2018/10/06/170000223/studi--olahragatingkatkan-kepercayaan-diri-penyandang-disabilitas>.
- Satu Data Indonesia. (2016). *Rekap Data Penyandang Disabilitas Per Kabupaten Tahun 2016*.
<https://data.go.id/dataset/rekap-data-penyandang-disabilitas-perkabupaten-tahun-2016/resource/646dad7a-1aa4-4f51-b518-ba57b9f0f026>. Diakses pada 13 mei 2020 pukul 12.46
- Seputar Wonosobo. (2017). *Masih 4.000 Lebih Difabel di Kabupaten Wonosobo Butuh Dukungan*.
<https://wonosobokab.go.id/website/index.php/berita/seputarwonosobo/item/6088-masih-4-000-lebih-difabel-di-kabupaten-wonosobo-butuhdukungan/6088>. Diakses pada 15 mei 2020 pukul 22.16
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R and D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R and D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R and D*. Bandung: Alfabeta.
- Tarwoto Wartonah. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Theofilou, P. (2012). *Quality of Life: Definition and Measurement*. Trikala: Health & Quality of Life Search Group, Departement of Kinesiology, Centre for Research and Technology, Trikala, Grece.
- WHOQOL. (2004). *Development of the World Health Organization Quality of Life*. Diakses pada 10 Agustus 2019 Pukul 19.35.
- Yeni Anna dan Fransisca Iriani Dewi. (2017). *Pengembangan Alat Ukur Quality of Life Urban Community*.
<https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/viewFile/363/304>. Diakses pada 12 Agustus 2019.
- Zastrow, C. (2017). *Introduction to Social Work and Social Welfare: Empowering People*.