

**FAKTOR PENDUKUNG *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ATLET
DIFABEL BERPRESTASI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Jurusan Dakwah dan Komunikasi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Sosial



Oleh:

FATIMAH

NIM. 15.12.21.215

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

2022

**FAKTOR PENDUKUNG *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ATLET
DIFABEL BERPRESTASI**

SKRIPSI



Oleh:

FATIMAH

NIM. 15.12.21.215

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

2022

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fatimah
NIM : 151221215
Tempat, Tanggal Lahir : Cilacap, 26 September 1996
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Jurusan : Dakwah dan Komunikasi
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah
Alamat : Panebasan RT: 02 RW: 05, Ciklapa, Kedungreja,
Kabupaten Cilacap, Jawa Tengah.
Judul Skripsi : Faktor Pendukung *Psychological Well-Being*
pada Atlet Difabel Berprestasi.

menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya sendiri, jika kemudian terbukti bahwa ia merupakan dupikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Demikian Pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 27 Juni 2022

Penulis,



Fatimah

NIM. 151221215

Galih Fajar Fadillah, M.Pd.

**DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdri. Fatimah

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
di

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan
seperlunya terhadap skripsi saudara :

Nama : Fatimah

NIM : 151221215

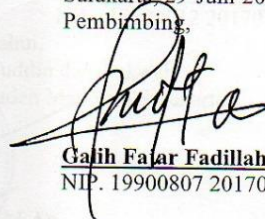
Judul : Faktor Pendukung *Psychological Well-Being* pada Atlet
Difabel Berprestasi

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan pada
Sidang Munaqosah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas
Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 29 Juni 2022

Pembimbing,



Galih Fajar Fadillah, M.Pd.
NIP. 19900807 201701 1 129

HALAMAN PENGESAHAN

FAKTOR PENDUKUNG *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
PADA ATLET DIFABEL BERPRESTASI

Disusun Oleh:
FATIMAH
NIM. 15.12.21.215

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Pada hari Selasa, 20 September 2022
dan dinyatakan telah memenuhi syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial
Surakarta, 6 Oktober 2022
Penguji Utama



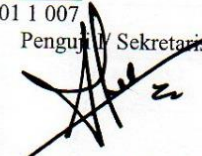
Nur Muhlashin, S.Psi., M.A.
NIP. 19760525 201101 1 007

Penguji II/ Ketua Sidang

Penguji IV Sekretaris Sidang



Galih Fajar Fadillah, M.Pd.
NIK. 19900807 201701 1 129



Triyono, S.Sos.I., M.Si.
NIK. 19821012 201701 1 170

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta



Dr. Isah, M.Ag.
NIP. 19730522 200312 1 001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi Arab Latin dalam penulisan skripsi ini mengikuti standar transliterasi *International Journal of Qur'anic Studies Edinburgh University*.

Adapun tatacara penulisannya adalah sebagaimana contoh kata-kata berikut: *Tafsīr, bismillāhirrahmānirrahīm, Rashīd Riḍa, muslimīn, Ṣufī, Ṭarīqah, Ḥadith, Rūh alBayān fī tafsīr al-Qur'ān, al-Qur'ān al-'aẓīm alladhīna samī'ū al-Qur'ān*, dan lain-lain.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Huruf Latin	Huruf Keterangan
ا	Alief	- Tidak dilambangkan
ب	Bā	B-
ت	Tā	T-
ث	Šā'	Š s dengan titik di atasnya
ج	Jīm	J
د	Dāl	D-
ذ	Žāl	Ž z dengan titik di atasnya
ر	Rā'	R-
ز	Zā'	Z-
س	S	S-
ش	Sy	Sy

س	Ṣād	Ṣ s dengan titik di bawahnya
ض	Ḍāḍ	Ḍ d dengan titik di bawahnya
ط	Ṭā'	Ṭ t dengan titik di bawahnya
ظ	Zā'	Z z dengan titik di bawahnya
غ	Gain	Gh-
ف	Fā'	F-
ق	Qāf	Q-
ك	Kāf	K-
ل	Lām	L-
م	Mīm	M-
ن	Nūn	N-
و	Wāwu	W-
ه	Hā'	H-
ء	Hamzah	'Aporstrof
ي	Yā'	Y-

a. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda *Syad/d/ah*, ditulis lengkap.

أَحْمَدِيَّة: Ditulis *Ahmadiyyah*

b. Ta' Marbūḥah di akhir kata

- 1) Bila dimatikan ditulis h, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi Bahasa Indonesia.

جَمَاءٌ: ditulis *jamā'ah*

- 2) Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain, ditulis t.

نِعْمَةٌ اللهُ : ditulis *ni'matullāh*

زَكَاتُفِطْرٍ : ditulis *zakātul-fiṭri*

c. Vokal Pendek

Fathah ditulis a, kasrah ditulis i, dan dammah ditulis u.

d. Vokal Panjang

- 1) A panjang ditulis ā, i panjang ditulis ī dan u panjang ditulis ū.

- 2) Fathah + yā' tanpa dua titik yang dimatikan ditulis ai, dan fathah + wawū mati ditulis au.

e. Vokal-vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu kata Dipisahkan dengan

Apostrof (‘)

أَنْتُمْ: dibaca *a'antum*

f. Kata Sandang Alief + Lām

- 1) Bila diikuti Qomariyyah ditulis al-

القرن : *Al-Qur'an*

- 2) Bila diikuti huruf syamsiyyah, huruf i dengan huruf syamsiyah yang mengikutinya

الشَّعْءَة : *asy-syī'ah*

g. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

h. Kata dalam Rangkaian Frase dan kalimat

Ditulis kata per kata, atau ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.

شيخ لإسلام : ditulis *syaikh al- Islām* atau *syaikhul- Islām*

i. Lain-lain

Kata-kata yang sudah dibakukan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (seperti kata *ijmak*, *nas*, dan lain-lain), tidak mengikuti pedoman transliterasi ini dan ditulis sebagaimana dalam kamus tersebut.

DAFTAR SINGKATAN

cet.	: cetakan
ed	: editor
eds	: editors
H.	: Hijriyyah
h	: halaman
J.	: Jilid atau Juz
l.	: lahir
M.	: Masehi
Saw.	: <i>Ṣallallāhu ‘alaihi wa sallam</i>
Swt.	: <i>Subḥānahū wa ta’ālā</i>
r.a	: <i>Raḍiyallāhu ‘anhu</i>
As.	: <i>‘Alaihissalām</i>

t.d. : tidak diterbitkan

t.dt. : tanpa data (tempat, penerbit, dan tahun penerbitan)

t.tp. : tanpa tempat (kota, negeri, atau negara)

t.np. : tanpa nama penerbit

t.th. : tanpa tahun

terj. : terjemahan

Vol/V : Volume

w. : Wafat.

ABSTRAK

Fatimah. NIM: 151221215, Faktor Pendukung Psychological Well-Being pada Atlet Difabel Berprestasi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta. 2022.

Psychological well-being berkaitan dengan kondisi mental yang sehat, dimana kesehatan seseorang akan meningkat sejalan dengan kesejahteraan individu. *Psychological well-being* penting dimiliki setiap individu, termasuk oleh difabel. Dimilikinya *psychological well-being* menjadikan difabel dapat memiliki kehidupan yang sejahtera. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang mendukung *psychological well-being* pada difabel sebagai atlet yang berprestasi.

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif fenomenologi, yaitu penelitian dengan mencoba menggali pengalaman subjektif individu dalam memberikan pemahaman terhadap suatu peristiwa atau hubungan terhadap orang yang berada dalam situasi tertentu. Informan dalam penelitian ini adalah atlet difabel berprestasi pada cabang olahraga menembak. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Kredibilitas data dilakukan dengan triangulasi data. Teknik analisis data menggunakan analisis Interaktif Milles dan Huberman meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa *psychological well-being* pada difabel sebagai atlet yang berprestasi dipengaruhi oleh faktor-faktor pendukung seperti faktor diri sendiri, faktor keluarga, dan faktor lingkungan. Hubungan dari faktor-faktor tersebut memicu tumbuhnya resiliensi kehidupan penyandang difabel terhadap pandangan negatif masyarakat dan sikap *hardiness* pada difabel dalam membentuk citra diri menjadi lebih baik di masyarakat.

Kata kunci : *Psychological well-being*, atlet, difabel, berprestasi.

ABSTRACT

Fatimah. NIM: 151221215, Supporting Factors of Psychological Well-Being in Athletes with Disabilities with Achievement. Islamic Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Ushuluddin and Da'wah, Raden Mas Said State Islamic University Surakarta. 2022.

Psychological well-being is related to a healthy mental condition, where a person's health will improve in line with the individual's well-being. Psychological well-being is important for every individual, including disabilities. Having psychological well-being makes the disabled can have a prosperous life. The purpose of this study was to determine the factors that support the psychological well-being of people with disabilities as athletes who excel.

This research is a qualitative phenomenological research, namely research by trying to explore the subjective experience of individuals in providing an understanding of an event or relationship to people who are in certain situations. Informants in this study were athletes with disabilities who excel in shooting sports. Data collection techniques used are interviews, observation, and documentation. Credibility of data is done by triangulation of data. Data analysis techniques using Milles and Huberman Interactive analysis include data reduction, data presentation, and drawing conclusions.

From the results of the study, it is known that the psychological well-being of the disabled as athletes who excel is influenced by supporting factors such as self factors, family factors, and environmental factors. The relationship of these factors triggers the growth of resilience in the lives of people with disabilities to the negative views of society and hardness attitudes towards people with disabilities in forming a better self-image in society.

Keywords: Psychological well-being, athlete, diffable, achievement.

MOTTO

إِنَّ مُوسَى صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ آجَرَ نَفْسَهُ ثَمَانِي سِنِينَ أَوْ عَشْرًا

عَلَى عَقَّةٍ فَرَجِهِ وَطَعَامِ بَطْنِهِ

(رهلو ابن ماجه)

Artinya: “Sesungguhnya Nabi Musa as. mempekerjakan dirinya sebagai buruh selama delapan tahun atau sepuluh tahun untuk menjaga kehormatan dirinya dan untuk mendapatkan makanan (halal) bagi perutnya.” (HR. Ibnu Majah).

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamiin, dengan mengungkapkan rasa syukur dan mengharap Ridho Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan penulis kepada:

1. Ibu Siti Arwiyah dan Bapak Mahasin (Alm.) yang telah mendidik, membesarkan, menyayangi, mengerahkan, membantu, memotivasi dan mendoakan peneliti. Serta Suamiku tersayang, Abdul Majid As'ari yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan doa.
2. Almamaterku Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirabbil'alamiin, Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul Faktor Pendukung *Psychological Well-Being* pada Atlet Difabel Berprestasi. Penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial Strata satu (S1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Mudhofir, S.Ag., M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Bapak Dr. Islah, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
3. Bapak Dr. H. Lukman Harahap, S.Ag., M.Pd. selaku Sekertaris Jurusan Dakwah dan Komunikasi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
4. Bapak Alfin Miftahul Khairi, S.Sos.I., M.Pd. selaku Koordinasi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
5. Bapak Nur Muhlashin, S.Psi., M.A. selaku Penguji Utama Sidang yang telah menguji dan memberikan masukan yang membantu peneliti untuk memperbaiki penyusunan skripsi.
6. Bapak Triyono, S.Sos.I., M.Si. selaku Penguji satu atau Sekretaris Sidang yang telah memberikan masukan yang membantu peneliti untuk memperbaiki penyusunan skripsi.

7. Bapak Galih Fajar Fadillah, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan serta arahan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi.
8. Para Dosen dan Staf Pengajar Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang telah memberikan bekal ilmu sehingga peneliti mampu menyelesaikan penyusunan skripsi.
9. Saudara Muhammad Hilman yang telah bersedia menjadi narasumber peneliti.
10. Semua teman dan sahabat yang telah memberikan bantuan, semangat, motivasi, dan doa dalam penyusunan skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Terima kasih untuk semuanya, semoga Allah SWT akan membalas kalian dengan balasan yang terbaik. *Aamiin Yaa Rabbal'alaamiin.*

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 27 Juni 2022

Penulis,

Fatimah

NIM. 15.12.21.215

DAFTAR ISI

COVER	
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	vi
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
MOTTO	xiii
HALAMAN PERSEMBAHAN	xiv
KATA PENGANTAR	xv
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR GAMBAR	xx
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah Penelitian	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	11
A. Psychological Well-Being	11
1. Pengertian Psychological Well-Being	11
2. Dimensi Psychological Well—Being	13
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Psychological Well-Being	17
B. Difabel	19
1. Pengertian Difabel	19
2. Klasifikasi Jenis Difabel	21

3. Macam-Macam Difabel	22
C. Atlet Difabel Berprestasi	23
1. Pengertian Atlet	23
2. Pengertian Prestasi	24
3. Pengertian Atlet Difabel Berprestasi	26
D. Penelitian Terdahulu yang Relevan	29
E. Kerangka Berpikir	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Tempat dan Waktu Penelitian	35
B. Pendekatan Penelitian	35
C. Subjek Penelitian.....	36
D. Teknik Pengumpulan Data	38
E. Teknik Keabsahan Data	39
F. Teknik Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN	43
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	43
1. Gambaran Umum National Paralympic Committee of Indonesia	43
2. Proses dan Tahapan Penelitian	48
3. Subjek Penelitian	50
B. Hasil Temuan Penelitian	56
1. Faktor Diri Sendiri	56
2. Faktor Keluarga	66
3. Faktor Lingkungan	70
C. Pembahasan	79
BAB V PENUTUP	86
A. Kesimpulan	86
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA.....	88
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Table 4.1. Kategori Prestasi Subjek Di PEPARNAS XVI.....	54
Tabel 4.2. Daftar Riwayat Prestasi Subjek.....	55
Tabel 4.3. Jadwal Latihan Atlet NPC Indonesia.....	61
Tabel 4.4. Daftar Riwayat Organisasi Subjek.....	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berfikir.....	34
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 6.1. Pedoman Wawancara Subjek.....	94
Lampiran 6.2. Pedoman Wawancara Informan.....	97
Lampiran 6.3. Pedoman Observasi.....	98
Lampiran 6.4. Ceklist Dokumentasi.....	99
Lampiran 6.5. Surat Pernyataan Subjek Penelitian.....	100
Lampiran 6.6. Hasil Transkrip Wawancara Subjek	101
Lampiran 6.7. Hasil Transkrip Wawancara Informan.....	117
Lampiran 6.8. Hasil Observasi.....	121
Lampiran 6.9. Dokumentasi Penelian.....	150
Lampiran 6.10. Daftar Riwayat Hidup Subjek.....	160
Lampiran 6.11. Jadwal Penelitian.....	161

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah Penelitian

Manusia adalah makhluk sosial yang keberadaannya tidak bisa dipisahkan dengan lingkungan. Dalam melakukan proses interaksinya dengan lingkungan manusia menggunakan panca indera dan bagian-bagian tubuh lainnya, namun tidak semuanya memiliki kesempurnaan dalam fungsi panca inderanya. Ketidaksempurnaan tersebut seringkali menjadi hambatan bagi seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara penuh. Salah satu individu yang tidak memiliki kesempurnaan dalam fungsi bergerak, yaitu individu yang mengalami keterbatasan fisik untuk melakukan aktivitas secara mandiri menjadi terbatas. Individu tersebut disebut difabel.

Difabel adalah istilah yang lebih halus untuk menggambarkan kondisi seseorang yang mengalami disabilitas. Difabel mengacu pada keterbatasan peran penyandang disabilitas dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari karena ketidakmampuan yang mereka miliki. Disabilitas adalah orang yang memiliki keterbatasan fisik, mental, intelektual atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat menemui hambatan yang menyulitkan untuk berpartisipasi penuh dan efektif. (BPS, 2017).

Departemen Kesehatan RI bekerjasama dengan WHO tahun 2014 menggambarkan populasi penyandang disabilitas di Indonesia sebesar 12% yang dari 3317 wawancara di temukan 9,2% merupakan keterbatasan dan disabilitas fisik. Berdasarkan data Susenas tahun 2012, distribusi penyandang

disabilitas terbanyak adalah penyandang yang mengalami lebih dari satu jenis keterbatasan yaitu 39,97% yang kemudian diikuti keterbatasan melihat 29,63%, mendengar 7,87%, berjalan atau naik tangga 10,26%, mengingat atau berkonsentrasi 6,70 % atau berkomunikasi 2,74 % dan kesulitan mengurus diri sendiri 2,83% (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Ketidaktepurnaan fisik menjadi penghambat dalam menjalankan aktifitas dan kehidupan secara normal. Jika ditinjau dari segi sosial, psikologis, dan ganggunannya, anak tunadaksa memiliki beberapa ciri sebagai berikut : (1) memiliki masalah dalam hal beradaptasi dengan lingkungan, (2) cenderung bersikap pasif, (3) mengalami perubahan perilaku (4) cenderung merasa malu, rendah diri dan sensitive (5) memisahkan diri dari lingkungan (6) mengalami kelainan perkembangan intelektual dan (7) mengalami gangguan pendengaran, penglihatan, taktik dan kinestetik, presepsi, serta gangguan emosi (Gunadi, 2011).

Difabel terutama mereka penyandang disabilitas yang mengalami disabilitas fisik, seringkali membuat orang-orang yang berada disekelilingnya akan memfokuskan perhatian kepadanya. Kondisi ini berlaku baik pada saat bertemu dengan orang yang tidak dikenal maupun dilingkungan tempat tinggalnya. Oleh karena keterbatasan yang dimiliki oleh penyandang disabilitas hingga saat ini masih memiliki penilaian negatif.

Difabel yang dalam percakapan sehari-hari disebut sebagai orang cacat yang sering dianggap sebagai warga masyarakat yang tidak produktif, tidak mampu menjalankan tugas dan tanggung jawabnya sehingga hak-haknya pun

diabaikan (Irwanto, Kasim, Rahmi, *et., al.* 2010:1). Penyandang difabel juga sering menadapatkan pandangan negatif dari masyarakat, banyak yang menganggap tunadaksa sebagai kelompok minoritas, berstatus rendah, memiliki sikap tidak berdaya, sifat ketergantungan, memiliki tingkat kemampuan rendah, tidak merasakan kebahagiaan, memiliki kekuasaan yang kecil, dan hanya memiliki kesempatan yang kecil untuk sukses atau meningkatkan ekonomi subjek.

Difabel biasanya rentan terhadap bentuk pengucilan yang mana akan mempengaruhi kondisi psikologis mereka. Penelitian tentang *Psychological well-being and quality of life among physically disabled and normal employees* di Pakistan menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis karyawan disabilitas fisik mempunyai tingkat psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan karyawan normal yang disebabkan sebagian besar masyarakat memandang disabilitas secara negatif (Kanwal, 2016).

Pandangan tersebut membuat difabel tidak menerima keadaan dirinya, menilai diri subjek secara negatif yaitu merasa rendah diri, tidak berdaya, sulit menyesuaikan diri, dan tidak memiliki tujuan hidup. Hal ini akan menyebabkan peningkatan resiko depresi pada individu. Hal tersebut mengindikasikan kehidupan difabel yang tidak sejahtera, sulit untuk hidup secara mandiri, rendah dalam memiliki pemaknaan dan tujuan dari hidup yang subjek jalani, tidak mendapat kebahagiaan dan kepuasan dalam membina relasi dengan orang lain, serta kurang kesempatan untuk mengembangkan potensi diri (Somantri, 2006).

Hilangnya perilaku mandiri pada difabel akibat dari keterbatasan yang mereka miliki. Selain itu, adanya penilaian negatif dari orang lain terhadap mereka membuat mereka cenderung sulit untuk berinteraksi dengan lingkungan maupun orang disekitarnya. Penelitian tentang *Depressive symptoms in people with disabilities* menunjukkan bahwa orang dengan disabilitas akan lebih cenderung mengalami gejala depresi dibandingkan dengan orang bukan dengan disabilitas (Rotarou, 2018). Hal ini ada kaitannya dengan hilangnya kemandirian dan dukungan sosial serta mekanisme biologis.

Menurut data penelitian menunjukkan bahwa dengan *psychological well-being* yang rendah 7,16 kali lebih mudah depresi sepuluh tahun kemudian dibandingkan dengan orang-orang yang memiliki skor *psychological well-being* tinggi (Wood, 2010). Kemudian penelitian lain menunjukkan ada beberapa dampak negatif dari disabilitas fisik seperti depresi, trauma, *shock*, tidak menerima kenyataan dan bunuh diri. Hal ini akhirnya mempengaruhi emosi individu menjadi tidak bahagia dan berdampak bagi kesejahteraan psikologis (Senra, 2011). Sedangkan seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang baik ditandai dengan adanya rasa kebahagiaan, kepuasan hidup serta tidak menunjukkan gejala depresi (Ryff, 1995). Kebahagiaan adalah hal yang didambakan setiap manusia, tanpa terkecuali oleh para penyandang disabilitas atau biasa disebut difabel.

Sebagai contoh Siswa berkebutuhan khusus yang mampu mengembangkan potensi dan dapat belajar secara berdampingan dengan

siswa reguler di sekolah inklusif berarti siswa telah mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekolah (Komaruddin, 2019). Kemudian seorang Atlet Difabel yang berprestasi juga pernah merasa didiskriminasi lingkungan sekitar karena kondisi fisiknya, ia mengalami penolakan untuk bersekolah karena sekolah tidak bisa menerima anak berkebutuhan khusus (Tumanggor, 2020). Artinya mampu atau tidaknya Difabel hidup berdampingan sekolah di pengaruhi oleh dukungan sosial dari guru dan siswa reguler terhadap Difabel di sekolah tersebut.

Rendahnya dukungan sosial mengindikasikan tingginya tekanan psikologis yang dialami seseorang, sehingga mengakibatkan kesejahteraan psikologisnya juga rendah serta semakin tinggi dukungan sosial maka semakin baik kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* yang dirasakan (Jibeen, 2010). Adanya dukungan sosial dapat meningkatkan kapasitas seseorang untuk terhubung dengan lingkungan sosialnya. Adanya dukungan sosial juga dapat meningkatkan perolehan sumber daya lingkungan hidupnya sehingga dapat mencapai kualitas hidup sesuai dengan keinginan/pilihan mereka (Reynolds, 2018). Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) bagi seseorang (Ryff, 1989).

Menurut Komarudin (2019) terdapat hubungan positif subjek dengan orang lain, dipengaruhi oleh respon orang lain kepada subjek, sehingga apabila lingkungan melakukan tindakan *bullying* terhadap subjek, maka subjek merasa terancam berada di lingkungan tersebut. Bentuk *bullying*

berupa kontak verbal langsung (mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, sarkasme, mencela dan mengejek, mengintimidasi, memaki, menyebarkan gosip, pemerasan), perilaku non-verbal langsung (melihat dengan sinis, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, menjahili), perilaku non-verbal tidak langsung (mendiamkan, mengucilkan, mengirim surat kaleng), kontak fisik (memukul, mendorong, menjambak, mencubit, mencakar, menendang). Hal tersebut membuat difabel lebih banyak berdiam diri di rumah dan tidak memiliki kegiatan yang produktif. Hal ini semakin didukung oleh validasi perasaan difabel bahwa dirinya selalu menyusahkan orang lain sehingga membuat subjek merasa tidak berguna dan tidak berdaya untuk menjalani aktivitas.

Masalah *psychological well-being* pada difabel yang biasa terjadi adalah tumbuh seringnya perasaan sedih difabel dengan keterbatasan yang dimiliki walaupun sudah memiliki pekerjaan dan profesi. Perasaan difabel ketika menghadapi sebuah kegagalan dalam pekerjaan maupun dalam menjalani profesi sebagai Atlet seperti perasaan sedih saat tidak lolos dalam seleksi pertandingan/perlombaan. Akibatnya difabel menjadi sulit untuk meraih prestasinya dikarenakan perasaan kecewa berlarut-larut terhadap dirinya sendiri dan tidak mampu untuk mengembangkan diri untuk mengikuti seleksi pertandingan/perlombaan berikutnya.

Pengalaman tidak lolos dalam seleksi pertandingan/perlombaan akan membuat Atlet difabel tidak memperoleh pengalaman yang banyak dalam mengikuti sebuah pertandingan. Hal tersebut akan mempengaruhi perolehan

wawasan yang sedikit sebagai Atlet. Kegagalan biasanya disebabkan karena perasaan jenuh dan bosan saat menjalani latihan sehingga membuat Atlet jarang mengikuti latihan yang telah di jadwalkan.

Jalan keluar yang tidak tepat dari kejenuhan tersebut biasanya tidak berusaha mencari cara (jalan keluar) untuk mengatasi masalahnya. Kemudian perasaan jenuh atlet difabel akan membawa kesulitan saat Atlet diharuskan menghadapi tuntutan yang diberikan pelatih untuk memenuhi target prestasi yang harus dicapai. Masalah lain Atlet Difabel seperti kondisi Atlet yang kurang bisa untuk terbuka dengan Atlet lain, karena merasa belum percaya untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi. Rasa takut jika masalah yang dihadapi akan diceritakan kembali kepada orang lain.

Hingga saat ini difabel masih sering mendapatkan penilaian negatif dari orang lain akibat dari kondisi fisik atau kekurangan yang dimilikinya. Banyaknya penilaian negatif yang dilontarkan masyarakat membuat mereka sulit untuk membangun hubungan sosial. Hal ini yang mengakibatkan penyandang disabilitas sering membatasi diri untuk berinteraksi dengan orang lain. Situasi atau kondisi tersebut dapat membawa pengaruh negatif terhadap tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang terutama bagi Anak Berkebutuhan Khusus.

Penelitian sebelumnya tentang *psychological well-being* dalam olahraga kursi roda untuk peserta dan bukan peserta, menunjukkan bahwa peserta kursi roda yang berpartisipasi dapat mencapai keadaan *psychological well-being* yang tinggi di banding dengan peserta yang tidak berpartisipasi dalam

olahraga (Elizabeth, 1994). Penelitian serupa juga dilakukan, dimana dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu penyandang disabilitas yang berpartisipasi dalam bidang olahraga memiliki tingkat keadaan *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak berpartisipasi dalam bidang olahraga (Greenwood et al, 1990;. Henschen et al., 1989; Horvat et al., 1986).

Berdasarkan uraian di atas sadar akan pentingnya *psychological well-being* bagi penyandang difabel dalam menciptakan prestasi, maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah faktor pendukung *psychological well-being* Atlet penyandang difabel dalam meraih prestasi, dengan judul penelitian “Faktor Pendukung *Psychological Well-Being* pada Atlet Difabel Berprestasi”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagaimana berikut:

1. Difabel mendapatkan pandangan negatif dari masyarakat, seperti: tidak mampu menyelesaikan tugas dan tanggung jawab.
2. Difabel tidak menerima diri sendiri, seperti: meratapi keterbatasan fisik yang dimiliki dan sikap menyalahkan keadaan.
3. Difabel tidak percaya diri untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar.
4. Difabel tidak mau mengembangkan diri, seperti: bermalas-malasan dan tidak konsisten belajar.

5. Difabel tidak memiliki tujuan hidup, seperti: tidak memiliki cita-cita dan kebermaknaan dalam hidup.

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas maka penelitian ini akan membatasi masalah pada faktor pendukung *psychological well-being* pada Atlet difabel berprestasi.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut berikut pokok persoalan yang dirumuskan yaitu “Apakah faktor pendukung *psychological well-being* pada Atlet difabel berprestasi? “

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ditetapkan, maka tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang mendorong *psychological well-being* pada Atlet difabel berprestasi.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif dalam mengembangkan ilmu sosial mengenai penyandang disabilitas/difabel terutama seorang Atlet difabel yang sedang meraih cita-cita.

a. Manfaat Praktis

- 1.) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi penyandang disabilitas/difabel pada umumnya bahwa pengalaman hidup subjek alami sehari-hari bila dievaluasi dengan cara positif dapat membantu dalam membentuk *psychological well-being*.
- 2.) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pihak NPC Indonesia maupun untuk Atlet difabel mengenai *psychological well-being* anak berkebutuhan khusus dalam meraih prestasi, sehingga dapat dijadikan rekomendasi dalam melakukan pembinaan kepada Atlet difabel agar lebih berfungsi positif di dalam kehidupannya dan mengembangkan potensinya secara optimal.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Psychological Well-Being

1. Pengertian Psychological Well-Being

Psychological well-being menurut Carol D. Ryff merupakan bagaimana individu mengevaluasi dirinya sendiri dan kualitas mengenai kehidupannya yang tidak hanya sebatas pencapaian kepuasan, namun juga adanya usaha atau dorongan untuk menyempurnakan dan merealisasikan potensi diri yang sesungguhnya (Ryff, 1989).

Psychological well-being merupakan suatu hal yang harus dimiliki oleh setiap individu agar dapat melangsungkan kehidupan dengan menggunakan aspek kognitif dalam pencapaian penuh dari potensi dan terus tumbuh secara personal dengan baik (Ryff, 1989).

Ryff mengatakan bahwa *psychological well-being* adalah pencapaian secara penuh dari psikologis seseorang dan keadaan dimana individu menerima apa adanya kekuatan dan kelemahan diri, adanya tujuan hidup, kemampuan mengembangkan relasi positif, mandiri, mengendalikan lingkungan serta terus bertumbuh (Ryff, 1995).

Konsepsi *psychological well-being* merupakan integrasi dari teori-teori perkembangan manusia, teori psikologi klinis, dan konsepsi mengenai kesehatan mental (Ryff, 1989). Ryff mengembangkan teori *psychological well-being* melalui beberapa penelitian. *Psychological well-being* menurut Ryff dan Keyes (1995) adalah kondisi seseorang yang bebas bukan hanya

dari tekanan atau masalah mental namun juga kondisi mental yang dianggap sehat dan berfungsi maksimal. Kemudian juga menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat bervariasi pada setiap golongan individu akibat dari pengalaman unik yang dimilikinya, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan berbagai karakteristik individu.

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah suatu keadaan dimana seseorang yang mampu menahan diri dari adanya tekanan sosial dan bertindak dengan cara tertentu. Selain itu, adanya kemampuan untuk mengontrol aktivitas eksternal, memiliki rasa untuk terus berkembang terhadap potensi yang dimiliki, mampu untuk membangun hubungan yang hangat, saling percaya dengan orang lain, memiliki tujuan hidup yang lebih terarah serta mampu untuk mengakui dan menerima aspek diri baik kelebihan maupun kekurangan (Ryff, 2013).

Psychological well-being merupakan istilah yang menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). *psychological well-being* tidak hanya semata-mata sebagai kenikmatan (*pleasure*) namun sebagai upaya untuk merealisasikan potensi yang sesungguhnya (Syarifuddin, 2015).

Menurut Ryff & Singer, *psychological well-being* yang tinggi akan meningkatkan fungsi kekebalan tubuh yang sangat bermanfaat bagi kesehatan (Ryan dan Deci, 2001). *Psychological well-being* juga

melibatkan perasaan senang tetapi lebih menekankan pada kebermaknaan dan pertumbuhan serta bersifat lebih humanis (Bauer, McAdams & Pals, 2008). Lebih lanjut, *Psychological well-being* bukan hanya terkait kepuasan hidup dan keseimbangan antara efek positif dan efek negatif, namun juga melibatkan dengan tantangan-tantangan selama hidup (Keyes, dkk., 2002).

Berdasarkan pernyataan tersebut, *psychological well-being* disimpulkan sebagai keseluruhan keberfungsian diri yang ada pada diri individu dimana individu dapat melangsungkan kehidupan untuk mencapai potensi yang dimiliki dan terus tumbuh secara personal dengan baik.

2. Dimensi Psychological Well--Being

Menurut penelitian Carol D. Ryff (1989), *psychological well-being* merupakan suatu yang multidimensional. Beliau mengatakan terdapat enam dimensi yang menyusun *psychological well-being* .

Berikut enam dimensi sebagai pendekatan multidimensional dari teori *psychological well-being* (Ryff & Keyes, 1995), antara lain :

a. Self Acceptance (penerimaan diri)

Dimensi ini mencakup penerimaan diri individu pada masa kini dan masa lalu. Didefinisikan sebagai ciri utama kesehatan mental seseorang apabila memiliki karakteristik seperti *self-actualization*, *optimal functioning*, dan kematangan. Hal tersebut menandakan sifat positif seseorang terhadap diri sendiri sebagai karakteristik utama dari

psikologis individu yang positif (Ryff, 1989). Seseorang dikatakan memiliki penerimaan diri yang baik ketika memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, menghargai diri sendiri, dan menerima sisi dirinya yang baik maupun buruk. Selain itu juga merasakan hal yang positif dari kehidupannya di masa lalu (Ryff & Keyes, 1995). Penerimaan diri diartikan sebagai sikap individu untuk menerima kelebihan ataupun kekurangan serta terhadap kehidupan masa lalu (Ryff & Singer, 2008).

b. Positive Relation with Others (hubungan positif dengan orang lain)

Dimensi yang memiliki definisi untuk mencintai orang lain ini dipandang sebagai hal yang penting pada kondisi mental seseorang yang sehat. Digambarkan dengan perasaan empati dan kasih sayang pada orang lain sehingga mampu memiliki rasa cinta dan persahabatan yang lebih kuat (Ryff, 1989). Seseorang yang memiliki hubungan positif dengan orang lain dapat memiliki hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain. Seseorang yang memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain dapat menunjukkan empati, afeksi, dan *imitacy* terhadap orang lain (Ryff, 1995). Hubungan positif dengan orang lain yaitu menganggap bahwa individu tersebut mampu mengembangkan hubungan positif, ramah dan hangat dengan orang lain (Ryff & Singer, 2008).

c. Autonomy (kemandirian)

Autonomy atau pengaturan terhadap diri sendiri merupakan penentuan nasib sendiri, kemandirian, dan pengaturan perilaku dari dalam diri.

Seseorang yang *fully functioning* dapat dilihat dari tidak pedulinya atas keputusan orang lain tetapi lebih memilih untuk mengevaluasi diri sendiri berdasarkan standar dirinya. Seseorang juga merasa lebih bebas dari norma-norma yang mengtaur kehidupan sehari-hari (Ryff, 1989). Seseorang dikatakan sebagai individu yang memiliki *autonomy* yang baik ketika mengambil keputusan seorang diri dengan tidak tergantung pendapat orang lain akan keputusan yang akan di ambil (Ryff & Keyes, 1995). *Autonomy* diartikan sebagai orang yang independen dan menentukan diri sendiri, dapat bertahan menghadapi tekanan sosial baik dalam tindakan maupun pikiran, mampu mengatur perilaku diri sendiri, mengevaluasi diri dengan standar pribadi (Ryff & Singer, 2008).

d. *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan)

Memiliki pengertian sebagai kemampuan seseorang dalam memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya. Juga diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk merubah lingkungan secara kreatif melalui aktivitas fisik atau mental seseorang (Ryf, 1989). Seseorang dengan penguasaan lingkungan yang kurang baik akan merasa kesulitan dalam mengatur kehidupan sehari-hari. kurang peka terhadap kesempatan yang ada dan kurang dapat mengontrol lingkungan juga merupakan akibat dari kurangnya penguasaan lingkungan (Ryff, 1995). Penguasaan lingkungan juga diartikan sebagai individu memiliki akses yang memadai akan sumber kehidupan. Oarng

yang memiliki penguasaan lingkungan yang tinggi adalah orang yang merasa memiliki kemampuan untuk menguasai dan mengatur lingkungan, mengontrol hal-hal kompleks dalam berbagai aktivitas, efektif dalam menggunakan kesempatan yang ada di lingkungan, dapat memilih atau membuat konteks yang sesuai dengan nilai atau kebutuhan dirinya (Ryff & Singer, 2008).

e. Purpose in Life (tujuan hidup)

Tujuan hidup yaitu tujuan atau makna hidup seseorang yang memiliki berbagai tujuan yang berarti dalam kehidupan, seperti menjadi produktif dan kreatif atau mencapai integrasi emosional yang baik di kemudian hari (Ryff, 1989). Seseorang yang kurang peduli terhadap tujuan hidupnya sendiri akan kehilangan makna hidup, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, serta tidak memperhatikan makna yang terkandung pada hidupnya di masa lalu (Ryff, 1995). *Purpose in life* diartikan sebagai suatu kemampuan seorang mengarahkan hidupnya menjadi bermakna (Ryff & Singer, 2008).

f. Personal Growth (pertumbuhan pribadi)

Mengembangkan potensi seseorang perlu dilakukan untuk tubuh dan berkembang sebagai manusia. Setiap orang diharapkan untuk terus berkembang dari pada memilih berada pada keadaan yang konstan. Pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan dan realisasi diri sangat mendukung terhadap meningkatnya *psychological well-being* seseorang (Ryff, 1989). Seseorang yang memiliki pertumbuhan pribadi

yang baik dapat dilihat dari keterbukaan diri terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dan memiliki pengetahuan yang terus bertambah (Ryff, 1995). Pertumbuhan pribadi merupakan orang yang merasa terus mengalami perkembangan, melihat dirinya sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan, terbuka pada pengalaman baru, merasa mengetahui potensi dirinya, melihat adanya peningkatan diri dan perilaku dari waktu ke waktu, mengalami perubahan yang merefleksikan pengetahuan diri dan efektifitas (Ryff & Singer, 2008).

Dengan demikian, dapat disimpulkan terdapat enam dimensi yang membentuk *psychological well-being* yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), menjalani hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemampuan mengatur hidup dan memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), kemampuan individu menguasai lingkungannya (*environmental mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), serta memandang dirinya sebagai individu yang selalu berkembang kearah yang positif (*personal growth*).

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Psychological Well-Being

Dalam penelitiannya Ryff (1995) mengenai *psychological well-being* mengatakan bahwa terdapat beragam faktor yang membedakan tingkat kesejahteraan psikologis, mulai dari jenis kelamin, usia, latar belakang budaya, dan ekonomi.

Berdasarkan beberapa penelitian di bawah ini, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*, yaitu:

a. Usia

Usia dapat mempengaruhi dimensi-dimensi *psychological well-being*, antara lain adalah otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan individu yang akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia (Ryff, 1989). Selain itu, dimensi pengembangan diri dan perkembangan individu tidak ditunjukkan karena adanya perbedaan usia (Keyes & Waterman, 2008).

b. Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin merupakan salah satu yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang. Wanita cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih baik daripada laki-laki. Hal ini berhubungan dengan pola pikir yang mempengaruhi strategi *coping* dan aktivitas sosial seseorang. Wanita cenderung memiliki kemampuan interpersonal yang lebih baik daripada laki-laki (Lopez & Snyder, 2003).

c. Dukungan Sosial

Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial disini yaitu dukungan informatif dan dukungan emosional yang baik. Hal tersebut dirasa dapat meningkatkan *psychological well-being* pada individu (Desiningrum, 2014). Dukungan sosial dari keluarga terlebih orang tua juga dapat

meningkatkan *psychological well-being* seseorang (Ryff & Keyes, 1995). Berdasarkan pendapat Conger, dkk (2002) menyebutkan faktor *psychological well-being* yaitu faktor ekonomi, demografis, dan sosial dari seseorang tertentu.

Berdasarkan hasil pemaparan diatas dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* antara lain juga meliputi latar belakang soisal-budaya, tingkat ekonomi usia, dan jenis kelamin.

B. Difabel

1. Pengertian Difabel

Difabel berasal dari kata *differently ability* yang berarti orang yang berkemampuan berbeda atau orang yang berkebutuhan khusus. Berdasarkan dari pendekatan *difference ability*, difabel juga di sebut sebagai istilah anak berkebutuhan khusus merupakan istilah terbaru yang digunakan dan merupakan terjemahan dari *Child With Special Needs* yang telah digunakan secara luas di dunia internasional, ada beberapa istilah lain yang pernah di gunakan, diantaranya anak cacat, anak berkelainan, anak menyimpang dan anak luar biasa.

Menurut John C. Maxwell, difabel adalah mempunyai kelainan fisik dan/atau mental yang dapat mengganggu atau merupakan rintangan dan hambatan baginya untuk melakukan aktivitas secara layak atau normal. Difabel adalah suatu kehilangan atau ketidaknormalan baik psikologis, fisiologis maupun struktur atau fungsi anatomis. Menurut Chhabra (2016) difabel/ *diffable (differently abled)* adalah seseorang yang mengalami

kecacatan yang menyebabkan fungsional. Batasan dalam melakukan aktivitas, atau kecacatan sosial.

Difabel digunakan sebagai pengganti dari kata *disable* atau disabilitas. Difabel memiliki definisi *different abled people*, merupakan istilah penyandang disabilitas atau orang-orang yang memiliki perbedaan kemampuan. Difabel sekarang lebih dikenal dengan istilah disabilitas. Terminology lain yang digunakan untuk menyebut difabel ini antara lain penyandang cacat, orang berkelainan, atau orang tidak normal.

Menurut Badan Kesehatan Dunia istilah disabilitas merupakan adaptasi dari kata bahasa Inggris *disability* yang memiliki arti sebagai suatu keterbatasan atau kehilangan kemampuan sebagai akibat dari *impairment* untuk melakukan suatu kegiatan dengan cara atau dalam batas-batas yang dipandang normal bagi seorang manusia (Ani, 2015).

Penyandang disabilitas adalah seseorang yang memiliki keterbatasan baik pada mental, fisik, intelektual maupun panca inderanya. Hal ini mengakibatkan adanya hambatan untuk berpartisipasi secara penuh dalam berinteraksi baik pada lingkungan maupun orang lain (Pratiwi, 2016).

Perkembangan pengakuan terhadap Hak Asasi Manusia (HAM) termasuk Difabel. Undang-Undang RI No 8 Tahun 2016 yang menyebutkan bahwa penyandang disabilitas adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental dan/atau sensorik dalam jangka waktu yang lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan

kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak.

Penggunaan istilah anak berkebutuhan khusus membawa konsekuensi cara pandang yang berbeda dengan istilah anak luar biasa yang pernah di pergunakan dan mungkin masih digunakan. Jika pada istilah luar biasa lebih menitik beratkan pada kondisi (fisik, mental, emosi-sosial) anak, maka pada kebutuhan khusus lebih pada kebutuhan anak untuk mencapai prestasi sesuai potensinya (Atmaja, 2018).

Dapat disimpulkan Difabel yaitu seseorang dengan kebutuhan khusus yang dalam menjalani kehidupan mengalami gangguan atau keterbatasan sehingga tidak dapat berpartisipasi penuh dalam kegiatan sehari-hari. Anak berkebutuhan khusus sebagai warga negara memiliki hak-hak yang sama dengan warga negara yang sehat jasmani dan rohani. Hak dalam mendapatkan perhatian, pengertian dan kasih sayang sebagai makhluk sosial yang berdaya guna untuk negara.

2. Klasifikasi Jenis Difabel

Menurut Atmaja (2018) dalam bukunya menyebutkan klasifikasi jenis difabel terdapat tiga kelainan yaitu:

a. Kelainan fisik merupakan kelainan yang terjadi pada satu atau lebih organ tubuh yang mengakibatkan tidak berjalannya fungsi tubuh dengan normal.

Kelainan ini meliputi;

1) Alat indera fisik (seperti: tunanetra, tunarungu dan tunawicara).

2) Alat motorik tubuh atau tunadaksa (seperti: tunadaksa ortopedi dan tunadaksa neurologis).

b. Kelainan mental merupakan anak yang memiliki kemampuan penyimpangan berpikir secara kritis, logis dalam menanggapi dunia sekitarnya.

c. Kelainan perilaku sosial (tunalaras sosial) merupakan mereka yang mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan, tata tertib, norma sosial dan lain-lain. Umumnya mempunyai tingkah laku yang tidak sesuai dengan adat kebiasaan yang ada di rumah, di sekolah dan di masyarakat lingkungannya.

Berdasarkan hasil pemaparan diatas dapat disimpulkan terdapat empat klasifikasi difabel yaitu difabel dengan kelainan fisik, kelainan mental, dan kelainan perilaku sosial.

3. Macam-Macam Difabel

Secara umum terdapat empat macam penyandang disabilitas pada Difabel yaitu sebagai berikut:

a. Penyandang disabilitas fisik yaitu individu yang dalam menjalani kehidupan sehari-hari memiliki gangguan fungsi gerak atau kemampuan motorik.

b. Penyandang disabilitas intelektual yaitu individu yang dalam menjalani kehidupan sehari-hari memiliki keterbatasan berfikir atau fungsi adaptasi. Umumnya anak-anak ini merupakan anak yang memiliki kecerdasan di bawah rata-rata orang normal.

- c. Penyandang disabilitas mental yaitu individu yang dalam menjalani kehidupan sehari-hari memiliki keterbatasan fungsi pikir, emosi dan perilaku. Umumnya anak-anak ini akan berkaitan dengan kebutuhan pendidikan psikososial dan pendidikan perkembangan.
- d. Penyandang disabilitas sensorik yaitu individu yang dalam menjalani kehidupan sehari-hari memiliki gangguan salah satu fungsi dari panca indera. Seperti: tunanetra (berupa mata untuk melihat), tunarungu (berupa telinga untuk mendengar, dan tunawicara (berupa mulut untuk pengucap/berkata).

Berdasarkan hasil pemaparan diatas dapat disimpulkan terdapat empat katagori difabel yaitu difabel sebagai penyandang disabilitas fisik, penyandang disabilitas intelektual, penyandang disabilitas mental, dan penyandang disabilitas sensorik.

C. Atlet Difabel Berprestasi

1. Pengertian Atlet

Atlet berasal dari kata Atletik, merupakan istilah yang sudah dialihbahasakan dari berbagai istilah sebelumnya. Istilah Atletik berasal dari Bahasa Yunani yaitu “Athlon” yang memiliki makna bertanding atau berlomba. Istilah Athlon hingga saat ini masih sering digunakan seperti yang biasanya kita dengar “Pentathlon” atau “Decathlon”. Pentathlon memiliki makna panca lomba, meliputi sepuluh jenis lomba. (Vikta, 2016).

Menurut Sukadiyanto (2002) Atlet atau Olahragawan adalah seseorang yang menggeluti dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada cabang olahraga yang dipilihnya. Seorang Atlet adalah individu yang memiliki keunikan tersendiri, memiliki bakat tersendiri, pola perilaku dan kepribadian tersendiri serta latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya (Shaleh, 2000).

Maka dapat disimpulkan bahwa Atlet adalah seseorang yang mempunyai bakat dalam bidang olahraga, lalu kemudian menekuninya serta melakukan pelatihan secara aktif demi meraih prestasi pada cabang olahraga yang diminati.

2. Pengertian Prestasi

Prestasi merupakan sesuatu yang didambakan oleh semua orang dalam menjalani suatu aktifitas, tidak terkecuali di dunia pendidikan. Keadaan ini menjadikan para pengelola dan Pembina pendidikan selalu memperhatikan masalah prestasi anak didiknya dilembaga pendidikan yang dikelolanya, sebagai wujud perhatiannya para pengelola dan Pembina pendidikan melakukan berbagai upaya untuk mendapatkan prestasi yang maksimal bagi para anak didiknya. Subroto (2010) memberikan pengertian prestasi yaitu hasil yang dicapai oleh seseorang dengan usaha yang telah dilakukan.

Sasaran dalam satu pembinaan olahraga adalah mencapai prestasi yang maksimal. Didalam dunia olahragadengan kata lain prestasi olahraga merupakan indicator yang dapat digunakan secara langsung untuk melihat status atau tingkat pencapaian dan keberhasilan dalam olahraga. Ada

beberapa komponen yang menentukan tercapainya prestasi tinggi dalam olahraga prestasi yaitu keadaan sarana-prasarana olahraga. Keadaan pertandingan, keadaan psikologi atlet, keadaan kemampuan keterampilan atlet, keadaan kemampuan fisik atlet, keadaan konstitusi tubuh dan keadaan kemampuan taktik atau strategi Litbang KONI Pusat 2004 (Effendi, 2016).

Menurut Kementrian RI 2006 (Effendi, 2016) prestasi bisa tercapai apabila memenuhi beberapa komponen seperti: atlet potensial selanjutnya dibina dan diarahkan oleh sang pelatih. Untuk memenuhi sarana dan prasarana latihan dan kebutuhan kesejahteraan pelatih dan atlet perlu perhatian dari Pembina/pengurus induk cabang olahraga. Untuk melihat dan mengevaluasi hasil pembinaan, perlu memberikan uji coba dengan melakukan kompetisi dan *try out* baik di luar pati ataupun di dalam balai dengan tujuan mengukur kemampuan bertanding/berlomba dan kematangan sebagai pembentukan teknik, fisik, dan mental bertanding. Perlu diingat bahwa aktivitas komponen-komponen tersebut bisa berjalan apabila di tunjang oleh pendanaan yang profesional serta penggunaannya harus dengan penuh tanggung jawab.

Menurut Bossaert, Doumen, Buyse dan Verschueren 2011 (Adiputra & Mujiyanti, 2017) prestasi akademis sebagai keberhasilan siswa dalam memenuhi tujuan jangka pendek atau panjang dalam ranah pendidikan.

Proses pencapaian prestasi para atlet tidak diperoleh secara instan. Berbagai usaha dilakukan untuk mewujudkan keberhasilan pada para atlet untuk mengurangi hambatan yang disebabkan oleh kecemasan. Keberhasilan atlet dalam berprestasi tidak terlepas dari faktor-faktor psikologis yang

menjadi kunci keberhasilan berprestasi. Kepercayaan diri atau keyakinan akan kemampuan diri merupakan salah satu faktor yang menunjang seorang atlet lari dalam berprestasi (Adisasmito, 2017).

3. Pengertian Atlet Difabel Berprestasi

Seseorang yang berkebutuhan khusus adalah orang yang memiliki karakteristik khusus yang berbeda dengan orang lain pada umumnya. Baik perbedaan individu satu dengan yang lain, maupun perilaku individu itu sendiri. dan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya sehingga untuk mengembangkan potensinya dibutuhkan pengajaran secara khusus.

Sesungguhnya seseorang yang berkebutuhan khusus bukanlah manusia yang hanya memiliki kekurangan, namun dibalik kekurangan tersebut tersimpan potensi-potensi yang seharusnya dapat dikembangkan. Namun kenyataan yang terjadi seseorang yang berkebutuhan khusus tersebut masih sering mengalami diskriminasi dan pandangan negatif dari masyarakat, mereka seringkali dicap sebagai manusia yang bodoh dan sulit di atur.

Orang-orang yang berkebutuhan khusus dan memiliki gangguan mental sering kali disalah mengerti, mereka dilihat sebagai orang yang memiliki keterbatasan dibandingkan dengan keistimewaan atau potensi. Pandangan negatif dari masyarakat terhadap kecacatan ini menyebabkan citra diri yang negatif dari orang-orang yang berkebutuhan khusus tersebut (Ayu Diah, 2016: 3).

Difabel atau yang sering diartikan sebagai kecacatan, sering kali di kaitkan dengan masalah keterbatasan, ketidak mampuan, ketidak berdayaan, penyakit, dan anggapan lain yang membuat penyandang cenderung memperoleh persepsi negatif pada diskriminasi (Badriyani & Riani, 2014: 88).

Difabel memiliki kelemahan secara fisik, mental atau keduanya yang memiliki perbedaan bila dibandingkan dengan orang-orang yang normal, sehingga haruslah mendapatkan perlindungan hukum yang lebih spesifik. Dalam praktiknya, perlindungan disabilitas masih belum terselesaikan dan belum dilakukan dengan baik.

Difabel kerap mengalami perlakuan diskriminatif oleh sebagian orang. Padahal pada kenyataannya mereka para penyandang disabilitas netra tidak bisa dipandang sebelah mata, individu tersebut memiliki kemampuan istimewa dibandingkan dengan yang awas. Penyandang tunanetra juga bisa memiliki prestasi dalam hal akademik, olahraga, serta keterampilan. Sebagaimana masyarakat selalu berfikir negatif dan menganggap para penyandang tunanetra kerap memiliki banyak kekurangan, sehingga membuat penyandang tunanetra memiliki rasa minder untuk berinteraksi dengan orang lain.

Seorang atlet dapat berprestasi salah satunya dengan mempunyai pengalaman bertanding yang banyak. Semakin banyak kesempatan bagi atlet untuk mengikuti pertandingan akan dapat meningkatkan mental dan kematangan bertanding. Pekik Irianto (2002) mengungkapkan pertandingan

atau kompetisi merupakan muara dari pembinaan prestasi, kompetisi dapat digunakan sebagai sarana mengevaluasi hasil latihan serta meningkatkan kematangan bertanding bagi olahragawan.

Keberhasilan atlet dalam berbagai aspek kehidupan dipengaruhi oleh kualitas fisik, teknik, dan taktik. Tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas mental (Komarudin, 2016). Keterampilan mental sangat penting karena mental merupakan salah satu variabel prediksi keberhasilan atlet dalam menjalani kehidupannya (Thomas & Fogarti, 1997).

D. Hasil Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Dalam mewujudkan penulisan skripsi yang baik dan benar hendaknya menggunakan prosedur yang baik dan benar pula agar apa yang diharapkan dapat terwujud secara optimal. Dengan demikian maka dibutuhkan tinjauan pustaka yang merupakan masalah substansi untuk penerahan penulisan skripsi selanjutnya. Hal tersebut dilakukan guna menghindari terjadinya kesamaan objek kajian dalam proses penelitian ini, berikut disajikan beberapa penelitian terdahulu untuk memperkaya referensi, serta sebagai argument dan bukti bahwa skripsi yang dibahas terjamin keasliannya.

Penelitian Anita Suci Nurhadiyati tahun 2016, “Studi Deskriptif *Psychological Well-Being* Pada Atlet Tuna daksa Bidang Atletik di NPC INDONESIA Kota Surakarta”. Metode penelitian Kualitatif Deskriptif dengan Teknik purposive sampling di ukur berdasarkan teori kesejahteraan psikologis oleh Carol D. Ryff. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 40% atau empat Atlet yang sudah mencapai kondisi sejahtera psikologis dan 60% atau enam Atlet yang belum mencapai kondisi sejahtera psikologis.

Penelitian Komarudin tahun 2019, “*Psychological Well-Being* Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Inklusif”. Metode penelitian Kualitatif Deskriptif dengan Analisis data Milles dan Huberman . Hasil penelitian menunjukan bahwa: 1) subjek memiliki kemandirian melakukan aktifitas sehari-hari dan memiliki penguasaan lingkungan, 2) subjek telah memiliki cita-cita tetapi belum mampu mengarahkannya, 3) hubungan positif subjek dengan orang lain, dipengaruhi oleh respon oranglain kepada subjek, 4) faktor yang

mempengaruhi psychological well-being subjek di sekolah inklusif yaitu ekonomi, sosial, sistem pembelajaran, dan karakteristik subjek.

Penelitian Yemima Patricia Tumanggor, et. al. tahun 2020, “*Psychological Well-Being* ditinjau dari *Mindfulness* pada Atlet Remaja Anak Berkebutuhan Khusus Di NPC Provinsi Sumut”. Metode penelitian Kuantitatif, dengan pengumpulan data menggunakan skala *mindfulness*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel *mindfulness* terhadap psychological well-being sebesar 0,77%, selebihnya 99,23% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Penelitian Alabanyo Brebahama dan Ratih Arum Listyandini tahun 2016, “Gambaran Tingkat Kesejahteraan Psikologis Penyandang Tunetra Dewasa Muda”. Metode penelitian Kuantitatif, dengan pengukuran data menggunakan *psychological well-being scale* oleh Ryff. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa 69% responden memiliki skor kesejahteraan psikologis yang tergolong rendah. Dimensi kesejahteraan psikologis yang paling tinggi adalah pada aspek *personal growth*, sedangkan yang paling rendah adalah pada aspek *autonomy*.

Penelitian Fitri Ningsih dan Suryane Sulistiana Susanti tahun 2019, “*Psychological Well-Being* pada Penyandang Disabilitas Fisik”. Metode penelitian Kuantitatif, dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner baku *psychological well-being* adaptasi Ryff dengan analisis *cut of point*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada penyandang fisik di provinsi aceh adalah tinggi yaitu 70 responden (90,9%).

Penelitian Restika Oktavia Nugraheni tahun 2021, “Kesejahteraan Psikologi Anak Di Kabupaten Blora yang Ditinggal Ibunya sebagai Tenaga Kerja Indonesia (TKI)”. Metode penelitian Kualitatif dengan pendekatan Studi Kasus, menggunakan enam dimensi *psychological well-being* oleh Ryff (1989). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis anak-anak di kabupaten Blora yang ditinggalkan ibunya sebagai TKI memiliki kecenderungan pada dimensi penerimaan diri dan penguasaan lingkungan.

Berdasarkan ulasan beberapa penelitian relevan yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, penelitian ini memiliki beberapa hal yang mengandung kebaruan. Pertama, penelitian terdahulu secara khusus belum menggali faktor pendukung *psychological well-being* dengan subjek seorang Atlet Difabel Berprestasi. Kedua, penelitian terdahulu belum menggunakan metode Kualitatif dengan pendekatan Fenomenologi.

E. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah kerangka konseptual yang dibuat oleh peneliti guna membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian dengan mudah dan sistematis setelah mempunyai teori dan judul yang mendukung.

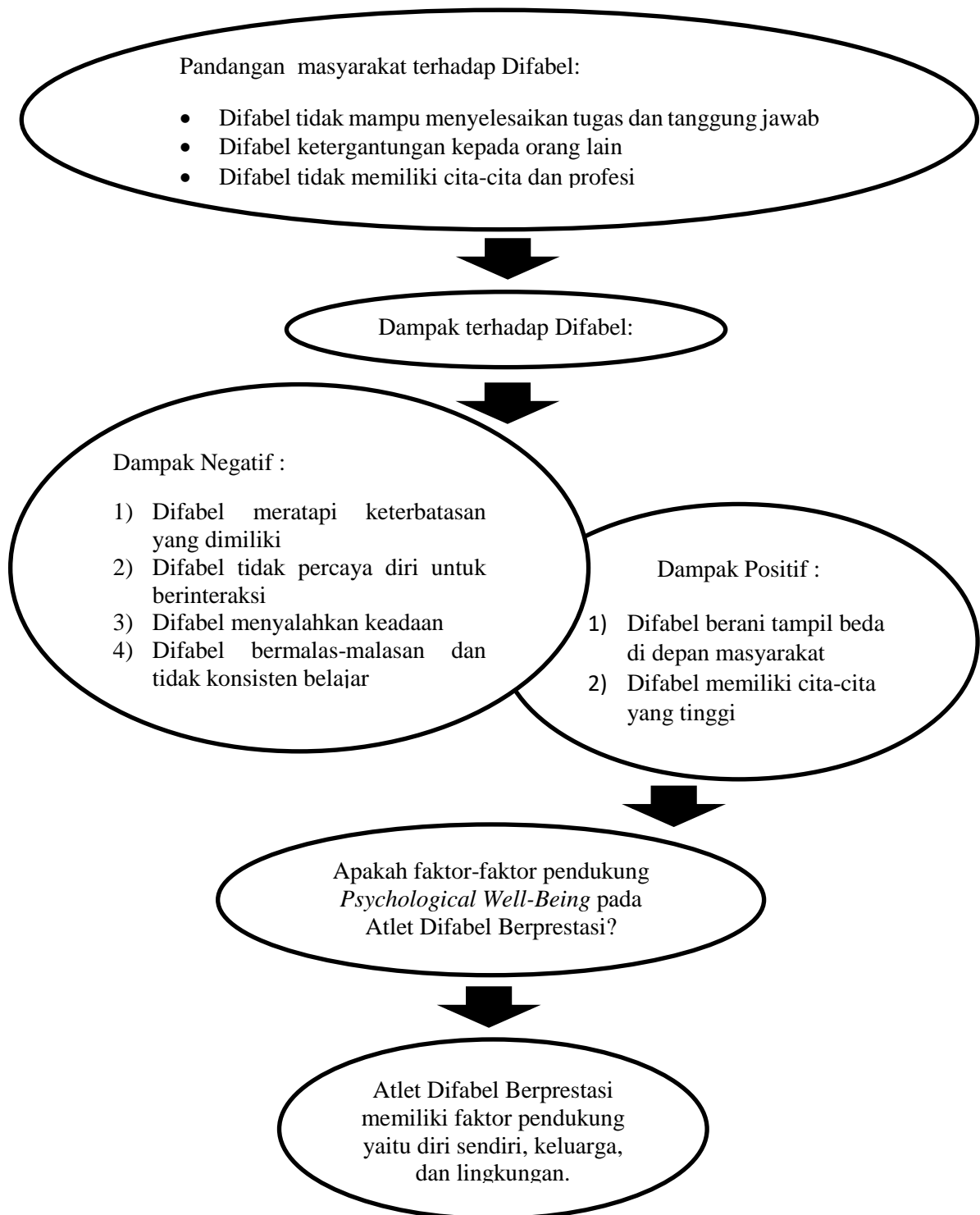
Kerangka berpikir yang akan dilakukan oleh peneliti mencoba menggambarkan bagaimana penalaran berpikir dalam penelitian ini. Adanya realitas sosial sampai saat ini terlihat bahwa Difabel masih mendapatkan pandangan-pandangan negatif dari masyarakat seperti ungkapan yakni Difabel tidak mampu menyelesaikan tugas dan tanggung jawab secara penuh di masyarakat, dan Difabel dianggap memiliki ketergantungan terhadap orang lain, serta Difabel tidak memiliki cita-cita dan profesi sebagai sumber ekonomi yang tetap.

Akibatnya kehidupan Difabel menjadi berubah menjadi pribadi yang meratapi keterbatasan yang dimiliki, tidak memiliki kepercayaan diri untuk berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan, kebiasaan menyalahkan keadaan dan bermalas-malasan dan tidak mau belajar dari kesalahan. Namun, terdapat pula akibat positif yang disebabkan pandangan negatif masyarakat tersebut, seperti menciptakan pribadi Difabel yang mau bergerak dan berani tampil beda di depan masyarakat serta Difabel memiliki cita-cita yang tinggi dalam menjalani kehidupannya.

Dari terciptanya pribadi Difabel yang bersifat positif, keluarlah bibit-bibit Difabel berprestasi, salah satunya dengan menjadi seorang Atlet di dunia

Olahraga. Selanjutnya dari Difabel berprestasi peneliti akan menggali informasi dan pengalaman hidup Difabel yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mendukung adanya *psychological well-being* pada Atlet Difabel Berprestasi.

Adapun kerangka teoritis dapat dipahami melalui bagan berikut:



Gambar 2.1. Kerangka Berpikir

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Wisma Budaya Gilingan Wibugi (Wisata Budaya Garuda Indonesia) yang beralamat di Jalan Letjen S. Parman Gang Merpati 1 Nomor 36, Gilingan, Kecamatan Banjarsari, Kabaaupaten Surakarta, Jawa Tengah 57171.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian pada semester genap tahun ajaran 2021/2022. Penelitian ini direncanakan dan dilaksanakan pada bulan Agustus 2021-Juli 2022 dengan jadwal terlampir.

B. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Menurut Sugiyono (2011) metode kualitatif adalah metode yang berdasarkan pada filsafat positivisme, sedangkan untuk meneliti pada objek alamiah, dimana peneliti memiliki posisi sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan). Sedangkan menurut Bogdan dan Taylor mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati dari fenomena yang terjadi (Moleong, 2012).

Sedangkan pendekatan yang dipilih adalah pendekatan fenomenologi. Pendekatan fenomenologi menurut Kuswarno (2009), fenomenologi bertujuan untuk menggali nilai-nilai dalam pengalaman kehidupan manusia, dan melihat pengalaman serta perilaku sebagai satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan, baik itu antara subjek dan objek, maupun keseluruhan. Sedangkan menurut Watt & Sjef A. (1995), fenomenologi tidak tertarik mengkaji aspek-aspek kausalitas dalam suatu peristiwa, tetapi berupaya memahami tentang bagaimana orang melakukan suatu pengalaman beserta makna pengalaman itu bagi dirinya.

Alasan peneliti lebih memilih menggunakan penelitian kualitatif ialah, supaya peneliti mendapatkan informasi senatural mungkin sesuai dengan fakta situasi dan kondisi yang dialami oleh subjek, tidak ada manipulasi didalamnya, sehingga tidak berdasar pada asumsi peneliti. Tujuan dari metode penelitian kualitatif fenomenologi dalam penelitian ini adalah untuk memahami makna berkesinambungan dibalik *psychological well-being* pada difabel yang memiliki pandangan negatif dari masyarakat terhadap kelangsungan kehidupannya di masa yang akan datang, dan memilih bangkit dan tumbuh menjadi pribadi berprestasi yang dibuktikan secara ilmiah, berdasarkan realita dan memahami fenomena tersebut sebagaimana adanya.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber informasi untuk mencari data dan masukan dalam mengungkapkan permasalahan yang dimanfaatkan untuk mencari informasi (Moleong, 2004).

Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni teknik pengambilan sampling sumber data dengan pertimbangan tertentu, atau dengan kata lain pengambilan sampel diambil berdasarkan kebutuhan peneliti (Sugiyono, 2018).

Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah:

1. Subjek adalah seorang Difabel yakni seorang yang mengalami disabilitas. Difabel mengacu pada keterbatasan peran penyandang disabilitas dalam melakukan aktivitas sehari-hari karena ketidakmampuan yang mereka miliki.
2. Subjek merupakan Atlet pada cabang olahraga Menembak di *National Paralympic Committee Of Indonesia*.
3. Subjek bertatus sebagai Atlet Daerah di *National Paralympic Committee Of Indonesia Kota Bekasi*.
4. Subjek bertatus sebagai Atlet Nasional di *National Paralympic Committee Of Indonesia Provinsi Jawa Barat*.
5. Subjek merupakan atlet yang mengikuti pemusatan latihan 2 tahun lalu di Kota Surakarta (Solo), Provinsi Jawa Tengah. Pelatihan dilakukan di grup 2 Kopasus Kartasura Jawa Tengah dan dilatih dengan 2 pelatih dan 3 asisten pelatih.
6. Subjek merupakan atlet berprestasi rekor nasional pertama di cabang olahraga menembak dengan skor tercatat sebesar 632 dengan waktu 22 menit sebanyak 60 peluru pada Pekan Paralimpiade Nasional (PEPARNAS) XVI di Papua

tahun 2021. Subjek yang berhasil meraih 2 medali emas dengan predikat juara pertama kategori individu dan beregu Erival SH1 10 meter.

D. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan ini merupakan strategi untuk mendapatkan data yang diperlukan terkait dengan judul penelitian. Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, berbagai sumber, dan berbagai cara. Maka peneliti menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

1. Studi Wawancara

Wawancara yaitu suatu kegiatan yang dilakukan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan mengungkapkan pertanyaan-pertanyaan yang sistematis kepada responden. Wawancara bermakna tahapan cara wawancara (*interview*) dengan responden, dan kegiatannya dilakukan secara lisan (Hadi, 2000). Subjek penelitian ini merupakan Atlet difabel yang berprestasi di cabang olahraga menembak yang berhasil meraih 2 medali emas di ajang PEPARNAS XVI Papua 2021.

2. Studi Observasi

Observasi sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena yang diselidiki (Hadi, 2000). Metode ini digunakan untuk mendapatkan data-data yang diperlukan. Dalam penelitian ini penulis melakukan pengamatan lapangan terkait faktor-faktor yang mendukung *psychological well-being* pada Atlet difabel yang Berprestasi.

3. Studi Dokumentasi

Menurut Sugiyono (2012), dokumentasi merupakan teknik pengambilan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen. Prastowo mengatakan dokumentasi yaitu rekaman yang bersifat tertulis atau film dan isinya merupakan peristiwa yang telah berlalu (Fafaid, 2013). Dalam penelitian ini peneliti akan mencermati dokumen yang berkaitan dengan faktor pendukung *psychological well-being* pada Atlet difabel dalam meraih prestasi.

E. Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data harus mendemonstrasikan nilai yang benar, menyiapkan dasar agar hal tersebut dapat diterapkan serta mendapatkan keputusan luar yang dapat dibuat tentang konsistensi dari prosedur dan kenetralan dalam temuan dan keputusan-keputusan (Moleong, 2017).

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji keabsahan data menggunakan uji kredibilitas (derajat kepercayaan) berfungsi untuk melaksanakan inkuiri sehingga tingkat kepercayaan penemuan dapat dicapai dan menunjukkan derajat kepercayaan dari hasil penemuan melalui jalan pembuktian oleh peneliti pada kenyataan ganda yang sedang di teliti (Moleong, 2017).

1. Triangulasi

Wiliam Wiersma (1986) mengatakan triangulasi dalam pengujian kredibilitas diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai waktu (Sugiyono, 2016).

Dengan demikian terdapat triangulasi data dapat diperoleh sebagaimana berikut:

a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dilakukan dengan mengecek data yang telah diperoleh dengan menggunakan beberapa sumber (Sugiyono, 2019). Data yang diperoleh dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan triangulasi sumber dengan wawancara kepada teman dekat yang mengetahui proses pencapaiannya menjadi atlet difabel yang berprestasi.

b. Triangulasi Waktu

Triangulasi waktu dapat dilakukan dengan melakukan pengecekan menggunakan teknik wawancara, observasi atau dokumentasi pada waktu yang berbeda (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini peneliti melaksanakan pengambilan data dengan waktu yang berbeda-beda untuk memeriksa apakah data yang didapat valid. Bila hasil uji menghasilkan data yang berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sehingga sampai ditemukan kepastian datanya (Sugiyono, 2016).

2. Melakukan *Member Check*

Member Check merupakan proses penelitian data yang diperoleh peneliti kepada subjek untuk mengetahui apakah data yang didapat sesuai dengan apa yang diberikan subjek (Sugiyono, 2019). Setelah menyelesaikan pengumpulan data, peneliti datang kepada subjek untuk menyampaikan hasil temuan dan kesimpulan untuk didiskusikan bersama.

F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data menggunakan Model Interaktif Milles dan Huberman (1984) yang meliputi tiga tahap yaitu sebagai berikut:

1. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Data Reduction merupakan proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan dan keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi (Sugiyono, 2016). Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan mempermudah peneliti untuk mengumpulkan data selanjutnya (Sugiyono, 2016).

2. *Data Display* (Penyajian Data)

Data Display yaitu sekumpulan informasi sistematis yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan (Saebani, 2008). Penyajian data dapat berupa teks yang bersifat naratif, juga dapat berupa *grafik*, *matrik*, *network* (jejaring kerja) dan *chart*. Dengan demikian, data akan terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan semakin mudah dipahami (Sugiyono, 2016). Apabila pola-pola yang ditemukan telah didukung oleh data selama penelitian, maka pola tersebut sudah menjadi pola yang baku yang tidak lagi berubah.

3. *Conclusion Drawing/Verification*

Conclusion Drawing/Verification adalah langkah terakhir yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan bahkan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang

kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan tersebut kredibel (Sugiyono, 2016).

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Gambaran Umum National Paralympic Committee of Indonesia

a. Sejarah National Paralympic Committee of Indonesia

Objek penelitian ini adalah organisasi *National Paralympic Committee of Indonesia (NPC Indonesia)*. Nama Organisasi ini bernama *National Paralympic Committee of Indonesia* yang selanjutnya di singkat dan di sebut NPC Indonesia .

NPC Indonesia merupakan Induk Organisasi Olahraga Penyandang Disabilitas di Indonesia. *National Paralympic Committee of Indonesia* atau yang diartikan Komite Nasional Paralimpiade Indonesia merupakan badan yang bertanggung jawab untuk memilih atlet yang akan mewakili Indonesia di Paralimpiade dan pertandingan cabang olahraga Internasional setelah Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) serta untuk mengelola tim Indonesia di acara tersebut. Diambil dari kata *Paralympic* yang memiliki arti Paralimpiade dalam *National Paralympic Committee of Indonesia* artinya ajang kompetisi olahraga internasional untuk atlet penyandang disabilitas.

Sejarah singkat NPC Indonesia berawal pada tahun 1962-an, NPC Indonesia merupakan organisasi olahraga ABK yang didirikan pada tanggal

31 Oktober 1962 dengan Akta Notaris Nomor 71. Organisasi ini diberi nama Yayasan Pembina Olahraga Cacat (YPAC).

Berdasarkan atas sara pengurus KONI Pusat, Menteri Pemuda dan Olahraga RI, Menteri Sosial RI dan pihak-pihak terkait maka YPOC perlu ditingkatkan kedudukannya menjadi Organisasi Payung Olahraga Cacat Indonesia dengan terlebih dahulu mengubah status Yayasan menjadi Organisasi Sosial Kemasyarakatan. Kemudian pada tahun 1993, pada masa Musyawarah Olahraga Nasional (Musornas) YPOC ke VII tanggal 31 Oktober sampai tanggal 1 November 1993 di Yogyakarta telah memutuskan perubahan nama Organisasi menjadi Badan Pembina Olahraga Cacat (BPOC), dengan perubahan Akta Notaris Nomor 15 tanggal 15 Desember 1993.

Berlanjut di tahun 2005, pada tanggal 18 November 2005 dalam pertemuan *General Assembly* IPC telah memutuskan bahwa gerakan dan kegiatan olahraga para penyandang cacat harus menggunakan kata *Paralympic*. Hal ini dikarenakan semua olahraga prestasi (bukan lagi olahraga rehabilitasi maupun rekreasi). Sejalan dengan keputusan tersebut anggota IPC wajib mengikuti *Paralympic* pada nama organisasinya.

Kemudian dalam Musornas X BPOC tanggal 18-20 November 2008 di Surakarta, atas saran menteri pemuda dan olahraga RI serta mengikuti aturan lembaga-lembaga *paralympic* regional dan internasional, maka BPOC perlu ditingkatkan eksistensi dan kedudukannya bahwa BPOC

tingkat pusat merupakan *Nasional Paarlympic Committee* (NPC) sehingga disebut BPOC dan/atau NPC Indonesia .

Pada tahun 2010 pada tanggal 27-28 juli 2010 diadakan Musyawarah Olahraga Nasional Luar Biasa (Musornaslub) *Indonesian Parliamentary Center* (IPL) BPOC tentang perubahan nama organisasi, sehingga dalam Musornaslub yang diselenggarakan di kota Surakarta tersebut telah menghasilkan keputusan perubahan nama organisasi dari Badan Pembina Olahraga Cacat (BPOC) menjadi *National Paralympic Committee* (NPC). Perubahan nama tersebut diikuti dengan perubahan Akta Notaris Nomor 32 tanggal 30 Agustus 2010. Terakhir tahun 2013, Akta Notaris terbaru Nomor 14 tanggal 11 Juli 2013 sebagai tanggal Perubahan Anggaran Dasar NPC Indonesia.

Sekarang Status NPC Indonesia adalah satu-satunya wadah keolahragaan orang cacat Indonesia yang membukakan dan membina setiap dan seluruh kegiatan olahraga prestasi orang cacat di Indonesia maupun di ajang Internasional.

NPC Indonesia merupakan organisasi yang didirikan di Surakarta. Di dalam NPC Indonesia terdapat NPC pusat dan NPC daerah. NPC pusat berada di kota Surakarta. Kemudian persebaran NPC daerah di ikuti oleh kota-kota besar lainnya seperti Bandung, Bekasi, Bogor, Bali, Aceh, Sumut dan kota-kota lainnya.

National Paralympic Committee Of Indonesia merupakan satu-satunya organisasi di bidang olahraga khusus penyandang disabilitas, dari penyandang disabilitas fisik, disabilitas intelektual, disabilitas mental dan disabilitas sensorik. NPC Indonesia ini berupaya untuk menggali, mengembangkan dan membina potensi seseorang dibalik kelemahan fisik atau mental akibat disabilitas melalui pembinaan olahraga. Olahraga tersebut diselenggarakan pada lingkup olahraga prestasi, dimana Atlet-Atlet yang bergabung di NPC Indonesia dibina untuk mengikuti pertandingan-pertandingan dan senantiasa diharapkan untuk berprestasi. Atlet-Atlet yang terdaftar dalam NPC Indonesia ini diikutsertakan dalam ajang pertandingan olahraga yang diadakan pemerintahan untuk mewakili kota masing-masing.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa NPC Indonesia merupakan organisasi yang serupa dengan KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia) untuk atlet-atlet pada orang normal umumnya.

Sedangkan NPC Indonesia adalah orang yang semuanya merupakan penyandang disabilitas, tetapi dari jumlah keseluruhan tersebut tidak semuanya aktif berlatih dan sebagian besar atlet di NPC Indonesia diikuti oleh pria wanita yang terdiri dari rentang usia remaja hingga dewasa madya dengan presentasi terbanyak berada di tahap dewasa awal. Lamanya subjek menjadi Atlet pun berbeda-beda, yaitu dari yang baru bergabung di NPC Indonesia hingga yang sudah tergabung lebih dari sepuluh tahun.

b. Visi dan Misi *National Paralympic Committee of Indonesia*

Visi *National Paralympic Committee Of Indonesia* adalah terwujudnya kesetaraan dan keseimbangan pembinaan olahraga penyandang disabilitas (*Atlet paralympic*).

Misi *National Paralympic Committee Of Indonesia* adalah sebagai berikut:

- 1.) Mengatur dan memberikan bimbingan dalam pelaksanaan pelatihan olahraga penyandang disabilitas (*Atlet Paralympic*)
- 2.) Mengusahakan dan mengatur pembiayaan kegiatan olahraga penyandang disabilitas (*Atlet Paralympic*)
- 3.) Mengatur kegiatan olahraga penyandang diabilitas (*Atlet Paralympic*) baik di tingkat daerah maupun internasional
- 4.) Mengusahakan peningkatan prestasi, kesejahteraan dan pendidikan Atlet.

c. Tujuan dan Fungsi *National Paralympic Committee of Indonesia*

Tujuan dari terbentuknya *National Paralympic Committee Of Indonesia* di kabupaten dan kota adalah merekrut atlet-atlet baru. Adapun fungsi *National Paralympic Committee Of Indonesia* yaitu sebagai/wadah yang bertanggung jawab sepenuhnya untuk menghimpun, membina, melatih dan membentuk Atlet olahraga disabilitas yang berkualitas dan bertaraf Internasional serta mengkoordinasikan setiap kegiatan olahraga disabilitas baik tingkat Daerah, Nasional maupun Internasional.

Fungsi NPC Indonesia meliputi:

- 1.) Menggalang dan menjalin persatuan dan kesatuan antar insan olahraga penyandang disabilitas di Indonesia dan Internasional.
 - 2.) Peningkatan prestasi olahraga difabel di Indonesia.
 - 3.) Memberikan perlindungan kepada anggota dan atlet difabel.
 - 4.) Pembinaan kesejahteraan, keadilan dan kehormatan difabel.
- d. Cabang Olahraga di *National Paralympic Committee of Indonesia*

Adapun cabang olahraga bagi penyandang disabilitas yang dibina dan dikembangkan oleh *National Paralympic Committee Of Indonesia* sebanyak 16 cabang meliputi Olahraga Angkat Besi, Atletik, Boccia, Bola Gawang, Bulu Tangkis, Catur, Judo, Keranjang Kursi Roda, Mangkuk Rumput, Menembak, Panahan, Renang, Sepeda, Tenis Kursi Roda, Tenis Meja, dan Voli Duduk.

2. Proses dan Tahapan Penelitian

Pra-penelitian dilakukan atau studi pendahuluan dilakukan peneliti pada 14 Juni 2021 hingga 20 Juli 2021, dilakukan dengan meninjau lokasi penelitian untuk memastikan kondisi subjek dan masalah yang akan diangkat dalam penelitian.

Pada 19 Agustus 2021 peneliti menemui subjek untuk menjelaskan tujuan peneliti dan mengajukan *informed consent* atau persetujuan menjadi subjek penelitian. Subjek dalam penelitian ini ditentukan dengan cara teknik *purposive*

sampling, yakni pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan atau kriteria tertentu. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah seorang atlet yang memiliki keterbatasan fisik dalam melakukan aktivitas dan memiliki prestasi di salah satu cabang olahraga internasional yaitu olahraga menembak.

Peneliti kemudian melakukan wawancara kepada subjek untuk mengambil data mengenai faktor pendukung *psychological well-being* atau kesejahteraan sosial pada atlet difabel yang berprestasi. Pedoman wawancara disusun peneliti menggunakan teori para ahli yang di bagi menjadi beberapa aspek atau tema yang telah disesuaikan dengan subjek dan masalah dalam penelitian yang kemudian didiskusikan bersama teman sebaya dan dosen pembimbing.

Pada 26 Februari 2022 proses wawancara dilaksanakan di ruang terbuka bertempat di Wisma Wibugi Solo pada waktu yang telah disepakati sebelumnya. Observasi dilakukan peneliti untuk mengamati faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi dan menjadi pendorong subjek saat menjadi atlet difabel dalam proses meraih prestasi.

Peneliti melakukan pertemuan selanjutnya untuk mengambil data yang diperlukan untuk melengkapi naskah hasil penelitian yang sedang ditulis peneliti berupa data dokumentasi mengenai proses latihan subjek terkait atlet difabel berprestasi. Selain itu, peneliti juga mengambil data dokumentasi berupa daftar *curriculum vite* atau data diri subjek dan dokumen pribadi subjek seperti piagam penghargaan pertandingan dan hasil nilai/skor saat pelatihan subjek.

Data yang di dapatkan dari wawancara, observasi dan dokumentasi selanjutnya dianalisis oleh peneliti untuk mendapatkan hasil penelitian dan pembahasan. Dari hasil penelitian yang telah didapatkan, peneliti selanjutnya melakukan uji keabsahan data dengan cara triangulasi sumber, triangulasi waktu, dan *member check*.

Informan yang dipilih peneliti untuk digunakan dalam triangulasi sumber adalah salah satu teman dekat dalam organisasi lingkungan yang digemari subjek. Peneliti selanjutnya peneliti meminta persetujuan untuk menjadi informan penelitian dan mengajukan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan faktor-faktor yang mendukung atlet difabel dalam meraih prestasi.

3. Subjek Penelitian

Berdasarkan keterangan subjek, subjek bernama Muhammad Hilman berusia 22 tahun dan lahir di kota Bogor pada 10 Maret 1999. Subjek merupakan anak pertama di keluarganya dan beragama Islam. Subjek memiliki tinggi badan 109 cm dan berat badan 54 kg, dengan kulit berwarna sawo matang dan rambut berwarna hitam.

“Nama saya Muhammad Hilman. Biasa di panggil Eman dua lima.”
(**SU.S1.MH.W1: L.8-9**) dan “Saya dari Bogor, usia 22 tahun.” (**SU.S1-MH-W1:L.11**)

Subjek dalam penelitian ini merupakan difabel penyandang disabilitas fisik karena terdapat kelainan pada bentuk dan anggota tubuhnya di bagian tangan dan kaki. Menurut wawancara Dokter memberikan keterangan bahwa subjek memiliki penyakit lemah tulang (penyakit tulang rapuh) yang dalam Bahasa

latinnya adalah *osteogenesis imperfecta*. Ciri-ciri penyakit lemah tulang ini yakni memiliki beberapa tulang yang bengkok pada bagian tubuhnya yaitu punggung, serta tangan dan kakinya. Pertumbuhan penyakit ini dapat terjadi pada usia anak-anak, remaja hingga dewasa muda sebagaimana kondisi subjek yang di vonis sejak berumur 4 tahun dan kemungkinan diperbaiki secara medis sudah terlambat.

“Menurut Dokter memberikan keterangan bahwa “subjek memiliki penyakit lemah tulang (penyakit tulang rapuh) yang dalam Bahasa latinnya adalah *osteogenesis imperfecta*.” (SU.S1-MH-W2:L.)

Subjek merupakan golongan Difabel yakni seseorang yang mengalami kekurangan dan/atau memiliki kelainan pada bentuk tubuh yang mempengaruhi pada fungsi fisik individu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Istilahnya subjek merupakan anak tuna daksa. Sesuai pengamatan peneliti subjek termasuk dalam kategori tuna daksa ortopedi yang merupakan anak yang mengalami ketunaan, kecacatan, ketidak sempurnaan tertentu pada motorik tubuhnya, terutama pada bagian tulang-tulang, otot tubuh, dan daerah persendian.

“Saya tahu keadaan saya pertama dari orang tua. Setelah orang tua tau bahwa saya mengalami kelainan fisik.” (SU.S1-MH-W2:L.)

Ketidakkampuan anggota tubuh anak tuna daksa untuk melaksanakan fungsinya disebabkan oleh berkurangnya kemampuan anggota tubuh untuk melaksanakan fungsinya secara normal, sebagai akibat bawaan, luka penyakit,

atau pertumbuhan yang tidak sempurna sehingga untuk kepentingan pembelajaran perlu layanan secara khusus.

“memiliki kondisi berupa keterbatasan fisik artinya disabilitas”
(SU.S2.WM.W1: L.34-35) dan “Dimana dia merupakan seorang yang perlu alat bantu (kursi roda)” (SU.S2.WM.W1: L.103-104).

Subjek merupakan seorang mahasiswa di Institut Bisnis Informatika Kesatuan Bogor dan berprofesi sebagai Atlet Menembak yang tergabung dalam organisasi olahraga nasional yaitu *National Paralympic Committee of Indonesia* atau biasa di singkat NPC Indonesia.

“Saya seorang atlet di cabang olahraga menembak di *NPC Indonesia* tingkat Nasional-Internasional. Jadi saya termasuk atlet daerah Bekasi sekaligus atlet provinsi Jawa Barat. Kemudian saya juga sebagai mahasiswa di Institut Bisnis Informatika Kesatuan Bogor.” (SU.S1-MH-W1:L.3-12)

Karier subjek sebagai Atlet di *NPC indonesia* di mulai tahun 2016 atlet renang *NPC Indonesia* cabang kota Bogor. Di tahun 2017, subjek ikut serta dalam ajang perlombaan renang untuk disabilitas di Bandung. Namun pada hari jalannya pertandingan subjek mendapati kekecewaan karena ternyata namanya tidak dipanggil untuk mengikuti lomba dan telah di gantikan oleh atlet lain tanpa sepengetahuan dia.

“saya di tribun penonton, nunggu nama saya dipanggil buat renang. Sampai pada pertandingan beres nama saya ga dipanggil. Saya kecewa sama bogor” ucapnya dengan nada kesal. (SU.S1-MH-W1:L.82-85)

Hal tersebut yang memicu subjek tidak dapat bertahan lama dalam lembaga yang pada pelaksanaan lombanya tidak suportif.

Berdasar perasaan kesal karena kecurangan yang terjadi, membuat subjek pindah menjadi Atlet NPC Indonesia cabang Kota Bekasi dan beralih ke cabang olahraga menembak. Tidak perlu waktu banyak untuk belajar, dirinya memang sudah hobi dan berniat keras untuk belajar dan menjadi seorang penembak. Sebelumnya subjek sering mencoba menembak di rumahnya bersama tetangganya yang sering berburu hama. Tidak jauh berbeda dengan pelatihan atlet sebelumnya ia juga melalui proses dan waktu lama serta ketekunan belajar dalam setiap pelatihannya.

“Sejak kecil saya sudah terbiasa bermain lempar panah jarum ke sebuah bulatan kecil dengan lingkaran angka-angka layaknya dalam olahraga cabang olahraga menembak dengan teman-teman di lingkungan rumah saya.” (SU.S1-MH-W3:L.37-41)

Berbekal dengan skill dan kejuaraan-kejuaraan sebelumnya akhirnya subjek memberanikan diri untuk ikut tes dan lolos seleksi pertandingan di Pekan Paralimpiade Nasional (PEPARNAS) XVI di Papua tahun 2021 sebagai kontingen Jawa Barat yang berhasil menjadi juara pertama dengan 2 medali emas dan menjadi rekor baru di cabang olahraga menembak dengan kategori individu dan beregu. Kejuaraan ini merupakan rekor nasional pertama cabang olahraga menembak dengan skor tercatat sebesar 632 dengan waktu 22 menit sebanyak 60 peluru.

“Pada PEPARNAS XVI Papua 2021 kemarin, saya meraih dua emas pada cabang olahraga menembak, yaitu kategori individu dan beregu. Kejadian tersebut mencetak rekor nasional pertama kalinya untuk cabang olahraga menembak dengan jangkauan waktu 22 menit sebanyak 60 peluru dengan skor/nilai tercatat sebesar 632 sebanyak 60 peluru dalam waktu 22 menit.”

(SU.S1-MH-W4:L.218-225)

Berikut pengalaman prestasi di Pekan Paralimpiade Nasional (PEPARNAS) XVI di Papua 2021:

No.	Cabang Olahraga	Kelas	Jarak	Juara	Mendali
1.	Menembak	Individu/ Eriyal SH1	10 M	Satu	Emas
2.	Menembak	Beregu/ Eriyal SH1	10 M	Satu	Emas

Tabel 4.1. Kategori Prestasi Subjek Di PEPARNAS XVI

Sebelumnya subjek juga memiliki pengalaman bertanding dengan prestasi yang cukup memusakan. Hal tersebut subjek ungkapkan dalam wawancara sebagaimana berikut;

“*Pertama*, pertandingan uji coba di Jakarta dengan peringkat nilai kedua bersamaan atlet-atlet normal. *Kedua*, pertandingan persahabatan dalam rangka Ulang Tahun TNI Angkatan Laut November 2020 di Bandung dengan peringkat bertahan dua. *Ketiga*, pertandingan persahabatan TNI Angkatan Laut Februari 2021 dengan peringkat pertama. *Terakhir*, PEPARNAS XVI Papua November 2021 dengan dua peringkat pertama.”

(SU.S1-MH-W4:L.210-218)

Subjek memiliki prestasi di cabang olahraga menembak. Berikut tabel prestasi-prestasi yang di dapatkan subjek.

Pertandingan	Tahun	Tempat	Tingkat	Juara
Pertandingan Uji Coba	-	Jakarta	Atlet NPC	Peringkat Kedua
Pertandingan Persahabatan (TNI AL)	November 2020	Bandung	Atlet Normal-NPC	Peringkat Kedua
Pertandingan Persahabatan (TNI AL)	Februari 2021	Bandung	Atlet Normal-NPC	Peringkat Pertama
PEPARNAS XVI	November 2021	Papua	Atlet NPC	Peringkat. Pertama

Tabel 4.2. Riwayat Prestasi Subjek

B. Hasil Temuan Penelitian

Berikut hasil temuan penelitian terhadap faktor-faktor yang mendukung *psychologi well-being* pada Atlet Difabel Berprestasi.

1. Faktor Diri Sendiri

a. Kesehatan

Saat ini subjek juga merasa bahwa keterbatasan yang dimiliki subjek membawa hikmah dalam hidup yang subjek jalani, karena dengan keterbatasan tersebut subjek menjadi lebih banyak berusaha untuk dapat memiliki kehidupan yang lebih bermanfaat dan bermakna yaitu dengan menggali kemampuan yang subjek miliki, salah satunya di bidang olahraga sebagai Atlet.

“Saya menyadari bahwa saya adalah berbeda dan memiliki kekurangan fisik dan keterbatasan dalam berpartisipasi di masyarakat memang tidak mudah. Namun semua harus diawali dengan rasa menerima diri yang apa adanya dan memaksimalkan fungsi diri dengan baik kepada masyarakat. Dengan begitu perasaan tenang dan berani akan datang di hati setiap orangnya. Kemudian kita akan semakin mudah mencari tahu bakat dan potensi dari dalam diri kita untuk kemudian di berikan sebagai bukti kepada masyarakat bahwa difabel mampu dan bisa memiliki kehidupan seperti pada orang (normal) umumnya. Jadi setelah mengetahui saya seorang difabel saya mulai dalam menjalani kehidupan dengan belajar menerima keadaan dan menampilkan kemampuan diri secara maksimal dengan status yang di miliki.” (SU.S1-MH-W5:L.3-18)

Mengacu dari jawaban subjek dapat digambarkan subjek memiliki penerimaan diri yang baik ditandai dengan sikap positif terhadap diri sendiri, mengetahui dan menerima segala aspek dari diri seperti kelebihan dan kekurangan diri, serta merasa positif terhadap masa lalu.

b. Fungsi Fisik

Subjek mengatakan bahwa kesadaran bahwa keterbatasan fisik yang dialami bukanlah penghambat untuk menjalani kehidupan, sehingga para Difabel dapat berusaha untuk mencoba menerima keterbatasan dirinya, dengan tidak lagi meratapi kekurangan yang dimiliki. Difabel harus merasa bahwa apa yang telah terjadi dalam kehidupan merupakan rencana yang sudah Tuhan tentukan, agar subjek dapat menjalani kehidupan lebih baik lagi dan lebih bersyukur dengan apa yang sudah dimiliki saat ini. Subjek juga mengungkapkan, bila terus meratapi di masa lalu secara negatif akan membuat subjek sulit untuk meraih tujuan yang diinginkan di masa depan.

“jadi saya berpendapat tidak setuju untuk mereka yang mempunyai pikiran saya ga bisa ngapa-ngapain, saya ga bisa gerak karena sesuatu ini dan itu, tapi kita bisa ketika kita mempunyai motivasi dan inspirasi dalam hidup. Dan saya ingin menjadi salah satu sosok yang dapat memberikan motivasi dan menginspirasi kehidupan orang-orang dengan kebutuhan khusus untuk mampu dan bisa sebagaimana kehidupan yang dimiliki oleh orang (normal) pada umumnya.” (SU.S1-MH-W5:L.60-68)

c. Rasa Percaya diri

Subjek memiliki kepercayaan diri penuh terlihat dari bagaimana cara subjek berbicara dengan orang lain dengan lugas dan bagaimana pembawaan diri yang santai saat berada di depan orang lain. Dengan bekal kepercayaan diri ini subjek mampu membawa diri untuk melewati proses panjang menjadi seorang atlet difabel berprestasi bersama atlet-atlet lain di *National Paralympic Committee of Indonesia*.

“Subjek tampil dengan percaya diri saat melakukan wawancara dengan posisi duduk yang tegak, dan cara berpakaian yang sopan dan rapih (stelan kaos putih polos, celana hitam panjang, berspatu *sport*. dan aksesoris topi dikepala).” **(Data Observasi)**

Selain pernah menjadi pengamen jalanan di masa subjek masa anak-anak sampai remaja awal sewaktu subjek menjadi siswa Sekolah Dasar (SD) tahun 2008-2013 sampai waktu Sekolah Menengah Pertama (SMP) tahun 2014-2016 selesai. Kemudian di masa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) tahun 2017-2019.

“Pengalaman ngamen pertama masih ditemani oleh kakak sampai pada titik berani ngamen sendiri. Perbedaanya hanya saat SD itu belum punya kursi roda jadi dilakukan dengan mengesot menaiki kendaraan dari satu angkot ke angkot lain setiap harinya sedangkan di SMP saya sudah memiliki kursi roda.” **(SU.S1-MH-W2:L.35-41)**

Subjek banyak melakukan *shooting* di beberapa program televisi untuk mengulik perjalanan kehidupan. Program tersebut tertarik karena ternyata subjek merupakan seorang difabel yang telah mampu bersaing dengan

masuk di sekolah swasta (inklusif) bukan masuk dalam sekolah luar biasa seperti difabel pada umumnya.

Dalam program televisinya meliput tentang kegigihan belajar dan peran aktif subjek dalam kegiatan sekolah inklusif yang penuh dengan tantangan dan perbedaan sebagai anak Difabel. Kemudian subjek juga pernah ikut serta sebagai seorang penyandang disabilitas yang berbakat di bidang musik, yakni keahlian subjek dalam musik *beatbox*. Awalnya bermula dipelajarinya musik *beatbox* melalui aplikasi youtube. Rezeki yang tidak disangka dari keahlian musik *beatbox*-nya subjek di panggil untuk mengisi pada beberapa program televise, kemudian berakhir karier subjek sebagai atlet nasional di NPC Indonesia sebagai atlet menembak.

“Tahun 2016, SMK saya mulai di undang tampil di salah satu stasiun tv karena keunikan dan bakat musik saya yang terbilang langka. Saya di undang bersama teman-teman grup *beat box* saya saat itu. Disana saya menampilkan musik *beat box*. Hal itu berawal dari konten video *beat box* yang di *up load* di media sosial yang kemudian viral.” (SU.S1-MH-W2:L.43-48)

Sudah banyak prestasi yang pernah subjek raih baik dalam pertandingan tingkat nasional maupun internasional. Hal ini membuat pengalaman dan pengetahuan yang subjek miliki semakin banyak. Maka dari itu subjek terus berusaha latihan lebih giat dan rutin, agar terus lolos dalam seleksi pertandingan untuk tingkat internasional yang lebih banyak.

Hal tersebut merupakan salah satu cara yang subjek gunakan untuk mencapai tujuan subjek menjadi Atlet di tingkat internasional. Subjek juga mengatakan, saat ini subjek merasa puas dalam menjalani hidup dengan usaha yang subjek miliki dan prestasi-prestasi yang telah subjek raih. Hal ini membuat subjek menjadi lebih terarah dalam menentukan tujuan hidup yang ingin dicapai.

d. Sikap Disiplin

Sikap disiplin merupakan hal yang dijunjung tinggi dan harus dipegang teguh oleh semua atlet, tanpa terkecuali. Kedisiplinan atlet dapat membawa mereka untuk mencapai cita-citanya. Diperlukan kesabaran dan ketekunan dalam setiap proses latihannya guna mencapai target/prestasi yang diharapkan. Sikap kedisiplinan subjek terlihat dari keikutsertaannya dalam setiap jadwal pelatihan yang diadakan oleh petugas dan pengawas di *National Paralympic Committee of Indonesia*. Kemudian juga hasil dari kedisiplinan juga di tunjukan dari hasil perolehan nilai dengan predikat memuaskan setiap waktunya.

Pembinaan dan pelatihan yang diberikan yang diberikan pada Atlet-Atlet disabilitas ini tidak menggunakan metode khusus. Dalam pembinaannya pelatih menggunakan pendekatan individual, yaitu dengan memberikan dorongan semangat kepada Atletnya agar subjek percaya diri ketika bertanding, belajar bersosialisasi dengan sesama penyandang disabilitas dan orang-orang disekitarnya serta membiasakan Atlet untuk

mandiri. Atlet juga diberikan aturan-aturan yang telah ditetapkan NPC Indonesia, yaitu adanya penerapan aturan-aturan ketat, baik dalam latihan dan pertandingan yang dilaksanakan. Subjek dituntut untuk berlatih secara disiplin dan sportif.

Jadwal latihan Atlet yang akan ditandingkan adalah tiga kali dalam seminggu dengan perhari sekitar dua sampai lima jam, sementara Atlet yang tidak bertanding tidak disusun jadwal latihan yang rutin. Pembinaan tersebut dilakukan dengan cara mengatur dan memberikan bimbingan secara rutin terhadap Atlet dalam pelaksanaan olahraga, terutama untuk tim yang akan diikutsertakan dalam pertandingan. Adapun jadwal sebagai berikut:

Hari	Waktu	Jenis Pelatihan
Senin	07:00 S/D 15:00	Latihan Menembak
Selasa	07:00 S/D 15:00	Latihan Menembak
Rabu	05:00 S/D 10:00	Latihan Fisik
Jumat	05:00 S/D 10.:00	Latihan Fisik
Sabtu	07:00 S/D 15:00	Pengambilan Nilai

Tabel 4.3. Jadwal Latihan Atlet NPC Indonesia

Atlet cabang olahraga Menembak (senapan) banyak di berikan tuntutan. Tuntutan sebagai Atlet untuk mencapai target-target prestasi yang diberikan oleh pelatih dan pengurus. Dalam mencapai target tersebut Atlet menggunakan cara dengan menambah waktu latihan di luar latihan rutin yang diadakan. Tuntutan tersebut tidak dijadikan hambatan bagi subjek,

tetapi membuat subjek semangat agar target tersebut dapat tercapai. Salah satunya yaitu adanya target yang diberikan pelatih, agar Atlet dapat menduduki peringkat ke 1 dalam suatu pertandingan. Selain itu Atlet dihadapkan oleh rintangan seperti keseimbangan, ketepatan dan kekuatan lengan agar sesuai dengan yang ditargetkan saat berlatih dan bertanding. Selama mengikuti latihan.

Pada dasarnya setiap tujuan memiliki langkah atau cara untuk sampai pada hasil yang diharapkan. Langkah-langkah yang akan dicapai dapat berupa strategi. Adapun strategi yang dimiliki subjek yakni dengan menjaga kesehatan, menjaga *mood* (perasaan) baik, rutin latihan serta istirahat yang cukup. Dikutip dari pernyataan subjek berikut:

“Menjaga kesehatan, menjaga mood (perasaan) baik, rutin latihan serta istirahat yang cukup. (SU.S1-MH-W1:L.326-327)

Sehingga akhirnya subjek mampu terpilih sebagai perwakilan kontingen Jawa Barat untuk Pekan Paralimpiade Nasional (PEPARNAS) XVI Papua 2021. Bertahun-tahun poin menembak emas menduduki peringkat puncak di Jawa Barat, bahkan di Indonesia.

Perjalanan hidup yang subjek lalui tidaklah mudah dan sangat panjang. Terlihat dari hubungan yang baik subjek dengan orang lain dan lingkungan disekitarnya maka tumbuhlah pribadi yang mandiri. Kehidupan yang sudah terstruktur mulai dari kegiatan sebagai individu yang dituntut selalu inovatif dan kreatif, kegiatan pelatihan sebagai profesi dan tanggung jawab atlet

NPC Indonesia, di ikuti kegiatan lain-lain seperti sebagai seorang mahasiswa yang dituntut kritis, kemudian kegiatan bersama di sanggar seni dan komunitas *videography* kota Bogor dan lain seterusnya.

Perkataan dan perilaku harus senantiasa sesuai dengan otonomi daerah dan aturan masyarakat yang dijunjung tinggi dan dianggap baik dan benar oleh masyarakat luas. Kemudian saat subjek menghadapi kegagalan dalam mencapai prestasi tersebut, subjek tidak langsung kecewa tetapi mengevaluasi diri sendiri untuk mengetahui hal apa yang membuat subjek gagal saat bertanding.

Mengacu pada respon subjek menunjukkan bahwa subjek memiliki kemandirian yang cukup ditandai dengan terlihatnya kemampuan subjek untuk terdorong melakukan sesuatu karena dorongan dalam dirinya serta menetapkan tujuan berdasarkan standar pribadi.

e. Motivasi

Motivasi awal muncul dari keinginan subjek untuk dapat menghasilkan prestasi dengan kekurangan yang dimiliki.

“Saya tahu soal NPC Indonesia dari media sosial. Saya tertarik dengan prestasi-prestasi yang dihasilkan oleh teman difabel lain yang mampu cita-citanya, dan saya ingin menjadi salah satu dari mereka.” (SU.S1-MH-W3:L.44-47)

Subjek termotivasi untuk menyenangkan dan membanggakan orangtua, namun semenjak kedua orangtua meninggal, subjek menambah tujuan hidupnya untuk dapat dapat membahagiakan keluarga dan memotivasi

untuk menjadi pribadi yang menjadi inspirasi orang-orang yang normal maupun penyandang disabilitas terutama bagi mereka yang tidak mau untuk bergerak keluar rumah dan tidak punya kehidupan untuk menjadi seseorang yang mampu mengekspresikan diri kepada dunia dengan cara yang menarik seperti menjadi seseorang yang berprestasi. Hal ini seperti perkataan subjek dalam wawancara yang berbunyi:

“Saya ingin mampu menjadi inspirasi orang-orang yaitu 1) mampu mempunyai harapan hidup yang manis, 2) membentuk orang-orang yang tidak mau keluar rumah untuk melakukan hal yang diinginkan meskipun nanti akan menempuh cara dan lewati jalan yang berbeda, 3) mampu membuat orang untuk dapat berjalan dan berpikiran dengan jernih serta berharap hal-hal yang bagus seperti dengan cara berfikir aku yang bakal bisa dapetin pialanya.” (SU.S1-MH-W1:L.359-368)

Dengan semangat dan perjuangan keyakinan untuk mampu bangkit dan bisa membuktikan kepada khalayak luas berhasil. Terutama bagi para atlet normal dan atlet Difabel untuk untuk selalu gigih belajar dan pandai mengevaluasi diri agar semakin memupuk kemampuan diri yang berpotensi dan berprestasi. Sampai pada salah satu pencapaian tertingginya sekarang, di akhir tahun lalu subjek mampu menjadi juara pertama dan berhasil membawa 2 medali emas di ajang PEPARNAS XVI Papua 2021 yang pelaksanakannya berada di Lukas Enembe Stadion Papua.

Di balik dukungan yang termotivasi dari orangtua dan keluarga, subjek juga sejatinya selalu memiliki semangat dalam dirinya untuk mampu

menjadi juara dalam setiap pertandingan. Seperti pada saat subjek ditargetkan oleh pelatihnya pada Pekan Paralimpiade Nasional (PEPARNAS) XVI Papua 2021 untuk mendapatkan 2 target emas. Karena sudah mempunyai modal poin tinggi, subjek merasa termotivasi.

“saya termotivasi disitu, saya kepacu buat lebih baik lagi dari peserta lainnya, dan ternyata bisa saya buktikan,” terangnya dalam nada gembira. (SU.S1-MH-W1:L.205-208)

Berdasarkan hasil wawancara subjek tersebut, subjek memiliki rencana untuk tujuan hidupnya. Hal ini ditandai dengan keyakinan bahwa seseorang merasakan tujuan dan kebermaknaan di dalam hidupnya.

Kebutuhan akan pentingnya memiliki dan mengembangkan potensi sudah disadari oleh subjek ditandai dengan keterbukaan terhadap pengalaman baru serta mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan. Subjek mengakui bahwa saat ini dengan memiliki banyak kegiatan dan menjadi seorang Atlet yang berprestasi merupakan hal yang membanggakan untuk diri sendiri dan memotivasi teman-teman penyandang disabilitas lainnya.

Berangkat dari kisah hidup yang keras, dari menjadi anak buangan, anak harapan orangtua dalam keluarga, proses pendewasaan diri di jalan dengan mengamen kesana kemari untuk menambah kebutuhan hidup sehari-hari, kemudian menjadi sosok *public figure* di depan masyarakat luas untuk semakin bertambah baik setiap harinya. Sehingga mampu menjadi

seseorang yang dapat bermanfaat untuk diri sendiri dan lingkungan seperti anak yang mampu bersaing dan diterima di sekolah inklusif sejak SD-SMK, menjadi mahasiswa aktif di kampus, menjadi atlet berprestasi untuk bangsa dan negara, menjadi pengelola sanggar seni di kediamannya di kota Bekasi, sampai pada menjadi aktifis sosial di sekitarnya yang mampu membangun diri menjadi positif dan produktif.

Subjek mampu mengevaluasi kehidupan masa lalu dan saat ini dengan dengan adanya usaha dalam dirinya. Untuk mencapai kepuasannya dalam tuntutan bidang olahraga, subjek berusaha mengoptimalkan dan merealisasikan potensi dengan keterbatasan yang dimiliki.

2. Faktor Keluarga

a. Ekonomi Keluarga

Latar belakang subjek merupakan difabel dari keluarga sederhana dengan tingkat perekonomian menengah ke bawah. Keluarga subjek terdiri dari Kedua orangtua subjek merupakan seorang pedagang buah di Pasar. Dikarenakan faktor ekonomi tersebut, sedari kecil subjek sudah diajarkan untuk hidup mandiri. Subjek diminta membantu kebutuhan finansial keluarga dengan cara mengamen dengan bermodalkan suara yang cukup dan kecek ditemani salah satu saudaranya.

Pekerjaan yang subjek lakukan adalah mengamen di jalan dengan bermodalkan kecek, suara yang cukup enak didengar telinga dan tekad serta keberanian di tengah pusat perhatian orang banyak. Pekerjaan tersebut

subjek lakukan dengan cara mengesot menaiki kendaraan umum dari satu ke satu bus lainnya setiap harinya. Pekerjaan mengamen di bus ini subjek lakukan sejak masa SD Sampai SMP sekitar selama 9 tahun lamanya. Dari sana terbentuk sikap dengan cara menerima diri sepenuhnya.

“Jadi singkat cerita pendidikan hidup orang tua sedari kecil keras. Dimana saat umur 4 tahun sayau di keluarkan dari rumah. Seperti tidak boleh masuk ketika pulang kemaleman dan diminta tidur di luar. SD saya umur 7 tahun. Sebelum sekolah SD sekitar umur 6 tahun saya sudah di gembleng untuk turun kejalan ngamen untuk menambah finansial keluarga dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari dengan bermodalkan kecek, suara yang cukup enak didengar telinga dan tekad serta keberanian di tengah pusat perhatian orang banyak. Hal itu dilakukan dari SD sampai SMP. (SU.S1-MH-W2:L.23-34)

Selain kegiatan tersebut, subjek juga mencoba untuk bergabung dengan organisasi NPC Indonesia agar kegiatan yang subjek miliki lebih produktif. Sebagian besar Atlet ini mengetahui NPC Indonesia melalui media masa dan dari teman-teman subjek. Adapun hal tersebut dilakukan subjek guna menunjukan pada masyarakat bahwa dengan keterbatasan fisik yang dialami, subjek tetap bisa melakukan aktivitas seperti orang normal lainnya.

b. Pendidikan Pola Asuh Keluarga

Subjek merupakan anak pertama dari keluarga ini. Ia merupakan anak angkat dimana dia ditemukan sewaktu umur 8 bulan di Pasar. Dalam perjalanan hidupnya subjek tumbuh dan berkembang seperti anak diusia.

Namun, saat umur 4 tahun terlihat keganjalan yang diungkapkan dari orangtuanya terhadap pertumbuhan bentuk badan dan fungsi anggota tubuh subjek.

Layaknya kekhawatiran orangtua pada umumnya, dibawalah ke Dokter dan terlihat hasil pemeriksaan bahwa subjek mengalami kelainan. Sejak saat itu subjek dikatakan sebagai anak berkebutuhan khusus. Perasaan orangtua yang masih tidak percaya, marah, bingung dan sedih dengan keadaan yang subjek, mau tidak mau harus di terima dengan ikhlas.

Di usia yang masih muda subjek di belajar paksa oleh orangtuanya dengan penyakit yang dialaminya untuk keluar rumah dengan cara membantu mencari nafkah keluarganya bersama kakaknya. Hal ini dilakukan untuk membantu perekonomian keluarga sekaligus melatih kemandirian dan mental di depan orang banyak.

Peran Keluarga dalam pembentukan karakter menjadi seseorang yang mampu berhubungan dengan baik di lingkungannya. Pola asuh keluarga subjek sejak kecil memang di didik dengan keras. Subjek dengan keadaannya sudah di ajar untuk berani tampil beda di dunia luar. Tahun 2014 subjek sudah turun ke jalan untuk mengamen saat berusia 6 tahun. Hal itu berlanjut di masa sekolah dasar tahun ke tujuh usianya. Saat itu subjek turun kejalan untuk menghasilkan uang demi membantu perekonomian keluarga.

Berkat dorongan keluarga, Ayah angkatnya yang mengatakan bahwa orangtua subjek adalah harapan satu-satunya untuk menjadi seseorang berhasil. Hal ini sebagaimana tersebut dalam wawancara yang berbunyi,

“Kamu harus mempunyai prestasi sebagai bentuk kebanggaan diri.”
ungkap ayah angkatnya. (SU.S1-MH-W1:L.152-154)

Tahun 2016 pernah selama satu bulan subjek tidak keluar rumah dikarenakan perasaannya yang masih berkabung atas meninggalnya ayah dan ibu angkat subjek. Dari sana subjek selalu mengingat perkataan ayah angkatnya agar dirinya menjadi seorang yang sukses di kemudian hari. Berikut kutipan wawancara yang menegaskan,

“Kamu kalo mau keluar ya keluar sekalian, mau maju ya maju sekalian, jangan setengah-setengah kalo jalanin,” ucap subjek saat di wawancara perihal almarhum ayah angkatnya. (SU.S1-MH-W1:L.154-156)

Pendidikan pola asuh keluarga subjek merupakan orangtua yang demokratis, dimana saat itu subjek sudah diajak berdiskusi terkait kondisi kesehatan dan fisik subjek dengan keadaan perekonomian keluarga. dari sana subjek diberikan kebebasan berpendapat dan diberikan pengarahan dari orang tua untuk ikut serta dalam membantu perekonomian keluarga. bimbingan dan perhatian keluarga juga tidak pernah lepas untuk subjek seperti bentuk semangat dan motivasi dari kedua orangtuanya.

Mengingat perkataan ayah angkatnya, akhirnya eman memutuskan untuk beradu nasib didunia jalanan. Saat SMP, setiap pulang sekolah eman dengan kursi rodanya berkeliling kota Bogor untuk mengamen di pinggir jalan.

“saya titipin alat musiknya di warung, baju seragamnya dilepas, ngamen Cuma pake kaos sama celana smp aja” katanya sambil tersenyum.
(SU.S1-MH-W1:L.

Kemudian pola asuh keluarga yang dibarengi cara saling menghormati dan komunikasi dua arah antara anak dan orangtua. Akhirnya terciptalah kesadaran dari dalam diri subjek untuk membantu orang tua dan mempunyai keinginan untuk membanggakan orangtua.

Tujuan hidup terbentuk tentu sedikit banyak dipengaruhi oleh perjalanan hidup yang panjang dan pelik, seperti proses penerimaan diri menjadi pribadi salah satunya berawal dari seorang anak dari keluarga yang mempunyai pola asuh penuh kasih sayang juga diimbangi dengan sikap tegas dan keras orangtua dalam mendidik anaknya.

3. Faktor Lingkungan

a. Lingkungan Keluarga

Sebagai anak dalam keluarga yang memiliki keunikan dalam dirinya sebagai Anak Berkebutuhan Khusus, namun didalamnya perlakuan yang setara telah dilakukan sehingga menumbuhkan pribadi yang baik. Seperti mampu melewati tahap-tahap perkembangan dirinya, terbuka dengan

pengalaman-pengalaman baru, mampu menyadari potensi dari dalam diriya sendiri dan senantiasa melakukan perbaikan diri dalam hidupnya setiap waktu ke waktu.

“Kemudian dari itu saya mengubah keinginan saya untuk membahagiakan keluarga bukan hanya untuk orangtua seperti sebelumnya.” (SU.S1-MH-W4:L.21-24)

Berkat peran keluarga yang mendorong subjek menjadi pribadi yang lebih baik dari setiap hari yang dilewatinya. Hal yang berupa kata-kata dan perilaku yang mengingatkan untuk semangat, kritik, saran dalam menjalani hidup yang sejahtera. Atas segala bentuk *support* yang diberikan tersebut jadilah motivasi yang senantiasa dipegang teguh yakni untuk menjadi orang yang berhasil dan membuat keluarga bangga dan bahagia.

b. Lingkungan Teman Bermain

Hidup berdampingan dengan masyarakat, tentu membuat subjek mendapatkan teman sepermainan, baik dari teman sekitar rumah, teman sekolah, dan teman di jalan selama jadi anak jalanan. Jumpa teman sering kali terlontar ungkapan-ungkapan semangat yang bersifat mendukung apapun yang dilakukan Difabel.

Hubungan komunikasi interpersonal pertama yang dikuasai oleh subjek tentu dari aspek lingkungan keluarga, kemudian disusul dengan komunikasi atau hubungan yang baik bersama teman, tangga dan lingkungan sekitarnya.

Hal tersebut membuat subjek memiliki lingkup teman yang luas sehingga memudahkan dia bersosialisasi dengan lingkungannya.

“Kemudian Maju dengan tekad yang besar dari teman-teman yang pernah di titik terendah. Saya termotivasi perkataan teman saya yang mengingatkan tujuan saya.” (SU.S1-MH-W4:L.61-63)

Teman sepermainan yang selalu memberikan salam, sapa dan *support* penuh dengan memperlakukan subjek sebagai anak ABK dengan baik dan benar tanpa membedakan fisik. Kemudian peran orang-orang tertentu yang diberi kepercayaan sebagai teman. Lingkup teman-teman subjek berasal dari anak-anak sekitar rumah sampai pada anak-anak di jalan dan orang-orang di komunitas atau organisasi yang subjek ikuti.

“Jadi bener-bener temen itu jadi penyemangat, meskipun jauh dan banyak hal yang berbeda mereka selalu *support*. (SU.S1-MH-W4:L.66-68)

c. Lingkungan Sekolah

Subjek masuk dalam sekolah inklusi sedari tingkat pertama hingga akhir. Berbeda dengan sekolah SLB yang biasa digunakan para Difabel menimba ilmu dengan perlakuan khusus, di sekolah inklusif Difabel diperlakukan setara dengan anak normal pada umumnya seperti pada proses pembelajaran dan tingkat kedisiplinan. Hanya saja sedikit dibedakan hak dan kewajibannya sebagai seorang Difabel seperti hak untuk diperlakukan setara sesuai kemampuannya dan kewajiban mengumpulkan tugas sesuai kemampuan atas keterbatasannya.

“Ada juga hal lain yang yang memotivasi untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik sehingga dapat mengantarkan saya sampai pada titik ini yaitu di dorong dari pihak sekolah untuk membantu difabel mempunyai prestasi.” (SU.S1-MH-W4:L.29-33)

Terdapat beberapa perhatian yang diberikan oleh guru-guru di Sekolah Menengah Kejuruan. Perhatian pertama ketika guru dapat merespon perubahan baik dari subjek, meskipun perubahan tersebut merupakan perubahan yang kecil yang kemudian di beri nilai dan di apresiasi. Berikut perkataan guru wali kelas di sekolahnya yang mengatakan,

“kamu sedikit berubah” ucap guru wali kelasnya, yang kemudian di jawab oleh subjek “dalam hal apa bu?”, dan di akhiri dengan “dalam fashion kamu” respon balik guru wali kelas subjek. (SU.S1-MH-W1:L.165-168)

Kemudian perhatian kedua dari guru di sekolahnya yang mengatakan sebuah saran serta kritik untuk meningkatkan performa diri di depan orang lain. Perkataan tersebut seperti berikut;

“kamu harus bisa membedakan konteks pakaian di depan pemerintah dan teman”, kemudian “pakaian kaos dan celana pendek untuk sebuah acara non-formal (teman) dan setelan kemeja dan celana panjang untuk acara formal seperti pemerintah.” Jelas guru di sekolah kepada subjek. (SU.S1-MH-W1:L.168-173)

Perhatian dari kepala sekolah berupa sindiran agar sadar tentang kerapihan di sekolah. Berikut kutipan yang dikatakan oleh kepala sekolah:

“kamu sering ngaji?” tanya kepala sekolah, kemudian lanjut ujar kepala sekolah “coba ganti gaya rambutnya.” Jelas kata kepala sekolah kepada subjek. (SU.S1-MH-W1:L.174-175)

Dari beberapa peran hubungan-hubungan diataslah tumbuh pribadi subjek yang supel dan mudah berbaur dengan lingkungan di sekitarnya.

Mengacu pada sikap subjek tersebut menunjukkan bahwa respon lingkungan terhadap subjek tersebut juga mempengaruhi interaksi subjek terhadap lingkungannya. Hal ini ditandai dengan kemampuan merasakan empati yang kuat, menyayangi manusia, memberikan cinta yang lebih besar, serta mempunyai persahabatan yang dalam. Hal tersebut tidak dapat dipisahkan dari dukungan sosial seperti keluarga, teman sepermainan, orang terpercaya, sampai pada sikap lingkungan masyarakat dalam menerima dan memperlakukan mereka di dunia luar.

Pengaruh dari lingkungan sekolah yang *supportif* ini menciptakan kemandirian subjek bagus, seperti mampu mengambil keputusan sendiri, melaksanakan keputusan secasan secara mandiri, melawan tekanan sosial dengan berpikir dan bersikap benar, berperilaku sesuai standar Difabel, dan mampu mengevaluasi diri dengan standar sendiri sebagai Difabel.

“Di sekolah saya bertemu dengan guru-guru yang memotivasi untuk hidup lebih baik dari sebelumnya. Banyak kritik dan saran yang diberikan untuk menunjang penampilan dari sikap dan kepribadian diri.” (SU.S1-MH-W4:L.33-35)

d. Lingkungan Pekerjaan

Subjek merupakan golongan Difabel yakni seseorang yang mengalami kekurangan dan/atau memiliki kelainan pada bentuk tubuh yang mempengaruhi pada fungsi fisik individu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Istilahnya subjek merupakan anak tuna daksa. Sesuai pengamatan peneliti subjek termasuk dalam kategori tuna daksa ortopedi yang merupakan anak yang mengalami ketunaan, kecacatan, ketidak sempurnaan tertentu pada motorik tubuhnya, terutama pada bagian tulang-tulang, otot tubuh, dan daerah persendian.

“Saya berteman baik dengan semua atlet baik yang ada di NPC Indonesia maupun di luar. Hubungan saya dengan lingkungan rumah saya juga terjaga baik dengan saling berkomunikasi, berbagi informasi, bertukar cerita, bercanda dan saling mendukung satu sama lain.”

(SU.S1-MH-W5:L.34-39)

Ketidakmampuan anggota tubuh anak tuna daksa untuk melaksanakan fungsinya disebabkan oleh berkurangnya kemampuan anggota tubuh untuk melaksanakan fungsinya secara normal, sebagai akibat bawaan, luka penyakit, atau pertumbuhan yang tidak sempurna sehingga untuk kepentingan pembelajaran perlu layanan secara khusus.

Subjek mengatakan bahwa kesadaran bahwa keterbatasan fisik yang dialami bukanlah penghambat untuk menjalani kehidupan, sehingga para difabel dapat berusaha untuk mencoba menerima keterbatasan dirinya,

dengan tidak lagi meratapi kekurangan yang dimiliki. Difabel harus merasa bahwa apa yang telah terjadi dalam kehidupan merupakan rencana yang sudah Tuhan tentukan, agar subjek dapat menjalani kehidupan lebih baik lagi dan lebih bersyukur dengan apa yang sudah dimiliki saat ini. Subjek juga mengungkapkan, bila terus meratapi di masa lalu secara negatif akan membuat subjek sulit untuk meraih tujuan yang diinginkan di masa depan.

e. Lingkungan Masyarakat

Dalam kegiatan sehari-harinya, kini selain sebagai seorang atlet internasional *NPC Indonesia* yang menekuni di cabang olahraga Menembak, subjek juga merupakan Mahasiswa Aktif yang sekarang sudah termasuk jalan semester 6 di Institut Bisnis Informatika Kesatuan Bogor dengan jurusan Manajemen Perkantoran sejak tahun 2020 lalu . Kemudian subjek juga merupakan Pengurus di Koordinator dan kerjasama para penyandang disabilitas antar kota Bogor. Terakhir subjek juga merupakan pemilik dari Sanggar Seni yang meliputi 1) seni musik tradisional Jawa Barat meliputi alat music, mengingat subjek pernah menjadi guru les musik Marawis (Rebana), 2) seni teater dimana ia pernah memiliki pengalaman bermain peran dalam Film bersama Vicky Rasta, 3) Seni *Videography* bersama salah komunitas video di kota Bogor.

“Selain itu saya juga ada teman asal Solo juga yang sekarang di Bekasi menekuni bidang teater, kami sering berkomunikasi dan sesekali mengabarkan kalau subjek juga ikut serta dalam kegiatan teater disana.

(SU.S2.WM.W1: L.76-80)

Dalam hal ini subjek memiliki kemampuan untuk menguasai lingkungan (*Environmental mastery*) terlihat dari subjek memiliki kemampuan menguasai aksesibilitas dan mobilitas di lingkungan seperti untuk memilih atau menciptakan lingkungan sesuai dengan kondisi psikis dan fisiknya.

Lapisan masyarakat tentu sangat bermacam-macam. Beberapa lapisan masyarakat yang ikut mendorong pertumbuhan diri subjek antara lain lapisan keamanan, seni musik dan seni videografi. Adapun seperti subjek yang mampu berkompetensi mengatur lingkungan, mampu menyusun control yang kompleks terhadap aktivitas eksternalnya, mampu menggunakan kesempatan dalam lingkungan secara efektif dan mampu memilih dan menciptakan konteks sesuai kebutuhan dan nilai sebagai Difabel.

”Kemudian saya juga ikut aktif dalam organisasi-organisasi anak muda dan kedaerahan.” (SU.S1-MH-W5:L.39-42)

Berikut riwayat organisasi dan status subjek di masyarakat:

No.	Tahun	Status	Organisasi
1.	2016 - Sekarang	Presiden	Disabilitas Kota Bogor
2.	2016 – Sekarang	Sekretaris Pertama	Perkumpulan Penyandang Disabilitas Indonesia DPC Kota Bogor

3.	2019 - Sekarang	Pengawas	Yayasan Penyandang Disabilitas Kota Bogor
4.	2017 – 2019	Anggota	Atlet Renang Di NPC Kabupaten Bogor
5.	2020 - Sekarang	Anggota	Atlet Menembak NPC Kabupaten Bekasi.
6.	2020 – Sekarang	Anggota	Atlet Menembak NPC Provinsi Jawa Barat
7.	2020 – Sekarang	Anggota	Kader Bawaslu SKPP Jawa Barat
8.	2021 – Sekarang	Anggota	Atlet Menembak NPC Nasional
9.	2016 – Sekarang	Anggota	Beberapa Relawan Di Kota Bogor
10.	2016 – Sekarang	Anggota	Beberapa Perpolisian Masyarakat Kota Bogor
11.	2020 – Sekarang	Anggota	Club XTC Motor
12.	2019 – sekarang	Anggota	Jaka Sunda Band Music Alat Tradisional Bambu
13.	2014 – Sekarang	Anggota	Ormas Pemuda Pancasila

Table 4.4. Daftar Riwayat Organisasi Subjek

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat atlet difabel yang mengalami *psychological well-being* rendah karena faktor kepercayaan diri yang rendah, pertumbuhan pribadi yang kurang, tujuan hidup yang masih goyah dan penguasaan lingkungan yang kurang baik. Sedangkan terdapat Atlet difabel yang memiliki tingkat kemandirian yang tinggi terhadap diri sendiri, seperti: kegiatan pribadi dan bersosial.

Atlet difabel yang memiliki hubungan yang baik dengan Atlet lain, seperti: berbagi cerita, pengalaman, menyelesaikan masalah dan memberi dukungan. Atlet difabel yang memiliki mental percaya diri dan mandiri dalam setiap pelatihan dan pertandingan. Atlet difabel memiliki sikap mau mengevaluasi diri ketika gagal dalam seleksi perlombaan. Atlet difabel memiliki sikap konsisten dan mau belajar dengan pelatihan yang diadakan oleh panitia dan pelatih. Serta terdapat Atlet difabel yang memiliki cita-cita yang tinggi setinggi atlet menjunjung harga diri di depan masyarakat luas meskipun dengan kondisi fisik yang kurang mumpuni.

Hal tersebut memperlihatkan bahwa tidak semua Atlet difabel memiliki *psychological well-being* yang tinggi, namun juga terdapat atlet difabel yang memiliki *psychological well-being* yang rendah. Hasil dari *psychological well-being* atlet difabel dapat mempengaruhi mereka untuk menjadi atlet difabel yang mampu meraih kejuaraan di ajang pertandingan olahraga yang di adakan oleh pihak NPC Indonesia yang kemudian dapat diakui menjadi atlet difabel yang berprestasi.

Ryff (1995) menyebutkan terdapat empat faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* individu seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan status sosial ekonomi. Namun tampak tidak keseluruhan dapat berpengaruh signifikan terhadap *psychological well-being* Atlet difabel. Sebagai contoh subjek masih berada di umur remaja akhir, tetapi sudah matang dan dapat membulatkan tekad untuk menjadi atlet cabang olahraga menembak yang mampu meraih kejuaraan di PEPARNAS XVI di Papua tahun 2021.

Kemudian *Psychological well-being* juga sangat dipengaruhi oleh peristiwa dan riwayat kehidupan, sehingga intervensi dini dalam kehidupan remaja akan memberikan kontribusi yang berarti. *Psychological well-being* yang tinggi akan meningkatkan fungsi kekebalan tubuh yang sangat bermanfaat bagi kesehatan (Ryff dan Singer dalam Ryanndan Deci, 2001). *Psychological well-being* juga melibatkan perasaan senang tetapi lebih menekankan pada kebermaknaan dan pertumbuhan serta bersifat lebih humanis (Bauer, McAdams & Pals, 2008).

Hal lain yang justru menjadi salah satu catatan penting adalah subjek mampu mengembangkan dimensi *relationship with others*, yakni memiliki hubungan yang baik dengan orang lain di lingkungan kesehariannya maupun di luar lingkungan kesehariannya dengan sangat baik pula. Contohnya saat subjek bertemu dengan orang baru yang jauh berbeda status dan lingkungan bermain yang sefrekuensi kemudian mampu membaur dan saling bertukar cerita-pengalaman serta memberikan kritik dan saran kepada orang lain dengan cara yang baik dan benar.

Walaupun penelitian ini tidak terlalu fokus melihat hubungan antara variable penelitian dengan factor pendukung variable penelitian. Namun sangat terlihat factor sosial seperti: keluarga dan teman dekat sangat berpengaruh terhadap tingkat *psychological well-being* seseorang. Dimana dengan adanya dorongan keluarga dan teman dekat, Atlet difabel berkembang menjadi pribadi yang lebih dewasa dan memiliki tujuan hidup yang semakin kuat.

Fenomena diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Guerette dan Smedema (2011) mengenai hubungan antara presepsi dukungan sosial terhadap kualitas hidup orang dewasa yang mengalami gangguan penglihatan. Dalam penelitian tersebut sejalan dengan penelitian ini yang menyebutkan bahwa orang yang merasa bahwa lingkungan disekitarnya mampu memberikan dukungan positif terhadap dirinya yang kemudian cenderung mempunyai kualitas hidup yang lebih baik.

Tahun 1989 Carol D. Ryff *Psychological well-being* adalah bagaimana individu mengevaluasi dirinya sendiri dan kualitas mengenai kehidupannya yang tidak hanya sebatas pencapaian kepuasan, namun juga adanya usaha atau dorongan untuk menyempurnakan dan merealisasikan potensi diri yang sesungguhnya. Dorongan ini akan menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat *psychological well-being* anak berkebutuhan khusus meningkat.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2002) Pertandingan atau kompetisi merupakan muara dari pembinaan prestasi, kompetisi dapat digunakan sebagai sarana mengevaluasi hasil latihan serta meningkatkan kematangan bertanding bagi olahragawan. Seorang atlet dapat berprestasi salah satunya dengan mempunyai pengalaman bertanding yang banyak.

Semakin banyak kesempatan bagi atlet untuk mengikuti pertandingan akan dapat meningkatkan mental dan kematangan bertanding. Kemudian disusul dengan kemampuan strategi permainan yang baik. Strategi menurut kamus ilmiah populer merupakan ilmu siasat untuk mencapai sesuatu, sedangkan secara umum strategi merupakan proses penentuan rencana (Atmaja, 2018: 52). Dengan adanya strategi yang baik, maka kesempatan untuk menjadikan diri lebih unggul dengan Atlet yang lain lebih terbuka lebar.

Kemudian di buku selanjutnya tahun 2013 Carol D. Ryff juga menambahkan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah suatu keadaan dimana seseorang yang mampu menahan diri dari adanya tekanan sosial dan bertindak dengan cara tertentu. Selain itu, adanya kemampuan untuk mengontrol aktivitas eksternal, memiliki rasa untuk terus berkembang terhadap potensi yang dimiliki, mampu untuk membangun hubungan yang hangat, saling percaya dengan orang lain, memiliki tujuan hidup yang lebih terarah serta mampu untuk mengakui dan menerima aspek diri baik kelebihan maupun kekurangan.

Sementara itu, tingginya dimensi *autonomy* (kemandirian) dan *purpose in life* (tujuan hidup) pada *psychological well-being* yang rendah pada Atlet difabel disebabkan oleh kebutuhan pokok sebagai pribadi yang bermakna makhluk sosial dan makhluk independen. Artinya seseorang sejak kecil akan terlatih untuk menjadi seseorang yang mampu berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya sehingga Atlet difabel akan terlatih untuk memiliki kemandirian yang bagus. Contohnya individu yang mampu mengatur kegiatan yang sibuk berdasarkan hal terpenting terlebih dahulu untuk dilakukan tanpa merugikan orang lain disekitarnya.

Selanjutnya contoh individu yang dituntut memiliki tujuan hidup yang kuat dalam menghadapi masyarakat yang independen. Maknanya individu yang memiliki tujuan hidup yang jelas akan tidak kalah bersaing di dunia yang individualis dan selalu menjadi nomor satu layaknya seperti tercapainya cita-cita (tujuan hidup).

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa *psychological well-being* Atlet difabel berprestasi disini mengungkap difabel juga tetap memiliki *well-being* (kesejahteraan) meskipun mereka memiliki keterbatasan fisik tidak seperti orang-orang pada umumnya.

Enam dimensi *psychological well-being* atlet Difabel Berprestasi yang diadaptasi dari Teori Carol D. Ryff meliputi 1) *Self acceptance* ditandai dengan sikap positif terhadap diri sendiri, mengetahui dan menerima segala aspek dari diri

seperti kelebihan dan kekurangan diri, serta merasa positif terhadap masa lalu, 2) *Positive relation with others* ditandai dengan kemampuan merasakan empati yang kuat, menyayangi manusia, memberikan cinta yang lebih besar, serta mempunyai persahabatan yang dalam, 3) *Autonomy* menekankan pada kemampuan seseorang untuk terdorong melakukan sesuatu karena dorongan dalam dirinya (*locus internal*) serta menetapkan tujuan berdasarkan standar pribadi, 4) *Environmental mastery* merupakan kemampuan seseorang untuk memilih atau menciptakan lingkungan sesuai dengan kondisi psikis dan fisiknya, 5) *Purpose in life* ditandai dengan keyakinan bahwa seseorang merasakan tujuan dan kebermaknaan di dalam hidupnya, dan 6) *Personal growth* ditandai dengan keterbukaan terhadap pengalaman baru serta mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan.

Antara lain hubungan faktor-faktor dan dimensi-dimensi *psychological well-being* pada Atlet difabel berprestasi ini akhirnya menciptakan teori-teori baru. *Pertama*, adanya Relisiensi pada kehidupan difabel. Dimana awalnya kehidupan difabel mendapatkan pandangan negatif dari masyarakat akhirnya menciptakan rasa berani dan mencoba bangkit kemudian mampu membuat difabel sebagai individu sadar akan pentingnya penerimaan diri secara utuh sebagai personal yang lebih baik yang musti disertai dengan kemampuan individu berkomunikasi dengan baik dan mampu membaur dengan masyarakat.

Kedua, kemudian muncul adanya *Hardines* terhadap diri difabel bahwa sebagai individu yang tidak sempurna namun ingin mendapatkan perlakuan dan penilaian

yang setara dengan orang pada umumnya membuat difabel semakin bekerja keras dalam membenahi kehidupannya seperti pada orang umumnya yang memiliki kemandirian. untuk meraih cita-cita setinggi-tingginya.

Ketiga, terakhir yakni terdapat penemuan diri sebagai karakter yang sejahtera lahir dan batin terkait *meaning of life* seorang individu yang bertujuan untuk membanggakan untuk diri sendiri, menjadikan diri sebagai motivasi dari para difabel yang masih terkungkung dalam kehidupan yang negatif menurut masyarakat dan menjadikan diri sebagai inspirasi orang-orang agar lebih mampu berusaha lebih giat lagi dan senantiasa mengevaluasi diri untuk menjadi pribadi yang berprestasi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian diketahui bahwa *psychological well-being* pada atlet difabel berprestasi disini mengungkap bahwa Difabel juga tetap memiliki *well-being* (kesejahteraan) meskipun mereka memiliki keterbatasan fisik tidak seperti orang-orang pada umumnya. Diketahui bahwa *psychological well-being* merupakan suatu hal yang harus dimiliki oleh setiap individu agar dapat melangsungkan kehidupan dengan menggunakan aspek kognitif dalam pencapaian penuh dari potensi dan terus tumbuh secara personal dengan baik.

Adapun faktor-faktor yang mendukung *psychological well-being* pada atlet difabel yang berprestasi meliputi faktor diri sendiri, faktor keluarga, faktor lingkungan. Hubungan dari faktor-faktor tersebut memicu timbulnya Resiliensi kehidupan terhadap pandangan negatif masyarakat, dan adanya sikap *hardiness* pada difabel dalam membentuk citra diri menjadi lebih baik di masyarakat.

B. Saran

Berdasarkan yang telah dijelaskan oleh peneliti di atas, maka tentu masih banyak kekurangan dari penelitian ini, maka dari itu atas kesadaran penulis meminta masukan dan saran antara lain :

1. *National Paralympic Committee of Indonesia*

Bagi *National Paralympic Committee of Indonesia* dapat dijadikan salah satu dasar acuan organisasi khususnya cabang olahraga menembak dalam meningkatkan program *psychological well-being* yang bermanfaat bagi para Atlet.

2. Atlet Difabel

Bagi Atlet difabel diharapkan tidak menutup diri dari media publikasi yang akan mengekspos cerita dan pengalaman hidup sebagai atlet berprestasi sehingga dapat menularkan motivasi untuk atlet-atlet di luar yang sedang pada proses meraih prestasi yang lebih baik lagi.

3. Peneliti Lain

Bagi peneliti ketika akan melakukan penelitian terkait Atlet difabel Berprestasi di *National Paralympic Committee of Indonesia*, subjek dapat menjadi gambaran data keadaan *psychological well-being* yang kemudian dapat diperbandingkan secara akurat dengan penelitian selanjutnya yang sebanding. Kemudian organisasi ini sesuai untuk peneliti gambarkan berdasarkan cerita dan pengalaman hidup yang unik dan menarik disertai banyaknya potensi dan prestasi yang dijuarakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito, L. S. (2017). *Mental Juara: Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Anita Suci Nurhadiyati, Endang Supraptiningsih (2016). *Studi Deskriptif Psychological Well Being pada Atlet Tunanetra Low Vision Bidang Atletik di NPCI kota Bandung*. Skripsi, Universitas Islam Bandung, Bandung.
- Atmaja, Jati Rinarki. (2018). *Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus*. Surakarta: PT Remaja Rosdakarya.
- Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2008). Narrative identity and eudaimonic well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 81-104.
- BPS. (2017, Agust 3). BPS dukung hak penyandang disabilitas. Diunduh dari <https://www.bps.go.id/index.php/kegiatanLain /91>.
- Buku Modul. *National Paralympic Committee of Indonesia : Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga*.
- Conger, R. D., Wallace, L. E., Sun, Y., Simon, R. L., McLoyd, V. C., Brody, G.H. (2002). Economic Pressure In African American Families: A Replication And Extension Of The Family Strexx Model. *Journal Of Development Psychology*, 38, 179-193.
- Diah, Ayu, Anis. (2016). *Keterbatasan Tidak Menghalangi Mereka Anak Berkebutuhan Khusus Untuk Berprestasi*.<http://www.kompasiana.com>,2014, diakses pada 16 Mei 2019 pukul 19:42 WIB.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

- Fatimah, Fafaid Nurul dan Setiawati, Denok. 2013. Penerapan Teknik Self Instruction untuk Mengurangi Perilaku *OfTask* Siswa Kelas X Di SMK Negeri 12 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, Vol.4, No.1, 259 – 265.
- Fitri Ningsih dan Suryane Sulistiana Susanti. (2019) Psychological well-being pada penyandang disabilitas fisik. *Jurnal ilmu Medis JIM FKEP* Vol. IV No. 1. 87-94.
- Guerette, A. R. & Smedema, S. M. (2011). The relationship of perceived social support with well-being in adults with visual impairment. *Journal Of Visual Impairment And Blindness*, 239-425.
- Gunadi, Tri. (2011). *Mereka Pun Bisa Sukses*. Jakarta: Penebar Plus.
- Hadi, Sutrisno. (2000). *Metodologi Research* (Yogyakarta: Andi Yogyakarta).
- Hadjam, M. N., Dan Nasiruddin, A. (2003). Peranan kesulitan ekonomi, kepuasan kerja, dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis. *Jurnal psikologi*, 2. 72-80.
- Husada, Bakti. (2014). *Bulletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan: Situasi Penyandang Disabilitas*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Irwanto., Kasim, Eva Rahmi., Fransiska, Asmin., Lusli, Mimi., dan Siradj, Okta. (November 2010). *Analisis Situasi Penyandang Disabilitas Di Indonesia: Sebuah Desk-Review*. Australian Government: AusAID. Pusat Kajian Disabilitas Fakultas Ilmu-Ilmu Sosial dan Politik Universitas Indonesia. Jakarta.
- JCGM 200:208 International Vocabulary-Basic and General Concepts and Associated Terms (VIM).

- Jibeen, T. & Khalid, T. (2010). Predictors of psychological well-being of Pakistani immigrants in Toronto, Canada. *International Journal of Intercultural Relation*, 34, 452-454.
- John Robert Taylor (1999). *An introduction to Error Analysis: The Study of Uncertainties In Physical Measurements*. University Science Books. Hlm. 128-129. ISBN 0-935702-75-X.
- Kanwal, H. & Mustafa, N. (2016). Psychological Wel-Being And Quality Of Life Among Physically Disabled And Normal Employees. *Original Article*, 66(5), 710-714.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI: Penyandang Disabilitas pada Anak*.
- Keyes, C. L. M., & Waterman, M. B. (2008). *Dimension of Well-Being and. Mental Health in Adulthood*. New York: Guildford.
- Keyes, C., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two tradition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Lopez, & Snyder, C.R. (2003). *Positive Psychological Assessment a Handbook of Models & measures*. Washington.
- Komarudin. (2016). *Psikologi Olahraga: Latihan Keterampilan Mental Dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Komarudin. (2019). Psychological well-being pada anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusif. *Psychosophia: journal of Psychology, Religion, and Humanity*. ejurnal.lp2msasbabel.ac.id/index.php/psc vol. 1, no. 1 (2019).
- Kuswarno, E. (2009). *Fenomenologi*. Widya Padjadjaran.

- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus: Jilid Kesatu*. Jakarta: LP3PS UI
- Moelong, L. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. PT. Rosdakarya Offset.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (ke-36). PT. Remaja Rosdakarya.
- Nur Fajri Syarifuddin & Adyataman Prabowo. (2015). *Psychological well-being pada remaja Madrasah Tsanawiyah*. Proceeding Seminar Nasional “Selamatkan Generasi Bangsa Dengan Membentuk Karakter Berbasis Kearifan Local”. ISBN : 978-602-71716-2-6.
- Pratiwi, A., Lintang Sari, A. P., Rizky, U. F. dan Gustomy, R. (2016). *Akseibilitas Layanan*.
- Restika Oktavia Nugraheni. (2021). Kesejahteraan psikologi anak di kabupaten Blora yang ditinggal ibunya sebagai Tenaga Kerja Indonesia. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling UNDIKSHA*. Jilid 12 No. 3.
- Reynolds, M.C., Palmer, S. B., & Gotto, G. S. (2018). Reconceptualizing natural supports for people with disabilities and their families. *International Review Of Research in Developmental Disabilities*, 54, 177-209.
- Rotarou, E. S., & Sakellariou, D. (2018). Depressive symptoms in people with disabilities; secondary analysis of cross-sectional data from the United Kingdom and Greece. *Disability and Health Journal*, 11(3), 367-373.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Reviews Psychology*, pp. 141-166.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal Of Personality and Social Psychology*, Vol57. Hal 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Direction in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being resivited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 719-727.
- Ryff, C.D., & Singer, B.H. (2008). Know Theyself And Become What You Are: An Eudaimonic Approach To Psychological Well-Being. *Journal Of Happiness Studies* 9, 13-39.
- Saebani, B. A. (2008). *Metodologi Penelitian* . Surakarta : Pustaka Setia.
- Sayyidah, Ani Nur. 2015. Dinamika Penyesuaian Diri Penyandang Disabilitas Di Tempat Magang Kerja (Studi Deskriptif di Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas (BRTPD) Yogyakarta). *Inklusi*, Vol.2, No.1, 63-86.
- Senra, H., Oliveira, R. A., Leaf, I., & Viera, C. (2011). Beyond the body image: A qualitative study on how adults experience lower limb amputation. *Clinical Rehabilitation*, 180-191.
- Shaleh, A. (2000). *Federasi Olahraga Karate Indonesia*. Jakarta: PT Nuansa Lestari Citratama.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Sosial-Agama*. Remaja Rosida Karya.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Surakarta: Alfabeta.

- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Surakarta: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (Ed); Kesatu). Alfabeta.
- Sukadiyanto, (2002). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Yogyakarta.
- Tasema, J. K. (2018). Psychological well-being dan kepuasan kerja pada karyawan di kantor X. *Jurnal Maneksi*, 39-46.
- Thomas, P. R. & Fogarty, G. J. (1997). *Psikological skill training in golf: the role of individual differences in cognitive preferences*. *The Sport Psychologist*, 11 (1), 1997: 86-106.
- Vikta, Sonanda. (2016). *Pengembangan Peralatan Pembelajaran Atletik (lempar lembing) Pada Siswa SMP Kelas VIII di Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung*. Skripsi.
- Watt, J. H., & sjeff A. V. Den B. (1995). *Research Methods for Communication Science*. Allyn dan Bacon.
- Wood, A. M., & Joseph, S. (2010). The absence of positive psychological (eudemonic) well-being as a risk factor for depression : a ten year cohort study. *Journal Of Affective Disorders*, 122, 213-217.
- Yemima Patricia Tumanggor., Rolando Aritonang., Annisa Sera Nabila., et. al. (2020). Psychological well-being ditinjau dari mindfulness pada Atlet remaja ABK di NPC Provinsi Sumut. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (j-p3k) 2020*, vol. 2 (no. 2) :102-106. P-ISSN : 2721-5393, e-ISSN: 2721-538.

LAMPIRAN

Lampiran 6.1. Pedoman Wawancara Subjek Penelitian

PEDOMAN WAWANCARA

SUBJEK PENELITIAN

No.	Tema	Aspek/Indikator	Bentuk pertanyaan
1.	Pembukaan	Perkenalan Tujuan Harapan Izin	Kondisional
2.	Isi	Subjek sebagai Difabel	
		a. Makna difabel b. Latar belakang sebagai difabel c. Penyebab difabel d. Hambatan aktivitas difabel	a. Bagaimana pendapat anda tentang Difabel b. Bagaimana latar belakang hidup anda? c. Apa penyebab anda menjadi penyandang difabel? d. Adakah hambatan anda dalam melakukan aktivitas sebagai difabel?
3.		Subjek sebagai Atlet di NPC Indonesia	
		a. Status dan kedudukan atlet b. Makna atlet c. Latar belakang atlet d. Sejarah menjadi atlet e. Identitas NPC Indonesia f. Lokasi NPC di Indonesia g. jumlah Atlet difabel cabang menembak	a. Apa status dan kedudukan anda sebagai atlet? b. Bagaimana pendapat anda tentang atlet? c. Sejak kapan anda tahu bahwa anda memiliki bakat dan minat di dunia olahraga ini? d. Bagaimana latar belakang anda sebagai atlet menembak di NPCI Indonesia? e. Apa yang anda ketahui tentang NPC Indonesia ? f. Dimana lokasi NPC Indonesia? g. Ada berapakah jumlah Atlet difabel cabang olahraga menembak sekarang?

4.		Subjek sebagai Atlet berprestasi	
5.		Keadaan psychological well-being subjek sebagai Atlet difabel berprestasi	
		<ul style="list-style-type: none"> a. Faktor pendukung b. Latar belakang menjadi atlet berprestasi c. Proses menjadi atlet berprestasi d. Materi e. Bentuk kegiatan f. Jenis kegiatan g. Tujuan kegiatan h. Jadwal kegiatan i. Lokasi kegiatan j. Siapa peran pendamping kegiatan k. Tugas peran pendamping kegiatan l. Strategi m. Prestasi n. Pesan dan kesan 	<ul style="list-style-type: none"> a. Apa alasan anda menjadi atlet? b. Siapa yang berperan penting dalam perjalanan anda menjadi atlet? c. Bagaimana sejarah anda menjadi atlet berprestasi seperti sekarang? d. Bagaimana proses anda menjadi atlet seperti sekarang? e. Materi apakah yang anda dapatkan menjadi Atlet? f. Bagaimana bentuk kegiatan Atlet? g. Apakah jenis kegiatan Atlet? h. Apakah tujuan kegiatan Atlet? i. Kapan kegiatan Atlet dilakukan? j. Dimana lokasi kegiatan atlet dilakukan? k. Siapa peran pendamping kegiatan Atlet? l. Apakah tugas peran pendamping kegiatan Atlet? m. Apakah strategi anda menjadi atlet berprestasi? n. Prestasi apa saja yang pernah anda dapatkan? o. Apa prestasi tertinggi anda selama menjadi atlet? p. Adakah pesan dan kesan anda menjadi atlet?
		<ul style="list-style-type: none"> a. Penerimaan diri b. Hubungan dengan keluarga dan orang lain c. Makna hidup d. Cita-cita e. Rencana masa depan 	<ul style="list-style-type: none"> a. Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan difabel dan atlet difabel? b. Bagaimana hubungan anda dengan keluarga dan orang lain? c. Apakah arti kehidupan ini untuk anda sebagai atlet difabel berprestasi? d. Apakah cita-cita anda sebagai atlet difabel berprestasi?

		<ul style="list-style-type: none"> f. Harapan g. Hambatan aktivitas sebagai atlet difabel berprestasi 	<ul style="list-style-type: none"> e. Apa rencana kedepan kehidupan anda sebagai atlet difabel berprestasi? f. Apa harapan anda terhadap kehidupan di masyarakat sebagai atlet difabel berprestasi? g. Adakah hambatan anda dalam melakukan aktivitas sebagai atlet difabel berprestasi?
6.	Penutup	Ucapan terimakasih <hr/> Harapan <hr/> Salam penutup	Kondisional

Lampiran 6.2. Pedoman Wawancara Informan Penelitian

**PEDOMAN WAWANCARA
INFORMAN PENELITIAN**

No.	Tema	Aspek	Bentuk pertanyaan
1.	Pembukaan	Perkenalan	Kondisional
		Tujuan	
		Harapan	
		Izin	
2.	Isi	Subjek dan Difabel	Bagaimana bentuk pandangan anda berkaitan dengan prespektif difabel di masyarakat bahwa mereka merupakan kaum yang lemah, tidak produktif dan tidak memiliki masa depan setelah anda mengenal subjek yang juga merupakan difabel?
3.		Penerimaan diri Subjek sebagai Difabel	Bagaimana sikap subjek saat mengetahui terdapat kelainan fisik dalam dirinya?
		Sifat Subjek sebagai Difabel	Bagaimana bentuk rasa salut anda akan usaha yang subjek lakukan?
4.		Sikap Subjek sebagai Atlet Difabel	Bagaimana cara subjek menyikapi keadaan dirinya sebagai Difabel?
5.		Hubungan dengan orang lain dan lingkungan	Bagaimana kemampuan komunikasi subjek dengan orang lain dan lingkungannya?
6.		Dukungan sosial	Bagaimana bentuk dukungan yang anda berikan kepada subjek dalam menjalani proses meraih prestasi di bidang olahraga menembak?
7.		Ketangguhan Subjek sebagai Difabel	Bagaimana kekuatan subjek saat menghadapi kesulitan atau hambatan yang muncul saat melakukan aktivitas sehari-hari sebagai seorang atlet difabel berprestasi?
8.	Penutup	Ucapan terimakasih	Kondisional
		Harapan	
		Salam penutup	

Lampiran 6.3. Pedoman Observasi

PEDOMAN OBSERVASI

Tanggal :

Lokasi :

Subjek :

No.	Indikator Observasi	Aspek-Aspek	Keterangan
1.	Subjek sebagai	<ul style="list-style-type: none"> a. Karakteristik b. Pemahaman terhadap diri sendiri c. Minat dan Bakat 	
2.	Subjek sebagai Atlet	<ul style="list-style-type: none"> a. Wawasan mengenai atlet b. Keterampilan personal c. Strategi d. Motivasi 	
3.	Subjek termasuk Atlet difabel berprestasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Komitmen b. Optimisme c. Peran keluarga dalam pencapaian prestasi d. Peran orang lain dalam pencapaian prestasi 	
4.	Bentuk <i>psychological well-being</i> subjek sebagai Atlet difabel berprestasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Penerimaan diri b. Hubungan dengan orang lain c. Manajemen diri d. Hubungan dengan lingkungan sekitar e. Tujuan dan makna hidup f. Pertumbuhan dan perkembangan pribadi 	

Lampiran 6.4. Ceklist Dokumentasi

CEKLIST DOKUMENTASI

1. Deskripsi Lokasi Penelitian
2. Daftar Riwayat Hidup Subjek
3. Dokumen Intern Subjek (riwayat wawancara dan hasil perolehan skor/nilai saat pelatihan)
4. Dokumentasi Peneliti

Lampiran 6.5. Surat Pernyataan Subjek Penelitian

Lampiran. Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Subjek Penelitian
Pernyataan Kesediaan Menjadi Subjek Penelitian
(Informed Consent)

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

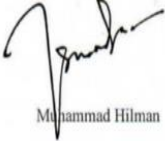
Nama : Muhammad Hilman
Status : Atlet Cabang Olahraga Menembak di NPC Indonesia
Alamat: Jalan Sukamulya RT 02/05, Kelurahan Sukasari Kecamatan Bogor Timur, Kota Bogor.

Setelah mendapatkan penjelasan tentang maksud dan tujuan penelitian serta memahami penelitian yang dilakukan dengan judul “Studi Kasus *Psychological Well-Being* Atlet Anak Berkebutuhan Khusus Berprestasi Cabang Olahraga Menembak Di *National Paralympic Committee Of Indonesia*” yang dibuat oleh:

Nama : Fatimah
NIM : 15.12.2.1.215

Dengan ini menyatakan kesediaan untuk berperan serta menjadi subjek penelitian dan bersedia melakukan pemeriksaan sesuai dengan data yang diperlukan. Demikian pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 26 Februari 2022


Muhammad Hilman

Lampiran 6.6. Transkrip Wawancara Subjek Penelitian

TRANSKIP WAWANCARA SUBJEK PENELITIAN

Nama : Muhammad Hilman
 Status : Atlet Menembak *NPC Indonesia*
 Lokasi : Wisma Budaya Gilingan Wibugi
 (Wisata Budaya Garuda Indonesia)
 Hari/Tanggal : Sabtu, 26 Februari 2022

Keterangan dan Baris		Wawancara	Tema / Aspek Penelitian
Tema : Identitas Subjek Kode : SU.S1.MH.W1 Waktu : 10:00-10.05			
1	P S	<i>Assalamu 'alaikum wr. Wb.</i> <i>Wa 'alaikumussalam wrb. Wb.</i>	Pembukaan
5	P	Saya Fatimah, Mahasiswa UIN Raden mas said Surakarta yang hendak melakukan penelitian dengan tema " <i>psychological well-being</i> pada Atlet Berprestasi". Pertama-tama bolehkah saya mengetahui nama mas sebelumnya?	Perkenalan
10	S P S	Nama saya Muhammad Hilman. Biasa di panggil Eman dua lima. Dimana alamat dan berapa usia anda sekarang? Saya dari Bogor, usia 22 tahun.	
15	P	Adapun selanjutnya, hasil wawancara ini akan dipergunakan untuk melengkapi data penelitian saya.	Tujuan Penelitian
		Semoga wawancara kali ini dapat berjalan dengan lancar tanpa suatu halangan apapun.	Harapan Wawancara
	P S	Maka dari itu izinkan saya memulai wawancara kali ini. Ya Boleh, selama saya dapat membantu. silahkan di mulai kak.	Izin

Tema : Subjek sebagai Difabel Kode : SU.S1.MH.W2 Waktu : 10:05-10.15			
1	P	Bagaimana pendapat anda tentang masyarakat yang masih sering keliru istilah dfabel dan disabilitas?	Makna difabel
5	S	Jadi menurut saya disini difabel merupakan sebagian dari makna disabilitas. Nah disabilitas merupakan keseluruhan orang-orang yang memiliki kekurangan fisik dan memiliki keterbatasan dalam melakukan aktivitasnya tanpa terkecuali dari disabilitas tuna grahita, tuna netra, tuna rungu, tuna wicara dan tuna laras (sosial). Jadi dalam kehidupan sehari-harinya hanya tergantung konteks penyebutannya secara umum disebut disabilitas dan secara khusus disebut difabel. Kemudian pandangan difabel itu sebenarnya juga masing-masing, dimana difabel merupakan orang-orang yang mau beraktivitas seperti bekerja, bergerak di masyarakat dan berkegiatan di luar rumah. Namun juga ada disabilitas atau difabel yang masih dipengaruhi oleh pandangan-pandangan negatif dari masyarakat karena berdiam diri dan tidak produktif.	
10			
15			
15	P	Bagaimana latar belakang hidup anda?	Latar belakang sebagai difabel
20	S	Saya tahu keadaan saya pertama dari orang tua. Setelah orang tua tau bahwa saya mengalami kelainan respon orang tua saya merasa masih tidak percaya, marah, bingung dan sedih, namun keadaan tersebut mau tidak mau harus di terima dengan ikhlas dan terus melanjutkan peran mereka sebagai orang tua dengan memberikan pelajaran hidup sesungguhnya.	
25		Jadi singkat cerita pendidikan hidup orang tua sedari kecil keras. Dimana saat umur 4 tahun sayau di keluarkan dari rumah. Seperti tidak boleh masuk ketika pulang kemaleman dan diminta tidur di luar. SD saya umur 7 tahun. Sebelum sekolah SD sekitar umur 6 tahun saya sudah di gembleng untuk turun kejalan ngamen untuk menambah finansial keluarga dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari dengan bermodalkan kecrek, suara yang cukup enak didengar telinga dan tekad serta keberanian di tengah pusat perhatian orang banyak. Hal itu dilakukan dari SD sampai SMP.	
30			

35		Pengalaman ngamen pertama masih ditemani oleh kakak sampai pada titik berani ngamen sendiri. Perbedaanya hanya saat SD itu belum punya kursi roda jadi dilakukan dengan mengesot menaiki kendaraan dari satu angkot ke angkot lain setiap	
40		harinya sedangkan di SMP saya sudah memiliki kursi roda.	
45		Tahun 2016, SMK saya mulai di undang tampil di salah satu stasiun tv karena keunikan dan bakat musik saya yang terbilang langka. Saya di undang bersama teman-teman grup <i>beat box</i> saya saat itu. Disana saya menampilkan musik <i>beat box</i> . Hal itu berawal dari konten video <i>beat box</i> yang di <i>up load</i> di media sosial yang kemudian viral.	
50		Kemudian saat umur 8 tahun saya sudah ikut masuk DINSOS (Dinas Sosial) karena anjuran tetangga sebelah rumah saya. Disana saya menemukan bahwa orang seperti saya dengan kekurangan saya tidak sendiri dan menganggap bahwa saya menemukan keluarga baru selain keluarga pada umumnya. Tahun	
55		2007-2013 pikiran udah bercabang pada rencana kehidupan ke depan dengan status difabel yang saya miliki.	
60		Tahun 2014, SMP udah pingin ini itu sehingga jarang pulang sampai dikira orang tua tidak punya rumah. Akhir kelulusan SMP Bapak meninggal, kemudian disusul tahun berikutnya Ibu juga meninggal. Sepeninggal orang tua kehidupan bersama saudara menjadi masing-masing. Masa satu tahun yang berantakan untuk saya, karena waktu itu saya merasa kehilangan motivasi hidup saya untuk	
65		membahagiakan orang tua dan kehilangan tempat bersandar keluarga.	
70		Hidup terus berlanjut, awal SMK saya kembali terjun ke jalan untuk mengamen guna memenuhi kebutuhan hidup pribadi. SMK saya juga pernah diliput di stasiun tv lagi, kali ini mengangkat inspirasi kisah hidup saya menjadi penyandang disabilitas yang mampu masuk dan mengikuti pembelajaran di sekolah umum. Dilihat dari sikap dan semangat tinggi dalam meraih ilmu pendidikan seperti tantangan naik turun tangga,	
75		berangkat ke sekolah sendiri naik angkot. Dari sana	

80		guru banyak yang mengapresiasi dengan memberikan perhatian berupa tambahan uang saku yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan finansial hidup seorang diri.	
85	P	Apa penyebab anda menjadi penyandang difabel?	Penyebab difabel
90	S	Saya merupakan anak pertama dari keluarga yang di angkat orang tua saya waktu umur 8 bulan di Pasar. Menurut orang tua, seiring umur saya tumbuh dan berkembang seperti anak pada umumnya. Namun, saat umur 4 tahun terlihat kejangalan pada pertumbuhan bentuk badan dan fungsi anggota tubuh saya sebagaimana anak lain seumuran saya. Layaknya kekhawatiran orangtua, dibawalah saya ke Dokter dan terlihat hasil pemeriksaan bahwa saya mengalami kelainan yang membuat saya sebagai difabel seperti sekarang.	
95		Menurut Dokter memberikan keterangan bahwa “subjek memiliki penyakit lemah tulang (penyakit tulang rapuh) yang dalam Bahasa latinnya adalah <i>osteogenesis imperfecta</i> . Ciri-ciri penyakit lemah tulang ini yakni memiliki beberapa tulang yang bengkok pada bagian tubuhnya yaitu punggung, serta tangan dan kakinya. Pertumbuhan penyakit ini dapat terjadi pada usia anak-anak, remaja hingga dewasa muda. Sebagaimana anak Bapak dan Ibu, di umur 4 tahun kemungkinan diperbaiki secara medis sudah terlambat.” Jadi setelah masa itu saya menjalani kehidupan sebagai difabel.	
100			
105			
		Adakah hambatan anda dalam melakukan aktivitas sebagai difabel? Karena ga semua orang tau posisi (potensi, minat, bakat) sehingga sering kali difabel itu gagal.	Hambatan aktivitas difabel
Tema : Subjek sebagai Atlet di NPC Indonesia Kode : SU.S1.MH.W3 Waktu : 10:15-10.25			
1	P	Apa status dan kedudukan anda sebagai atlet sekarang?	Status dan kedudukan atlet
5	S	Saya seorang atlet di cabang olahraga menembak di <i>NPC Indonesia</i> tingkat Nasional-Internasional. Jadi saya termasuk atlet daerah Bekasi sekaligus atlet provinsi Jawa Barat dan berkat hasil skor/poin di PEPARNAS XVI Papua sekarang saya sudah legal	

10		untuk dapat bermain di lingkaran Dunia. Kemudian saya juga masih sedang mengikuti perkuliahan sebagai mahasiswa semester 6 di Institut Bisnis Informatika Kesatuan Bogor program S1 dengan Jurusan Manajemen Perkantoran Prodi Teknik Pemasaran.	
15	P	Bagaimana pendapat anda mengenai makna atlet secara umum?	Makna atlet
	S	Atlet adalah sebuah nama yang menandakan bahwa ia merupakan seorang peolahraga di suatu sekolah atau organisasi guna menambah ilmu dengan tujuan untuk meraih prestasi.	
20	P	Kemudian makna atlet menembak secara khusus menurut anda seperti apa?	
25	S	Atlet menembak berarti seorang perolahraga yang ditugaskan untuk menembak yang bentuknya senapan. Untuk penentuan nilai poin atlet menembak yaitu dengan menargetkan kertas dengan angka-angka yang sudah ada di siapkan oleh panitia.	
30	P	Ada berapakah jumlah atlet difabel di cabang olahraga menembak sekarang?	Jumlah Atlet difabel cabor Menembak
	S	Setahu saya kemaren saat mengikuti ajang pertandingan Pekan Paralimpiade Nasional ke-21 (PEPARNAS XVI) di provinsi Papua tahun 2021 ada 81 atlet menembak yang ikut serta di dalamnya dengan 6 katagori yaitu Individu Erival standing SH1, Mixtim Erival SH1, Individu Erival SH1, Erival Mixtim SH1, Ar-Pistol Individu SH1 dan Ar-Pistol SH1.	
35	P	Sejak kapan anda tahu bahwa anda memiliki bakat dan minat di dunia olahraga ini?	Latar belakang atlet
40	S	Sejak kecil saya sudah terbiasa bermain lempar panah jarum ke sebuah bulatan kecil dengan lingkaran angka-angka layaknya dalam olahraga cabang olahraga menembak dengan teman-teman di lingkungan rumah saya.	
45	P	Bagaimana latar belakang anda sebagai atlet tembak menembak di NPCI Indonesia?	Sejarah atlet di NPC Indonesia
	S	Saya tahu soal NPC Indonesia dari media sosial. Saya tertarik dengan prestasi-prestasi yang dihasilkan oleh teman difabel lain yang mampu cita-citanya, dan saya ingin menjadi salah satu dari mereka. Tahun 2016, awal bergabung di NPC kota Bogor saya memilih menjadi atlet renang namun hal tersebut tidak	

50		bertahan lama. Kisahnya saya di tribun penonton menunggu nama saya dipanggil buat renang sebagai peserta di ajang pertandingan daerah. Namun sampai pada pertandingan beres nama saya ga dipanggil-panggil. Saya sempat di curangi, dikarenakan pengurus yang tidak suportif, yang bekerjasama dengan atlet lain. Disitu saya merasa kecewa sama Bogor. Kemudian di tahun 2019 saya mengikuti pelatihan sebagai atlet di NPC Tasik, namun setelah menapatkan status sah sebagai atlet menembak saya di tetapkan di NPC Bekasi yang di lihat dari survei identitas diri (KTP) dan adanya akseibilitas umum untuk penyandang disabilitas/difabel yang di nilai cukup membantu dalam mobilitas kegiatan atlet saya. Kemudian melewati proses seleksi yang panjang saya di pindah status sah sebagai atlet tingkat provinsi mewakili Jawa Barat. Proses seleksi tersebut di nilai secara khusus oleh pihak panitia NPC Indonesia.	
55			
60			
65			
70	P S	Apa yang anda ketahui tentang NPC Indonesia ? NPC Indonesia merupakan organisasi daripada para atlet tidak ikut di bawah naungan yayasan atau pusat rehabilitasi. NPC Indonesia merupakan kepanjangan dari <i>National Paralympic Committee of Indonesia</i> merupakan organisasi yang serupa organisasi KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia), perbedaannya NPC Indonesia hanya ditujukan kepada orang dengan keterbatasan atau penyandang disabilitas bukan untuk orang umum layaknya KONI. Jadi bener-bener ini khusus pelatihan para disabilitas yang memang sudah ingin berolahraga. Hampir semua atlet di <i>NPC Indonesia</i> merupakan seorang disabilitas. Karena ini merupakan rumahnya orang disabilitas sebagai cabang olahraganya disabilitas sehingga lingkungan pelatihan ini adalah para disabilitas, sekarang di NPC Indonesia ada yang umur 14 tahun, 17 tahun dan ada juga yang berumur 36 tahun.	Identitas NPC Indonesia
75			
80			
85			
90	P S	Dimana lokasi NPC Indonesia? Pusat NPC di Indonesia berada di kota Solo (Surakarta), sehingga kota Solo merupakan bagian dari pusat anggar olahraga antar negara. Sedangkan dan persebarannya meliputi daerah, wilayah dan	Lokasi NPC di Indonesia

		provinsi, misalkan seperti Jawa Barat, Aceh, Medan, Bogor, Bekasi, Bali dan lain sebagainya.	
Tema : Subjek sebagai Atlet berprestasi Kode : SU.S1.MH.W4 Waktu : 10:25-10.50			
1	P	Apa alasan anda memutuskan untuk menjadi seorang atlet?	Faktor menjadi atlet
5	S	Ya itu muncul atas dasar kemauan diri sendiri. Saya ingin mempunyai prestasi. Saya selalu termotivasi “ayo Man bisa”, “ayo Man pasti bisa” menjadi atlet yang terus maju sampai tingkat Internasional untuk membawa nama Negara Republik Indonesia di Dunia.	
10	P	Siapa yang berperan penting dalam perjalanan anda menjadi atlet?	
15	S	Jadi karena saya merupakan anak yang menjadi harapan satu-satunya dari orang tua. Kemudian dorongan keluarga bahwa “kamu harus mempunyai prestasi sebagai bentuk kebanggaan diri”. Jadi pemicunya sebagian dari untuk menyenangkan orangtua jadi ya kita sendiri harus bener-bener semangat. Karena di salah satu kemenangan saya di ajang PEPARNAS XVI Papua tahun 2021 lalu kan saya alhamdulillah mendapatkan 2 mendali emas tetapi saya merasa kurang berhasil membahagiakan kedua orangtua dikarenakan saat itu orangtua sudah tidak ada (meninggal dunia). Kemudian dari itu saya mengubah keinginan saya untuk membahagiakan keluarga bukan hanya untuk orangtua seperti sebelumnya. Kemudian “Kamu kalo mau keluar ya keluar sekalian, mau maju ya maju sekalian, jangan setengah-setengah kalo jalanin,”.	
20		Selain dorongan keluarga adakah dorongan lingkungan yang diberikan?	
25			
30	P	Ada juga hal lain yang yang memotivasi untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik sehingga dapat mengantarkan saya sampai pada titik ini yaitu di dorong dari pihak sekolah untuk membantu difabel mempunyai prestasi. Di sekolah saya bertemu dengan guru-guru yang memotivasi untuk hidup lebih baik dari sebelumnya. Banyak kritik dan saran yang diberikan untuk menunjang penampilan dari sikap dan kepribadian diri. Seperti guru wali kelas yang memberi	
35	S		

40		teguran “kamu OSIS tapi tidak memberi contoh yang baik”. Kemudian di lain hari beliau detail akan adanya perubahan kecil dalam hidup saya “kamu sedikit berubah deh” disusul atas kejelasan pertanyaan “dalam hal apa bu?”, “dalam <i>fashion</i> kamu” dimana sebelumnya pake banyak gelang yang bercirikan anak	
45		ugal-ugalan dan tidak pernah pake sepatu ke sekolah menjadi berubah sebaliknya. Dari sana tumbuh kesadaran saya akan pentingnya figure siswa teladan yang menjadi pusat perhatian, penilaian dan contoh untuk lingkungan. Kemudian guru lain juga pernah menyampaikan “kamu harus bisa membedakan konteks pakaian di depan pemerintah dan teman”, disusul jelasnya “pakaian kaos dan celana pendek untuk sebuah acara non-formal bersama teman-teman dan setelan kemeja dan celana panjang untuk acara formal saat bersama pemerintah.” Kemudian tanya kepala sekolah “kamu sering ngaji?”, “coba ganti gaya rambutnya.” Lanjut maksud jelasnya kepada subjek. Nah hal-hal ungkapan semacam itu yang akhirnya membuat saya berfikir dan mulai merubah penampilan yang kemudian melatih pembawaan diri di dalam masyarakat.	
50			
55			
60		Kemudian Maju dengan tekad yang besar dari teman-teman yang pernah di titik terendah. Saya termotivasi perkataan teman saya yang mengingatkan tujuan saya kaya ”katanya mau sukses”, “ayo dong lu berubah, jadi atlet kek, jadi artis atau jadi orang besar”, “ayo latihan lagi”, “ayo berangkat latihan”. Jadi bener-bener temen itu jadi penyemangat, meskipun jauh dan banyak hal yang berbeda mereka selalu <i>support</i> .	
65			
70	P	Bagaimana sejarah anda menjadi atlet berprestasi seperti sekarang?	Latar belakang menjadi atlet berprestasi
75	S	Dengan rajin mengikuti latihan dan mampu melewati proses seleksi untuk meningkatkan kemampuan atlet kita dengan menunjukkan nilai/skor yang memuaskan pelatih sesuai standar kompetisi yang berlaku. Kemudian juga dengan rajin melakukan evaluasi hasil latihan saat pembinaan prestasi bersama pelatih melalui pengadaan uji coba seperti kompetisi dan <i>try out</i> yang dilakukan di dalam ataupun di luar <i>National Paralympic Committee Indonesia</i> .	
80			

85	P	Bagaimana proses anda menjadi atlet seperti sekarang?	Proses menjadi atlet berprestasi
90	S	Setelah melewati tahap seleksi atlet dan penilaian dari tingkat daerah di <i>NPC</i> Bekasi, kemudian tahap atlet tingkat provinsi di <i>NPC</i> Jawa Barat, dan terakhir di tahap atlet tingkat internasional di <i>NPC Indonesia</i> . Penilaian tersebut di ambil dari <i>attitude</i> dan <i>pride</i> atlet selama dalam proses latihan. Aspek yang penilaian untuk meningkatkan status atlet dari daerah ke provinsi dan ke negara melalui program seleksi antara lain umur atlet, kemampuan atau potensi atlet, dan jumlah peningkatan nilai skor/nilai yang lebih baik dari masa pelatihan setiap harinya.	
95	P	Seperti apa tahapan peningkatan proses menjadi atlet berprestasi seperti sekarang anda?	
100	S	<i>Pertama</i> , menjadi Atlet NPC Daerah. Saat itu saya mewakili daerah Bekasi selama 2 tahun antara tahun 2017-2019. Latihan disana dilakukan secara terus menerus setiap hari. Aspek penilaian atlet di lihat dari kedisiplinan jam tidur, perilaku, serta jumlah poin dalam latihan. <i>Kedua</i> , menjadi Atlet NPC Provinsi. Seleksi persaingan semakin kuat sehingga tidak semua atlet dapat lolos seleksi dan mampu menjadi peserta mengikuti pertandingan mewakili tingkat provinsi. Atlet bergantung pada nilai yang bagus yang akan dimainkan di pertandingan mendatang. <i>Ketiga</i> , menjadi Atlet NPC Internasional, dalam proses yang panjang dan usaha, kerja keras selama latihan dan pertandingan saya kepacu untuk selalu menjadi juara terbaik di setiap ajang pertandingan seperti yang sudah saya buktikan di PEPARNAS XVI tahun lalu.	
105	S		
110	S		
115	P	Materi apakah yang anda dapatkan selama pelatihan menjadi Atlet?	Materi
	S	Macam-macam hal yang saya dapat pelajari berkaitan dengan cabang olahraga menembak di NPC mulai dari makna dan tugas atlet menembak, bentuk latihan, jenis latihan, peraturan permainan, teknik serta strategi permainan dalam ajang pertandingan olahraga menembak berstandar nasional-internasional.	
120	P	Bagaimana bentuk kegiatan latihan yang anda jalani sebagai atlet?	Bentuk kegiatan
	S		

125		<p>Terdapat tiga macam pelatihan <i>Pertama</i>, pelatihan mental yaitu berupa latihan uji mental dengan tujuan membentuk pribadi atlet yang fokus, tidak panik dan bingung, dan proses merileksasikan badan dan pikiran di berbagai situasi yang hiruk-pikuk atau sebaliknya. Seperti uji mental di TPU dan di tempat latihan tembak Angkatan Darat. <i>Kedua</i>, pelatihan fisik yaitu seperti setiap pagi atlet melakukan aktivitas fisik seperti <i>jogging, push up, sit up</i>, main bola tangan dan olahraga lain yang membantu meregangkan otot. Hal tersebut dilakukan untuk melatih tangan agar tidak kaku dan pikiran tidak jenuh. Sebab ketika latihan dilakukan terus menerus pikiran akan terasa cape. Jadi cape itu berasal dari ketika latihan mata kita akan berjam-jam fokus, kemudian posisi tangan yang selalu angkat dan bidik secara terus-menerus. Sehingga terbawa baban pikiran seperti gimana caranya agar selalu tepat sasaran. <i>Ketiga</i>, pelatihan psikologi yaitu misalnya dengan materi rileksasi, yakni atlet di latih pengambilan nafas dengan perhitungan dari 10 sampai 1. Terapi ini untuk perhitungan mundur sebelum peluru atlet ditembakkan. Rileksasi ini harus dihayati dengan perasaan santai dengan cara menarik nafas tahan 10 detik buang pelan-pelan. Selain rileksasi metode meditasi juga rutin di laksanakan setiap pagi pukul 04:30.</p>	
130			
135			
140			
145			
150	<p>P S</p>	<p>Apakah jenis kegiatan Atlet? Pelatihan sering kali dilakukan secara kelompok bersama teman-teman atlet lainnya di arena permainan. Tetapi sesekali juga atlet dapat berlatih secara individu semisal di Kamar atau di tempat makan.</p>	Jenis kegiatan
155	<p>P S</p>	<p>Apakah tujuan dari kegiatan latihan yang dilakukan Atlet bersama pelatih? Untuk menciptakan dan mengasah bakat, minat dan potensi para ABK sehingga dapat layak bertanding membawa kehormatan prestasi bagi diri, keluarga, daerah dan negara. Tujuan tertingginya ialah menjadi seorang atlet menembak tingkat internasional yang dapat mewakili Indonesia di ajang pertandingan setingkat dunia.</p>	Tujuan kegiatan
160			

165	P S	Kapan kegiatan latihan Atlet dilakukan? Kalau di Bandung, pelatihan setiap hari kecuali hari Minggu mulai pukul 07:00 s/d 15:00. Sedangkan di Solo, dilakukan di hari Rabu dan Jumat adalah latihan Fisik, hari Senin dan Selasa adalah latihan Menembak dan Hari Sabtu adalah Pengambilan nilai.	Jadwal kegiatan
170	P S	Adakah pelatihan rutin yang dijalani Atlet bersama pelatih yang diagendakan jauh-jauh hari? Biasanya pelatihan ini berlaku untuk atlet-atlet yang sudah dianggarkan di pertandingan yang sudah ditentukan. Pelatihan di lakukan rutin selama dua atau tiga minggu sebelum pertandingan di langsunkan.	
175	P	Dimana tempat pelatihan atlet <i>NPC</i> dilakukan? Apakah dilakukan secara bergilir dari kota satu ke kota lainnya sebagaimana sebelumnya diadakan di Bandung, sekarang di Solo kemudian bulan depan di Bekasi	Lokasi Kegiatan
180	S	Bukan bergilir tapi memang ada yang memfokuskan di salah satu daerah. Misalkan saat memfokuskan atlet untuk melakukan pelatihan di Solo sebagai kadidat peserta atlet tingkat Internasional mewakili Indonesia dalam agenda <i>Asian games</i> di China tetapi di pulangkan untuk agenda <i>Asian para games</i> sehingga memfokuskan untuk pelatihan di Bandung sebagai atlet tingkat Nasional mewakili provinsi Jawa Barat.	
185		Jadi lebih ke memfokuskan pelatihan atlet sesuai agenda terdekat atlet, sehingga berbeda, <i>Asian para game</i> itu ajang perlombaan di wilayah Asia yakni se-Indonesia sedangkan <i>Asian game (Sea game)</i> adalah untuk seluruh Asia di bumi (antar negara). Jadi bukan bergilir tapi untuk tempat pelatihan para atlet semua ada tempatnya karena sudah di mayoritaskan oleh MENPORA sebagai lembaga tertinggi negara di dunia olahraga. Begitu.	
190			
195			
200	P S	Siapa peran pendamping yang membantu Atlet berlatih? Pelatihan di <i>NPC Indonesia</i> akan di damping oleh 4 pelatih. Pelatih tersebut meliputi pelatih bagian administrasi, pelatih bagian fisik, pelatih bagian psikologi oleh psikolog dan pelatih bagian lapangan. Pelatih tersebut di ambil dari KOPASUS Angkatan Darat.	Siapa peran pendamping kegiatan

210			
215	P S	Apakah tugas peran pendamping/pelatih atlet saat berkegiatan di lapangan? Untuk melatih dan mendampingi atlet selama dalam program pelatihan dan pertandingan yang di adakan bersama/oleh NPC Indonesia, seperti membantu atlet dalam proses evaluasi dari segi teknik dan strategi di lapangan sehingga menghasilkan skor/nilai yang lebih baik di setiap latihan.	Tugas peran pendamping kegiatan
220	P S	Adakah strategi anda untuk memenangkan poin disetiap ajang perlombaan? Saya selalu menjaga kesehatan, menjaga <i>good mood</i> (perasaan baik), rutin latihan dan istirahat yang cukup.	Strategi
225	P S	Pencapaian prestasi apa saja yang pernah anda dapatkan? <i>Pertama</i> , pertandingan uji coba di Jakarta dengan peringkat nilai kedua bersamaan atlet-atlet normal. <i>Kedua</i> , pertandingan persahabatan dalam rangka Ulang Tahun TNI Angkatan Laut November 2020 di Bandung dengan peringkat bertahan dua. <i>Ketiga</i> , pertandingan persahabatan TNI Angkatan Laut Februari 2021 dengan peringkat pertama. <i>Terakhir</i> , PEPARNAS XVI di Papua pada November tahun 2021 dengan dua peringkat pertama. Pada PEPARNAS XVI kemarin, saya meraih dua emas pada cabang olahraga menembak, yaitu kategori individu dan beregu. Kejadian tersebut mencetak rekor nasional pertama kalinya untuk cabang olahraga menembak dengan jangkauan waktu 22 menit sebanyak 60 peluru dengan skor/nilai tercatat sebesar 632 poin.	Prestasi
245	P S	Adakah pesan dan kesan anda menjadi atlet? Hal yang menyenangkannya adalah ketika nilainya bagus semua dari hasil pelatihan yang dilakukan setiap harinya. Jadi dari sana atlet akan merasakan kepuasan tersendiri kemudian nanti akan mendapatkan hadiah semacam waktu <i>refreshing</i> untuk seperti jalan-jalan dan makan besar bersama orang terdekat. Hal lain seperti saat atlet sudah mampu menjadi atlet nasional maka kebutuhan kita akan di penuhi oleh negara sebab para atlet disini dianggap sebagai Aset negara	Pesan dan kesan
250			

255		yang harapannya dapat masuk untuk mengikuti ajang internasional membawa bendera Indonesia.	
260		Dukanya ketika seorang atlet menembak yaitu harus selalu berusaha agar mendapatkan nilai aman yakni poin 10 secara terus menerus jangan sampai 9 atau nilai lain di bawah 10. Sehingga disana atlet akan sangat diuji sekali otak dan pikiran yang selalu dipacu dengan nilai aman bagi atlet. Kemudian untuk memulai semua ajang perlombaan yang daerah masih membutuhkan dana pribadi, berbeda ketika sudah masuk ajang perlombaan tingkat provinsi malah kebalikannya karena para atletnya yang akan di gaji oleh negara.	
Tema : Keadaan <i>psychological well-being</i> subjek sebagai Atlet berprestasi Kode : SU.S1.MH.W5 Waktu : 13:30-14.00			
1	P	Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan difabel dan atlet difabel?	Penerimaan diri
5	S	Saya menyadari bahwa saya adalah berbeda dan memiliki kekurangan fisik dan keterbatasan dalam berpartisipasi di masyarakat memang tidak mudah. Namun semua harus diawali dengan rasa menerima diri yang apa adanya dan memaksimalkan fungsi diri dengan baik kepada masyarakat. Dengan begitu perasaan tenang dan berani akan datang di hati setiap orangnya. Kemudian kita akan semakin mudah mencari tahu bakat dan potensi dari dalam diri kita untuk kemudian di berikan sebagai bukti kepada masyarakat bahwa difabel mampu dan bisa memiliki kehidupan seperti pada orang (normal) umumnya. Jadi setelah mengetahui saya seorang difabel saya mulai dalam menjalani kehidupan dengan belajar menerima keadaan dan menampilkan kemampuan diri secara maksimal dengan status yang di miliki.	
10			
15			
20	P	Bagaimana hubungan anda dengan keluarga?	Hubungan dengan keluarga
25	S	Dulu orang tua selalu mendukung dengan mencoba menciptakan pribadi diri saya sebagai anak lebih baik dari hari ke hari, seperti bentuk gembungan untuk berani berpindah tempat dari rumah ke jalan, terus melatih mental saya untuk berani tampil berbeda di depan orang banyak, serta melatih diri saya untuk menggali potensi dari dalam diri sebagai bentuk bakat	

30		yang musti di kembangkan dan di perlihatkan sebagai bentuk kebanggaan diri sendiri. Kemudian memberikan motivasi hidup menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya seperti kiat untuk mandiri dan sukses.	
35	P	Bagaimana hubungan anda dengan orang lain, seperti teman dan lingkungan anda?	Hubungan dengan orang lain dan lingkungan
40	S	Saya berteman baik dengan semua atlet baik yang ada di NPC Indonesia maupun di luar. Hubungan saya dengan lingkungan rumah saya juga terjaga baik dengan saling berkomunikasi, berbagi informasi, bertukar cerita, bercanda dan saling mendukung satu sama lain. Kemudian saya juga ikut aktif dalam organisasi-organisasi anak muda dan kedaerahan untuk membantu kegiatan kemasyarakatan sesuai kemampuan saya sebagai difabel.	
45	P	Apakah arti kehidupan ini untuk anda sebagai atlet difabel berprestasi?	Makna hidup
50	S	Untuk menginspirasi orang-orang yang ga mau keluar rumah untuk melakukan sesuatu yang mereka inginkan meskipun nantinya akan melewati jalan dan cara yang berbeda. Ingin membawakan pengaruh positif pada khususnya penyandang disabilitas/difabel yang dalam perjalanan hidupnya banyak keluh kesahnya seperti merasa tidak punya kehidupan menjadi berpikir bahwa meskipun memiliki keterbatasan dalam masyarakat bukan berarti menutup kemungkinan untuk menjadi sukses versi diri sendiri.	
55		Penanaman pola pikir yang bagus dan jernih seperti “aku bakal bisa dapetin pialanya”, alhasil dia akan mendapatkan emas kejuaraan yang diimpikan yang tentunya dengan melewati berbagai proses menjadi seperti atlet yang handal.	
60		jadi saya berpendapat tidak setuju untuk mereka yang mempunyai pikiran saya ga bisa ngapa-ngapain, saya ga bisa gerak karena sesuatu ini dan itu, tapi kita bisa ketika kita mempunyai motivasi dan inspirasi dalam hidup. Dan saya ingin menjadi salah satu sosok yang dapat memberikan motivasi dan menginspirasi kehidupan orang-orang dengan kebutuhan khusus untuk mampu dan bisa sebagaimana kehidupan yang dimiliki oleh orang (normal) pada umumnya.	
65			

70	P	Apakah cita-cita anda sebagai atlet difabel berprestasi?	Cita-cita
75	S	Saya ingin menjadi inspirasi orang-orang untuk <i>pertama</i> , mampu mempunyai harapan hidup yang manis, <i>kedua</i> , membentuk orang-orang yang tidak mau keluar rumah untuk melakukan hal yang diinginkan meskipun nanti akan menempuh cara dan lewati jalan yang berbeda, <i>ketiga</i> , mampu membuat orang untuk dapat berjalan dan berpikiran dengan jernih serta berharap hal-hal yang bagus seperti dengan cara berfikir aku yang bakal bisa dapetin pialanya.	
80	P	Apa rencana kehidupan kedepan anda sebagai atlet difabel berprestasi?	Rencana masa depan
85	S	Tahun 2022, mengikuti PEPARDA Bekasi sebagai Tuan Rumah. Tahun 2024, mengikuti Pekan Paralimpik Nasional di Paris dan mengikuti PEPARNAS di Aceh. Kemudian saya juga ingin benar-benar mengentaskan para difabel daerah-daerah saya sendiri itu pengen bisa untuk keluar rumah. Dimana saya ingin menjadi inspirasi orang-orang bahwa difabel bisa.	
90	P	Apa harapan anda terhadap kehidupan di masyarakat sebagai atlet difabel berprestasi?	Harapan atlet difabel berprestasi
95	S	Ya ada. Mungkin 1) untuk penyandang disabilitas/difabel yang berada di rumah, di kamar, merasa sedih, kebingungan, merasa tidak berdaya, tidak punya teman mari di rubah untuk kemudian mengubah persepsi disabilitas di masyarakat secara bersama-sama. Seperti persepsi masyarakat terhadap difabel yang selalu ingin dikasihani orang lain dan tidak mau berusaha keras (bekerja/berkegiatan) 2) para orangtua penyandang disabilitas/difabel dapat mengubah pola pikir mereka sehingga peduli bersyukur dan men- <i>support</i> dengan cara menyalurkan bakat minat dan potensi yang dimiliki anaknya dengan menghubungi organisasi disabilitas. 3) kemudian untuk penyandang disabilitas/difabel yang sudah mendapatkan dukungan dari orangtua semakin terbuka pikirannya untuk mencari hal-hal baru di luar rumahmu sehingga dapat berkumpul dan nongkrong dengan teman-teman lainnya. 4) terakhir untuk masyarakat agar memiliki kesadaran menghargai hak-hak penyandang disabilitas/difabel di tempat umum	
100			
105			

110		untuk digunakan sebagaimana mustinya. Seperti penggunaan aksesibilitas seperti fasilitas jalan setapak guna membantu mobilitas penyandang disabilitas/difabel dalam aktivitas sehari-harinya.	
105	P	Adakah hambatan anda dalam melakukan aktivitas sebagai atlet difabel berprestasi?	Hambatan aktivitas sebagai atlet difabel berprestasi
110	S	Dana anggaran untuk atlet berprestasi yang kurang sehingga membuat atlet-atlet yang memiliki bakat dan potensi di ajang yang lebih elit tertunda. Hal tersebut juga membuat atlet merasa terganggu karena dapat sewaktu-waktu di pindah fokuskan tempat pelatihan dari kota satu ke kota lain tanpa alasan yang jelas.	
	P	Baik, saya pikir cukup sesi wawancara kali ini, terimakasih ya atas kerjasama dan waktu yang diberikan.	Ucapan terimakasih
115	P	Atas dukungan dan perhatiannya dalam penelitian ini semoga sukses selalu buat mas Hilman. Aamiin.	Harapan
	S	Iya sama-sama. Aamiin, terimakasih kembali.	
	P	<i>Wassalamu'alaikum wr. Wb.</i>	Salam penutup
	S	<i>Waalaiikum salam wr. Wb.</i>	

Keterangan

P : Peneliti

S : Subjek

PEPARNAS : Pekan Paralimpiade Nasional

PEPARDA : Pekan Paralimpiade Daerah

Lampiran 6.7. Transkrip Wawancara Informan Penelitian

TRANSKIP WAWANCARA INFORMAN PENELITIAN

Nama : Wijaya Sai'il Munir

Status : Teman

Lokasi : Wisma Budaya Gilingan Wibugi
(Wisata Budaya Garuda Indonesia)

Hari/Tanggal : Sabtu, 26 Februari 2022

Keterangan dan Baris		Wawancara	Tema / Aspek Penelitian
		Kode : SU.S2-J-W1 Waktu : 14:20-14:50	
1	P S	<i>Assalamu 'alaikum wr. Wb.</i> <i>Wa 'alaikumussalam wrb. Wb.</i>	Pembukaan
5	P S	Saya Fatimah, Mahasiswa UIN Raden mas said Surakarta yang hendak melakukan penelitian dengan tema " <i>Psychological well-being</i> pada Atlet Berprestasi". Pertama-tama bolehkah saya mengetahui nama mas sebelumnya? Nama saya Wijaya sai'il munir, biasa di panggil Jaya. Saya sebagai seniman, sebagai peduli sosial dan lingkungan kota Solo.	Perkenalan
10	P	Adapun selanjutnya, hasil wawancara ini akan dipergunakan untuk melengkapi data penelitian saya.	Tujuan Penelitian
		Semoga wawancara kali ini dapat berjalan dengan lancar tanpa suatu halangan apapun.	Harapan Wawancara
15	P	Maka dari itu izinkan saya memulai wawancara kali ini.	Izin
	S	Ya boleh, saya persilahkan.	
20	P S	Bagaimana bentuk pandangan anda berkaitan dengan prespektif difabel di masyarakat bahwa mereka merupakan kaum yang lemah, tidak produktif dan tidak memiliki masa depan setelah anda mengenal subjek yang juga merupakan difabel? Yang perlu jadi catatan bahwa sikap orang terhadap orang lain kan memang variatif. Menurut saya hal	Opini Tentang Subjek dan Difabel

25		seperti itu kan ga perlu di perhatikan. Bahkan orang yang berkegiatan tentang yang bukan pegawai artinya tidak mempunyai pekerjaan tetap juga di pandang minim oleh orang-orang tertentu. Adanya hal kaum yang lemah, tidak produktif dan tidak memiliki masa depan sudah menjadi kebiasaan masyarakat yang tidak bisa dipungkiri. Terutama dalam hal ini kaum difabel seperti subjek ya. Subjek menurut saya seorang yang aktif, kuat dan kreatif.	
30			
35	P	Bagaimana sikap subjek saat mengetahui terdapat kelainan fisik dalam dirinya?	Penerimaan diri Subjek sebagai Difabel
40	S	Ya untuk Eman. Saya salut. Dia menerima kondisi yang memiliki keterbatasan fisik artinya disabilitas tapi dia tidak <i>drop</i> (jatuh) justru kebalikannya dia jadi semangat untuk menunjukkan eksistensi diri dan kapasitas dirinya kepada masyarakat luas. bahwa dia punya suatu kelebihan di samping kekurangannya. Saya salut dengan usahanya.	
45	P	Bagaimana bentuk rasa salut anda akan usaha yang subjek lakukan?	Karakter Subjek sebagai Difabel
50	S	Dia punya kegemaran dan kesenangan untuk main perkusi, alat musiknya itu namanya Jimbe. Dengan alat musik itu dia digunakan untuk sosialisasi dengan teman-temannya. Awalnya dia juga <i>busking</i> atau ngamen juga bersama teman-temannya. Kemudian selain itu ada <i>skill</i> dia yang bagus bahkan sangat amat bagus dalam dunia IT. Dia bisa membuat video <i>editing</i> dimana hasilnya lumayan bagus. Dan yang utama lagi dia di dunia olahraga yang mana dia sangat terampil di olahraga menembak. Hasilnya luar biasa, selalu poinnya poin utama terus.	
55		Bagaimana cara subjek menyikapi keadaan dirinya sebagai Difabel?	Sikap Subjek sebagai Atlet Difabel
60		Subjek sebagai difabel begitu sangat gigih menunjukkan eksistensi diri dia, intinya bukan untuk tujuan difabel dikenal untuk di kasihani tetapi untuk menunjukkan eksistensi dirinya bahwa dia memiliki kapasitas dan kemampuan, berikut cara menunjukannya kepada masyarakat yakni dengan menjadi atlet yang handal. Tentu dibarengi dengan kegigihan dia untuk berlatih dan semangat dia bahwa dia itu bisa merealisasikannya sebagai atlet nasional.	

65		Bahkan dia juga sering di jadikan umpan yang sangat potensial terlihat dari dia yang sering di kirim untuk ke luar daerah sebagai atlet menembak. Dan kelihatannya untuk saat ini dia sedang mengikuti pelatihan guna mempersiapkan diri untuk ajang pertandingan regional (daerah) di Bekasi.	
70			
75	P	Bagaimana kemampuan komunikasi subjek dengan orang lain dan lingkungannya?	Hubungan dengan orang lain dan lingkungan
80	S	Komunikasi dia dengan teman-temannya bagus. Kemudian dia juga sering nongkrong bareng, main musik bareng, saya lihat dari <i>compare</i> komunitas ya seperti itu. Selain itu saya juga ada teman asal Solo juga yang sekarang di Bekasi menekuni bidang teater, kami sering berkomunikasi dan sesekali mengabarkan kalau subjek juga ikut serta dalam kegiatan teater disana. Melihat dari situ dimana dia banyak berkegiatan artinya komunikasinya menurut saya bagus.	
85	P	Bagaimana bentuk dukungan semangat yang anda berikan kepada subjek dalam menjalani proses meraih prestasi di bidang olahraga menembak?	Dukungan sosial
90	S	Iya untuk dukungan semangatnya karena kami sekarang berjarak Solo-Bekasi, jadi kita selalu kompak melalui internet seperti <i>facebook</i> , <i>whatsapp</i> maupun sosial media lain untuk saling berkomunikasi dan saling menyemangati.	
95	P	Bagaimana kekuatan subjek saat menghadapi kesulitan atau hambatan yang muncul saat melakukan aktivitas sehari-hari sebagai seorang atlet difabel berprestasi?	Ketangguhan Subjek sebagai Difabel
100	S	Luar biasa. Salut. Karena subjek merupakan pribadi yang gigih dalam berlatih dan berlatih untuk meningkatkan kemampuan <i>skill</i> -nya di dunia olahraga. Terlebih lagi terlihat apabila dia sedang menyiapkan diri untuk mengikuti ajang pertandingan. Subjek akan semakin semangat. Terlihat dari cara dia hidup mandiri dari mulai persiapan sebelum berangkat hingga melewati halang rintang di perjalanan menuju tempat latihan. Dimana dia merupakan seorang yang perlu alat bantu (kursi roda) tetapi semangatnya tidak luntur, tidak juga bermalas-	
105			

		malasan dalam berkegiatan di kehidupan sehari-harinya. Anaknya sigap dan cekatan dalam bertindak melakukan sesuatu.	
110	P	Baik, Terimakasih untuk kerjasama dan waktu yang diberikan.	Ucapan terimakasih
115	P S	Untuk menutup sesi wawancara ini mungkin ada pesan lain yang ingin di sampaikan, silahkan. Damaikan hati. Semangati diri untuk membangun Negeri. Semangat! Semangat! Tetap semangat dalam menggapai cita-cita.	Harapan
	P S	<i>Wassalamu'alaikum wr. Wb.</i> <i>Walaikum salam wr. Wb.</i>	Salam penutup

Lampiran 6.8. Hasil Observasi

HASIL OBSERVASI

Hari/Tanggal : Sabtu, 26 Februari 2022

Lokasi : Wisma Budaya Gilingan Wibugi
(Wisata Budaya Garuda Indonesia)

Subjek : Muhammad Hilman

No.	Indikator	Aspek-Aspek	Keterangan
1.	Subjek sebagai Difabel	Karakteristik subjek	Subjek memiliki perbedaan/kelainan fisik yaitu berupa kekurangan dari fungsi motorik pada bagian kaki di tubuhnya.
			Subjek memiliki keterbatasan fisik dalam berinteraksi/bersosialisasi dalam melakukan aktivitas bersama orang lain dan sekitarnya yaitu tidak mampu berjalan seperti orang (normal) pada umumnya.
			Subjek memiliki hambatan dan kesulitan berpartisipasi secara penuh dan efektif di masyarakat yaitu membutuhkan kursi roda sebagai media alat bantu bergerak, berpindah tempat dan melaksanakan kegiatan sehari-hari kesamaan hak asasi manusia.
2.	Subjek sebagai Atlet		Subjek sebagai anggota Atlet Menembak di <i>National Paralympic Committee Indonesia</i> .
			Subjek sebagai anggota Atlet tingkat nasional sebagai kontingen Provinsi Jawa Barat.
			Subjek merupakan atlet yang aktif dalam mengikuti latihan di cabang olahraga menembak.
			Subjek merupakan atlet yang mengikuti ajang

			<p>pertandingan/perlombaan di cabang olahraga menembak.</p> <p>Subjek merupakan atlet yang kompetitif di setiap latihan dan pertandingan/perlombaan dengan menunjukkan nilai/skor yang tinggi.</p> <p>Subjek mampu melakukan evaluasi hasil latihan saat pembinaan prestasi bersama pelatih melalui pengadaan uji coba seperti kompetisi dan <i>try out</i> yang dilakukan di dalam ataupun di luar <i>National Paralympic Committee Indonesia</i>.</p>
3.	Subjek sebagai Atlet Difabel berprestasi		<p>Subjek mampu mencapai prestasi dengan kekurangan yang dimiliki sebagai seorang Difabel.</p> <p>Subjek memiliki bakat dan potensi dicabang olahraga menembak.</p> <p>Subjek memiliki pengalaman bertanding/berlomba.</p> <p>Subjek berhasil meraih dua juara pertama cabang olahraga menembak kategori individu dan beregu Erival SH1 10 Meter.</p> <p>Subjek mampu memecahkan rekor nasional pertama cabang olahraga menembak di PEPARNAS XVI Papua tahun 2021.</p>
4.	Bentuk <i>psychological well-being</i> Subjek sebagai Atlet Difabel Berprestasi	<p><i>Self-Acceptance</i></p> <p><i>Positive Relation with Others</i></p>	<p>Subjek tampil dengan percaya diri saat melakukan wawancara dengan posisi duduk yang tegak, dan cara berpakaian yang sopan dan rapih (stelan kaos putih polos, celana hitam panjang, berspatsu <i>sport</i>. dan aksesoris topi dikepala).</p> <p>Penerimaan dan pembawaan diri yang santai dengan memberikan jawaban-jawaban atas pertanyaan dengan perkataan yang lugas dan jelas.</p> <p>Subjek memiliki komunikasi interpersonal yang baik dengan orang</p>

			lain seperti orangtua, teman dan lingkungannya.
		<i>Autonomy</i>	Subjek mampu beraktivitas secara mandiri sesuai kemampuan yang dimiliki sebagai seorang Difabel.
		<i>Environmental Mastery</i>	Subjek mampu bersosialisasi dengan lingkungan disekitarnya seperti: lingkungan teman sekolah, lingkungan teman seprofesi, lingkungan teman bermain, dan lingkungan teman di organisasi kemasyarakatan.
		<i>Purpose in Life</i>	Subjek memiliki tujuan hidup yang jelas dengan mampu memaknai hidup dengan harapan dan rencana kehidupan ke depan sebagai seorang Difabel yang aktif, kreatif, dan dedikatif, menjadi seorang atlet yang berprestasi, dan seorang yang mampu menjadi motivasi dan inspirasi bagi masyarakat luas terutama bagi kaum Difabel yang masih terkungkung dan tidak memiliki cita-cita dalam hidupnya.
		<i>Personal Growth</i>	Ketanguhan subjek saat melakukan aktivitas sehari-hari sebagai atlet Difabel Berprestasi.
			Ketahanan mental subjek melewati proses menjadi atlet berprestasi dari awal (daerah) hingga kini (nasional-internasional).
			Sikap positif thinking subjek yang kuat saat prediksi keberhasilan di setiap latihan dan ajang pertandingan/perlombaan.
			Subjek melakukan evaluasi dan pembenahan diri menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya seperti: menjadi Atlet Difabel yang berproses dalam meraih prestasi dan mencapai cita-cita yang tinggi untuk diri sendiri, keluarga dan negara.

Lampiran 9. Tabel Reduksi Data

REDUKSI DATA

1. Subjek sebagai Difabel

Masalah Yang Diteliti	Tokoh		Analisis
	Subjek Atlet	Informan	
Subjek sebagai Difabel	a. Karakteristik personal		
	<p>-Nama “Nama saya Muhammad Hilman. Biasa di panggil Eman dua lima.” (SU.S1.MH.W1: L.8-9)</p> <p>-Alamat dan usia Saya dari Bogor, usia 22 tahun. (SU.S1-MH-W1:L.11)</p> <p>-Status “Saya seorang atlet di cabang olahraga menembak di <i>NPC Indonesia</i> tingkat Nasional-Internasional. Jadi saya termasuk atlet daerah Bekasi sekaligus atlet provinsi Jawa Barat. Kemudian saya juga sebagai mahasiswa di Institut Bisnis Informatika Kesatuan Bogor.” (SU.S1-MH-W1:L.3-12)</p> <p>-Prestasi Subjek “<i>Pertama</i>, pertandingan uji coba di Jakarta dengan peringkat nilai kedua bersamaan atlet-atlet normal. <i>Kedua</i>, pertandingan persahabatan dalam rangka Ulang Tahun TNI Angkatan Laut November 2020 di Bandung dengan peringkat bertahan dua. <i>Ketiga</i>, pertandingan persahabatan</p>	<p>-Nama “Eman” (SU.S2.WM.W1: L.34)</p> <p>- Status “Atlet yang handal” (SU.S2.WM.W1: L.62)</p> <p>“sebagai atlet menembak” (SU.S2.WM.W1: L.67)</p> <p>- Prestasi Subjek “Hasilnya luar biasa, selalu poinnya poin utama terus.” (SU.S2.WM.W1: L.52-53)</p>	<p>1. Subjek bernama Eman.</p> <p>2. Status subjek adalah Atlet di cabang olahraga Menembak</p> <p>3. Prestasi Subjek selalu memuaskan dengan hasil skor/nilai yang bagus.</p>

	<p>TNI Angkatan Laut Februari 2021 dengan peringkat pertama. <i>Terakhir</i>, PEPARNAS XVI Papua November 2021 dengan dua peringkat pertama.” (SU.S1-MH-W4:L.210-218) “Pada PEPARNAS XVI Papua 2021 kemarin, saya meraih dua emas pada cabang olahraga menembak, yaitu kategori individu dan beregu. Kejadian tersebut mencetak rekor nasional pertama kalinya untuk cabang olahraga menembak dengan jangkauan waktu 22 menit sebanyak 60 peluru dengan skor/nilai tercatat sebesar 632 sebanyak 60 peluru dalam waktu 22 menit.” (SU.S1-MH-W4:L.218-225)</p>		
	<p>b. Pemahaman terhadap diri sendiri</p>		
	<p>-Difabel “Saya tahu keadaan saya pertama dari orang tua. Setelah orang tua tau bahwa saya mengalami kelainan fisik.” (SU.S1-MH-W2:L.) “Menurut Dokter memberikan keterangan bahwa “subjek memiliki penyakit lemah tulang (penyakit tulang rapuh) yang dalam Bahasa latinnya adalah <i>osteogenesis imperfecta</i>.” (SU.S1-MH-W2:L.) -Makna Difabel “Jadi menurut saya disini difabel merupakan sebagian</p>	<p>-Difabel “Terutama dalam hal ini kaum difabel seperti subjek ya.” (SU.S2.WM.W1: L.29-30) “memiliki kondisi berupa keterbatasan fisik artinya disabilitas” (SU.S2.WM.W1: L.34-35) “Dimana dia merupakan</p>	<p>1. Subjek merupakan seorang disabilitas fisik dengan kelainan dan keterbatasan fisik.</p>

	<p>dari makna disabilitas. Nah disabilitas merupakan keseluruhan orang-orang yang memiliki kekurangan fisik dan memiliki keterbatasan dalam melakukan aktivitasnya tanpa terkecuali dari disabilitas tuna grahita, tuna netra, tuna rungu, tuna wicara dan tuna laras (sosial). Jadi dalam kehidupan sehari-harinya hanya tergantung konteks penyebutannya secara umum disebut disabilitas dan secara khusus disebut difabel.”</p> <p>(SU.S1-MH-W2:L.2-12)</p>	<p>seorang yang perlu alat bantu (kursi roda)”</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.103-104)</p>	
c. Minat dan Bakat			
	<p>-Minat “Saya tahu soal NPC Indonesia dari media sosial. Saya tertarik dengan prestasi-prestasi yang dihasilkan oleh teman difabel lain yang mampu cita-citanya, dan saya ingin menjadi salah satu dari mereka.”</p> <p>(SU.S1-MH-W3:L.44-47)</p> <p>-Bakat “Sejak kecil saya sudah terbiasa bermain lempar panah jarum ke sebuah bulatan kecil dengan lingkaran angka-angka layaknya dalam olahraga cabang olahraga menembak dengan teman-teman di lingkungan rumah saya.”</p> <p>(SU.S1-MH-W3:L.37-41)</p>	<p>-Bakat “Dia di dunia olahraga sangat terampil di olahraga menembak.”</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.50-52)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bakat menembak Subjek tumbuh sejak kecil. 2. Subjek merupakan atlet menembak yang terampil.

2. Subjek sebagai Atlet

Masalah Yang Diteliti	Tokoh		Analisis
	Atlet	Pendamping Atlet	
Subjek sebagai Atlet	a. Wawasan mengenai atlet		
	- makna atlet secara umum “Sebuah nama yang menandakan bahwa ia merupakan seorang peolahraga di suatu sekolah atau organisasi guna menambah ilmu dengan tujuan untuk meraih prestasi.” (SU.S1-MH-W3:L.15-18)	“Sebagai atlet menembak.” (SU.S2.WM.W1: L.67)	1. Seorang Atlet Menembak di <i>National Paralympic Committee of Indonesia</i> yang berlatih untuk meraih prestasi dengan skor/nilai yang tinggi.
	-makna atlet menembak “Atlet menembak berarti menembak yang bentuknya senapan. Untuk atlet tembak penentuan nilai poinnya dengan menargetkan kertas dengan angka-angka yang sudah ada di sana (disiapkan oleh panitia perlombaan).” (SU.S1-MH-W3:L.21-25)		
	b. Keterampilan personal		
	-Materi “Macam-macam hal yang saya dapat pelajari berkaitan dengan cabang olahraga menembak di NPC mulai dari makna dan tugas atlet menembak, bentuk latihan, jenis latihan, peraturan permainan, teknik serta strategi permainan dalam ajang pertandingan olahraga menembak berstandar nasional-internasional.” (SU.S1-MH-W4:L.105-110)	-Kemampuan subjek sebagai atlet menembak “Bahkan dia juga sering di jadikan umpan yang sangat potensial terlihat dari dia yang sering di kirim untuk ke luar daerah	1. Subjek mempelajari ilmu pengetahuan di dunia olahraga menembak. 2. Subjek rajin mengikuti latihan sebagai atlet menembak. 3. Subjek berpotensi di cabang

	<p>Terdapat tiga macam pelatihan <i>Pertama</i>, pelatihan mental yaitu berupa latihan uji mental dengan tujuan membentuk pribadi atlet yang fokus. <i>Kedua</i>, pelatihan fisik yaitu untuk melatih tangan agar tidak kaku dan pikiran tidak jenuh. <i>Ketiga</i>, pelatihan psikologi yaitu misalnya dengan materi rileksasi.”</p> <p>(SU.S1-MH-W4:L.113-138)</p>	<p>sebagai atlet menembak.”</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.65-67)</p>	<p>olahraga menembak.</p>
	<p>c. Strategi</p>		
	<p>“Saya selalu menjaga kesehatan, menjaga <i>good mood</i> (perasaan baik), rutin latihan dan istirahat yang cukup.</p> <p>(SU.S1-MH-W4:L.206-207)</p>		<p>1. Subjek menjaga diri dengan pola hidup yang baik.</p>
	<p>d. Motivasi</p>		
	<p>-Pribadi “Ya itu muncul atas dasar kemauan diri sendiri. Saya ingin mempunyai prestasi. Saya selalu termotivasi “ayo Man bisa”, “ayo Man pasti bisa” menjadi atlet yang terus maju sampai tingkat Internasional untuk membawa nama Negara Republik Indonesia di Dunia.”</p> <p>(SU.S1-MH-W4:L.3-7)</p> <p>-Keluarga “Jadi menurut saya pemicunya yaitu karena pemicunya sebagian dari untuk menyenangkan orangtua jadi ya kita sendiri harus bener-bener semangat.”</p>	<p>-Cita-cita “Atlet nasional”</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.64)</p>	<p>1. Subjek memiliki Cita-cita dalam kehidupannya.</p>

	<p>(SU.S1-MH-W4:L.10-13) -Penyandang difabel “Kemudian saya juga ingin benar-benar mengentaskan para difabel daerah-daerah saya sendiri itu pengen bisa untuk keluar rumah.”</p> <p>(SU.S1-MH-W5:L.84-86) -Masyarakat “Dimana saya ingin menjadi inspirasi orang-orang bahwa difabel bisa.”</p> <p>(SU.S1-MH-W5:L.87-88)</p>		
--	---	--	--

3. Subjek sebagai Atlet Difabel berprestasi

Masalah yang Diteliti	Tokoh		Analisis
	Atlet	Pendamping Atlet	
Subjek sebagai Atlet Difabel berprestasi	a. Komitmen		
	<p>-Proses menjadi atlet “<i>Pertama</i>, menjadi Atlet NPC Daerah. Saat itu saya mewakili daerah Bekasi selama 2 tahun antara tahun 2017-2019. <i>Kedua</i>, menjadi Atlet NPC Provinsi. Seleksi persaingan semakin kuat sehingga tidak semua atlet dapat lolos seleksi dan mampu menjadi peserta mengikuti pertandingan mewakili tingkat provinsi. <i>Ketiga</i>, menjadi Atlet NPC Internasional, dalam proses yang panjang dan usaha, kerja keras selama latihan dan pertandingan saya kepacu untuk selalu menjadi juara terbaik di setiap ajang pertandingan seperti yang sudah saya buktikan di</p>	<p>“Subjek menurut saya seorang yang aktif, kuat dan kreatif.” (SU.S2.WM.W1: L.30-31) “Anaknya sigap dan cekatan dalam bertindak melakukan sesuatu.” (SU.S2.WM.W1: L.107-108)</p>	<p>1. Subjek aktif mengikuti kegiatan sebagai Atlet Menembak</p> <p>2. Subjek berproses menjadi Atlet Menembak</p> <p>3. Subjek bertekad menjadi Atlet Menembak</p>

	<p>PEPARNAS XVI tahun lalu.” (SU.S1-MH-W4:L.87-102) -Perjuangan atlet menembak “Dukanya ketika seorang atlet menembak yaitu harus selalu berusaha agar mendapatkan nilai aman yakni poin 10 secara terus menerus jangan sampai 9 atau nilai lain di bawah 10. Sehingga disana atlet akan sangat diuji sekali otak dan pikiran yang selalu dipacu dengan nilai aman bagi atlet. Kemudian untuk memulai semua ajang perlombaan yang daerah masih membutuhkan dana pribadi, berbeda ketika sudah masuk ajang perlombaan tingkat provinsi malah kebalikannya karena para atletnya yang akan di gaji oleh negara.” (SU.S1-MH-W4:L.253-263)</p>		
	<p>b. Optimisme</p>		
	<p>-harapan sebagai difabel “Ingin membawakan pengaruh positif pada khususnya penyandang disabilitas/difabel yang dalam perjalanan hidupnya banyak keluh kesahnya seperti merasa tidak punya kehidupan menjadi berpikir bahwa meskipun memiliki keterbatasan dalam masyarakat bukan berarti menutup kemungkinan untuk menjadi sukses versi diri sendiri. Penanaman pola pikir yang bagus dan jernih seperti</p>	<p>“Tujuan difabel dikenal untuk menunjukkan eksistensi dirinya bahwa dia memiliki kapasitas dan kemampuan” (SU.S1-WM-W1:L.58-60) “Dibarengi dengan kegigihan dia untuk berlatih dan semangat</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Subjek memiliki semangat dalam hidupnya. 2. Subjek ingin mengubah persepsi negatif difabel dari masyarakat 3. Subjek ingin membawa

	<p>“aku bakal bisa dapetin pialanya”, alhasil dia akan mendapatkan emas kejuaraan yang diimpikan yang tentunya dengan melewati berbagai proses menjadi seperti atlet yang handal.” (SU.S1-MH-W5:L.48-59) -Opini difabel berprestasi “jadi saya berpendapat tidak setuju untuk mereka yang mempunyai pikiran saya ga bisa ngapa-ngapain, saya ga bisa gerak karena sesuatu ini dan itu, tapi kita bisa ketika kita mempunyai motivasi dan inspirasi dalam hidup. Dan saya ingin menjadi salah satu sosok yang dapat memberikan motivasi dan menginspirasi kehidupan orang-orang dengan kebutuhan khusus untuk mampu dan bisa sebagaimana kehidupan yang dimiliki oleh orang (normal) pada umumnya.” (SU.S1-MH-W5:L.60-68)</p>	<p>dia bahwa dia itu bisa merealisasikan sebagai atlet nasional. (SU.S2.WM.W1: L.62-64)</p>	<p>pengaruh positif di dalam kehidupan difabel.</p>
c. Peran keluarga dalam pencapaian prestasi			
	<p>-Nasihat orang tua “kamu harus mempunyai prestasi sebagai bentuk kebanggaan diri”. (SU.S1-MH-W4:L.12-13) -Teguran orang tua “Kamu kalo mau keluar ya keluar sekalian, mau maju ya maju sekalian, jangan setengah-setengah kalo jalanin,” (SU.S1-MH-W4:L.24-26) -Motivasi orang tua</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pendidikan pola asuh orang tua yang demokratis. 2. Dipengaruhi oleh motivasi dari keluarga.

	<p>“Jadi karena saya merupakan anak yang menjadi harapan satu-satunya dari orang tua.” (SU.S1-MH-W4:L.110-11) “Jadi pemicunya sebagian dari untuk menyenangkan orangtua jadi ya kita sendiri harus bener-bener semangat.” (SU.S1-MH-W4:L.13-16) -Motivasi Keluarga “Kemudian dari itu saya mengubah keinginan saya untuk membahagiakan keluarga bukan hanya untuk orangtua seperti sebelumnya.” (SU.S1-MH-W4:L.21-24)</p>		
d. Peran orang lain dalam pencapaian prestasi			
	<p>-Sekolah “Ada juga hal lain yang memotivasi untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik sehingga dapat mengantarkan saya sampai pada titik ini yaitu di dorong dari pihak sekolah untuk membantu difabel mempunyai prestasi.” (SU.S1-MH-W4:L.29-33) - Guru di Sekolah “Di sekolah saya bertemu dengan guru-guru yang memotivasi untuk hidup lebih baik dari sebelumnya. Banyak kritik dan saran yang diberikan untuk menunjang penampilan dari sikap dan kepribadian diri.” (SU.S1-MH-W4:L.33-35) -Teman “Kemudian Maju dengan tekad yang besar dari teman-</p>	<p>-Teman “Dukungan semangatnya karena kami sekarang berjarak Solo-Bekasi, jadi kita selalu kompak melalui internet seperti <i>facebook</i>, <i>whatsapp</i> maupun sosial media lain”untuk saling berkomunikasi dan saling menyemangati.” (SU.S2.WM.W1: L.86-90)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dipengaruhi oleh motivasi dari teman. 2. Dipengaruhi oleh motivasi dari Guru. 3. Dipengaruhi oleh motivasi dari pihak Sekolah.

	<p>teman yang pernah di titik terendah. Saya termotivasi perkataan teman saya yang mengingatkan tujuan saya.” (SU.S1-MH-W4:L.61-63)</p> <p>“Jadi bener-bener temen itu jadi penyemangat, meskipun jauh dan banyak hal yang berbeda mereka selalu <i>support</i>.” (SU.S1-MH-W4:L.66-68)</p>		
--	---	--	--

4. Bentuk *psychological well-being* Subjek sebagai Atlet Difabel Berprestasi

Masalah Yang Diteliti	Tokoh		Analisis
	Atlet	Pendamping Atlet	
Bentuk <i>psychological well-being</i> Subjek sebagai Atlet Difabel Berprestasi	a. Penerimaan diri		
	<p>“Saya menyadari bahwa saya adalah berbeda dan memiliki kekurangan fisik dan keterbatasan dalam berpartisipasi di masyarakat memang tidak mudah.”</p> <p>“Namun semua harus diawali dengan rasa menerima diri yang apa adanya dan memaksimalkan fungsi diri dengan baik kepada masyarakat. Dengan begitu perasaan tenang dan berani akan datang di hati setiap orangnya. Kemudian kita akan semakin mudah mencari tahu bakat dan potensi dari dalam diri kita untuk kemudian di berikan sebagai bukti kepada masyarakat bahwa difabel</p>	<p>“Tentu dibarengi dengan kegigihan dia untuk berlatih dan semangat dia bahwa dia itu bisa merealisasikan sebagai atlet nasional.” (SU.S1-WM-W1:L.62-64)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Subjek menyadari akan kekurangan dan kelebihan dalam dirinya. 2. Subjek mencari tahu bakat dalam dirinya. 3. Subjek bersikap gigih dalam mengubah kehidupannya.

	<p>mampu dan bisa memiliki kehidupan seperti pada orang (normal) umumnya. Jadi setelah mengetahui saya seorang difabel saya mulai dalam menjalani kehidupan dengan belajar menerima keadaan dan menampilkan kemampuan diri secara maksimal dengan status yang di miliki.”</p> <p>(SU.S1-MH-W5:L.3-18)</p>		
b. Hubungan dengan orang lain			
	<p>“Saya berteman baik dengan semua atlet baik yang ada di NPC Indonesia maupun di luar. Hubungan saya dengan lingkungan rumah saya juga terjaga baik dengan saling berkomunikasi, berbagi informasi, bertukar cerita, bercanda dan saling mendukung satu sama lain.”</p> <p>(SU.S1-MH-W5:L.34-39)</p>	<p>“Komunikasi dia dengan teman-temannya bagus.”</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.74)</p> <p>“Kemudian dia juga sering nongkrong bareng, main musik bareng, saya lihat dari <i>compare</i> komunitas ya seperti itu.”</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.75-76)</p>	<p>1. Subjek dapat berbaur dengan orang disekitarnya .</p>
c. Manajemen diri			
	<p>-Opini Difabel</p> <p>“Kemudian pandangan difabel itu sebenarnya juga masing-masing, dimana difabel merupakan orang-orang yang mau beraktivitas</p>	<p>“Berikut cara menunjukkann ya kepada masyarakat.”</p> <p>(SU.S1-WM-W1:L.60-61)</p>	<p>1. Subjek memiliki aktivitas dalam kehidupannya.</p>

<p>seperti bekerja, bergerak di masyarakat dan berkegiatan di luar rumah. Namun juga ada disabilitas atau difabel yang masih dipengaruhi oleh pandangan-pandangan negatif dari masyarakat karena berdiam diri dan tidak produktif.” (SU.S1-MH-W2:L.12-14) “Kemudian saya juga ingin benar-benar mengentaskan para difabel daerah-daerah saya sendiri itu pengen bisa untuk keluar rumah. Dimana saya ingin menjadi inspirasi orang-orang bahwa difabel bisa.” (SU.S1-MH-W5:L.84-88)</p>	<p>“Terlihat dari cara dia hidup mandiri. Mulai persiapan sebelum berangkat hingga melewati halang rintang di perjalanan menuju tempat latihan.” (SU.S2.WM.W1: L.100-103) “Terlebih lagi terlihat apabila dia sedang menyiapkan diri untuk mengikuti ajang pertandingan. Subjek akan semakin semangat.” (SU.S2.WM.W1: L.98-100)</p>	<p>2. Subjek memiliki cara dalam melakukan kegiatan sehari-harinya.</p>
<p>d. Hubungan dengan lingkungan sekitar</p>		
<p>”Kemudian saya juga ikut aktif dalam organisasi-organisasi anak muda dan kedaerahan.” (SU.S1-MH-W5:L.39-42)</p>	<p>“Selain itu saya juga ada teman asal Solo juga yang sekarang di Bekasi menekuni bidang teater, kami sering</p>	<p>1. Subjek dapat berbaur dengan lingkungan disekitarnya . 2. Subjek aktif dalam</p>

		berkomunikasi dan sesekali mengabarkan kalau subjek juga ikut serta dalam kegiatan teater disana. (SU.S2.WM.W1: L.76-80) “Melihat dari situ dimana dia banyak berkegiatan artinya komunikasinya menurut saya bagus.” (SU.S2.WM.W1: L.80-83)	organisasi kemasyarakatan.
e. Tujuan dan makna hidup			
-Keinginan subjek “Untuk menginspirasi orang-orang yang ga mau keluar rumah untuk melakukan sesuatu yang mereka inginkan meskipun nantinya akan melewati jalan dan cara yang berbeda.” (SU.S1-MH-W5:L.45-48)	-Cita-cita subjek “Saya ingin menjadi inspirasi orang-orang untuk 1.) mampu mempunyai harapan hidup yang manis, 2.) membentuk orang-orang yang tidak mau keluar rumah untuk melakukan hal yang diinginkan	“Semangatnya tidak luntur, tidak juga bermalasan dalam berkegiatan di kehidupan sehari-harinya.” (SU.S2.WM.W1: L.105-107) “Dan kelihatannya untuk saat ini dia sedang mengikuti pelatihan guna mempersiapkan	1. Tujuan hidup subjek untuk meninspirasi masyarakat. 2. Makna hidup subjek menjadi seorang yang berprestasi salah satunya sebagai atlet menembak.

	<p>meskipun nanti akan menempuh cara dan lewati jalan yang berbeda, 3.) mampu membuat orang untuk dapat berjalan dan berpikiran dengan jernih serta berharap hal-hal yang bagus seperti dengan cara berfikir aku yang bakal bisa dapetin pialanya.” (SU.S1-MH-W5:L.70-78)</p> <p>-Rencana ke depan subjek “Tahun 2022, mengikuti PEPARDA Bekasi sebagai Tuan Rumah. Tahun 2024, mengikuti Pekan Paralimpik Nasional di Paris dan mengikuti PEPARNAS di Aceh.” (SU.S1-MH-W5:L.81-84)</p>	<p>n diri untuk ajang pertandingan regional (daerah) di Bekasi.” (SU.S1-WM-W1:L.67-70)</p>	
f. Pertumbuhan dan perkembangan pribadi			
	<p>-Proses sebagai atlet “Setelah melewati tahap seleksi atlet dan penilaian dari tingkat daerah di NPC Bekasi, kemudian tahap atlet tingkat provinsi di NPC Jawa Barat, dan terakhir di tahap atlet tingkat internasional di NPC Indonesia.” (SU.S1-MH-W4:L.74-77)</p> <p>-Indikator penilaian seleksi “Penilaian tersebut di ambil dari <i>attitude</i> dan</p>	<p>“Dia tidak <i>drop</i> (jatuh) justru kebalikannya dia jadi semangat untuk menunjukkan eksistensi diri dan kapasitas dirinya kepada masyarakat luas. bahwa dia punya suatu kelebihan di</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Subjek gigih dalam melewati proses dan tahapan menjadi atlet menembak. 2. Subjek semangat untuk menunjukkan diri sebagai difabel yang

	<p><i>pride</i> atlet selama dalam proses latihan. Aspek yang penilaian untuk meningkatkan status atlet dari daerah ke provinsi dan ke negara melalui program seleksi antara lain umur atlet, kemampuan atau potensi atlet, dan jumlah peningkatan nilai skor/nilai yang lebih baik dari masa pelatihan setiap harinya.“ (SU.S1-MH-W4:L.78-84)</p>	<p>samping kekurangannya.” (SU.S1-WM-W1:L.36-39) “Subjek sebagai difabel begitu sangat gigih menunjukkan eksistensi diri dia” (SU.S1-WM-W1:L.56-57) “Karena subjek merupakan pribadi yang gigih dalam berlatih dan berlatih untuk meningkatkan kemampuan <i>skill</i>-nya di dunia olahraga.“ (SU.S1-WM-W1:L.95-98)</p>	<p>berprestasi di masyarakat .</p>
--	--	---	------------------------------------

Lampiran 10. Tabel Display Data

DISPLAY DATA

A. Display Data Faktor Diri Sendiri

Temuan	Sumber Data			Kesimpulan
	Wawancara	Observasi	Dokumen tasi	
Karakter Difabel	<p>“Saya menyadari bahwa saya adalah berbeda dan memiliki kekurangan fisik dan keterbatasan dalam berpartisipasi di masyarakat memang tidak mudah. Namun semua harus diawali dengan rasa menerima diri yang apa adanya dan memaksimalkan fungsi diri dengan baik kepada masyarakat. Jadi setelah mengetahui saya seorang difabel saya mulai dalam menjalani kehidupan dengan belajar menerima keadaan dan menampilkan kemampuan diri secara maksimal dengan status yang di miliki.” (SU.S1-MH-W5:L.3-18)</p> <p>“Subjek menurut saya seorang yang aktif, kuat dan kreatif.” (SU.S2.WM.W1: L.30-31)</p> <p>“Anaknya sigap dan cekatan dalam bertindak melakukan sesuatu.” (SU.S2.WM.W1: L.107-108)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek tampil dengan percaya diri saat melakukan wawancara dengan posisi duduk yang tegak, dan cara berpakaian yang sopan dan rapih (stelan kaos putih polos, celana hitam panjang, berspatu <i>sport</i>. dan aksesoris topi dikepala). - Penerimaan dan pembawaan diri yang santai dengan memberikan jawaban-jawaban atas pertanyaan dengan perkataan yang lugas dan jelas. - Subjek mampu beraktivitas secara mandiri sesuai kemampuan 	Subjek tampil percaya diri	1. Subjek mampu menerima diri, mencari bakat dan mengembangkan potensi yang dimiliki sebagai seorang difabel di dunia olahraga.

		yang dimiliki sebagai seorang Difabel.		
Minat	<p>“Saya tahu soal NPC Indonesia dari media sosial. Saya tertarik dengan prestasi-prestasi yang dihasilkan oleh teman difabel lain yang mampu cita-citanya, dan saya ingin menjadi salah satu dari mereka.”</p> <p>(SU.S1-MH-W3:L.44-47)</p> <p>“Tujuan difabel dikenal untuk menunjukkan eksistensi dirinya bahwa dia memiliki kapasitas dan kemampuan”(SU.S1-WM-W1:L.58-60)</p>			<ol style="list-style-type: none"> 1. Minat subjek ingin meraih cita-cita. 2. Minat subjek untuk menunjukkan eksistensi diri sebagai difabel yang berhasil.
Motivasi diri sendiri	<p>“Ya itu muncul atas dasar kemauan diri sendiri. Saya ingin mempunyai prestasi. Saya selalu termotivasi “ayo Man bisa”, “ayo Man pasti bisa” menjadi atlet yang terus maju sampai tingkat Internasional untuk membawa nama Negara Republik Indonesia di Dunia.”</p> <p>(SU.S1-MH-W4:L.3-7)</p> <p>“Dibarengi dengan kegigihan dia untuk berlatih dan semangat dia bahwa dia itu bisa merealisasikannya sebagai atlet nasional.</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.62-64)</p>	<p>-Sikap positif thinking subjek yang kuat saat prediksi keberhasilan di setiap latihan dan ajang pertandingan/perlombaan.</p> <p>-Subjek memiliki tujuan hidup yang jelas dengan mampu memaknai hidup dengan harapan dan rencana kehidupan ke depan sebagai seorang Difabel yang aktif, kreatif, dan</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. Motivasi untuk memiliki prestasi di dunia olahraga. 2. Motivasi untuk mendapatkan keberhasilan di setiap ajang perlombaan/pertandingan. 3. Motivasi diri menjadi pribadi yang produktif

		dedikatif, menjadi seorang atlet yang berprestasi, dan seorang yang mampu menjadi motivasi dan inspirasi bagi masyarakat luas terutama bagi kaum Difabel yang masih terkungkung dan tidak memiliki cita-cita dalam hidupnya.		
Bakat	<p>“Sejak kecil saya sudah terbiasa bermain lempar panah jarum ke sebuah bulatan kecil dengan lingkaran angka-angka layaknya dalam olahraga cabang olahraga menembak dengan teman-teman di lingkungan rumah saya.” (SU.S1-MH-W3:L.37-41)</p>	<p>-Subjek memiliki bakat dan potensi dicabang olahraga menembak. - Subjek sebagai anggota Atlet tingkat nasional sebagai kontingen Provinsi Jawa Barat.</p>	Subjek mendapatkan skor/nilai poin yang tinggi di setiap latihan.	1. Subjek berbakat dalam dunia olahraga sebagai atlet cabang menembak.
Potensi	<p>“Dia di dunia olahraga sangat terampil di olahraga menembak.” (SU.S2.WM.W1: L.50-52)</p> <p>“Bahkan dia juga sering di jadikan umpan yang sangat potensial terlihat dari dia yang sering di kirim untuk ke luar daerah sebagai atlet menembak.” (SU.S2.WM.W1: L.65-67)</p>	Subjek melakukan evaluasi dan pembenahan diri menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya seperti: menjadi Atlet Difabel yang berproses dalam meraih	Subjek menjadi atlet menembak kontingen Jawa Barat di PEPARNAS XVI di Papua	<p>1. Subjek berpotensi menjadi atlet cabang olahraga menembak.</p> <p>2. Subjek memiliki evaluasi</p>

		prestasi dan mencapai cita-cita yang tinggi untuk diri sendiri, keluarga dan negara.	tahun 2021	diri yang baik.
Atlet	<p>- Status “Saya seorang atlet di cabang olahraga menembak di <i>NPC Indonesia</i> tingkat Nasional-Internasional. Jadi saya termasuk atlet daerah Bekasi sekaligus atlet provinsi Jawa Barat. Kemudian saya juga sebagai mahasiswa di Institut Bisnis Informatika Kesatuan Bogor.” (SU.S1-MH-W1:L.3-12) “<i>Atlet yang handal</i>” (SU.S2.WM.W1: L.62) “sebagai atlet menembak” (SU.S2.WM.W1: L.67)</p>	<p>-Subjek sebagai anggota Atlet Menembak di <i>National Paralympic Committee Indonesia.</i> --Subjek merupakan atlet yang mengikuti ajang pertandingan/perlombaan di cabang olahraga menembak.</p>	Subjek sebagai Atlet menembak di NPC Indonesia.	1. Subjek merupakan atlet cabang olahraga menembak tingkat nasional-internasional di NPC Indonesia.
Proses menjadi Atlet Berprestasi	<p>-Latihan Terdapat tiga macam pelatihan <i>Pertama</i>, pelatihan mental yaitu berupa latihan uji mental dengan tujuan membentuk pribadi atlet yang fokus. <i>Kedua</i>, pelatihan fisik yaitu untuk melatih tangan agar tidak kaku dan pikiran tidak jenuh. <i>Ketiga</i>, pelatihan psikologi yaitu misalnya dengan materi rileksasi.” (SU.S1-MH-W4:L.113-138)</p> <p>-Strategi “Saya selalu menjaga kesehatan, menjaga <i>good mood</i> (perasaan baik), rutin</p>	<p>-Subjek merupakan atlet yang aktif dalam mengikuti latihan di cabang olahraga menembak. - Subjek mampu melakukan evaluasi hasil latihan saat pembinaan prestasi bersama pelatih melalui pengadaan uji coba seperti kompetisi dan try</p>	Subjek mengikuti proses latihan atlet menembak.	<p>1. Subjek menguasai materi tentang dunia olahraga menembak. 2. Subjek mampu mengikuti kegiatan pelatihan sebagai atlet cabang olahraga</p>

	latihan dan istirahat yang cukup.” (SU.S1-MH-W4:L.206-207)	out yang dilakukan di dalam ataupun di luar <i>National Paralympic Committee Indonesia</i> .		menembak.
Kegigihan menjadi Atlet Berprestasi	-Perjuangan atlet menembak “Dukanya ketika seorang atlet menembak yaitu harus selalu berusaha agar mendapatkan nilai aman yakni poin 10 secara terus menerus jangan sampai 9 atau nilai lain di bawah 10. Sehingga disana atlet akan sangat diuji sekali otak dan pikiran yang selalu dipacu degan nilai aman bagi atlet. Kemudian untuk memulai semua ajang perlombaan yang daerah masih membutuhkan dana pribadi, berbeda ketika sudah masuk ajang perlombaan tingkat provinsi malah kebalikannya karena para atletnya yang akan di gaji oleh negara.” (SU.S1-MH-W4:L.253-263) “Terlebih lagi terlihat apabila dia sedang menyiapkan diri untuk mengikuti ajang pertandingan. Subjek akan semakin semangat.” (SU.S2.WM.W1: L.98-100) “jadi saya berpendapat tidak setuju untuk mereka yang mempunyai pikiran saya ga bisa ngapa-ngapain, saya ga bisa gerak karena sesuatu ini dan itu, tapi kita bisa ketika	-Subjek memiliki pengalaman bertanding/berlomba. -Subjek merupakan atlet yang kompetitif di setiap latihan dan pertandingan/perlombaan dengan menunjukkan nilai/skor yang tinggi. -Ketangguhan subjek saat melakukan aktivitas sehari-hari sebagai atlet Difabel Berprestasi. -Ketahanan mental subjek melewati proses menjadi atlet berprestasi dari awal (daerah) hingga kini (nasional-internasional).	Subjek rajin mengikuti latihan menembak bersana teman-teman atlet menembak lainnya.	1. Subjek melewati masa suka-duka menjadi Atlet. 2. Subjek merupakan pribadi yang kompetitif dalam sebuah latihan maupun perlombaan/pertandingan. 3. Subjek melewati proses seleksi yang panjang.

	<p>kita mempunyai motivasi dan inspirasi dalam hidup. Dan saya ingin menjadi salah satu sosok yang dapat memberikan motivasi dan menginspirasi kehidupan orang-orang dengan kebutuhan khusus untuk mampu dan bisa sebagaimana kehidupan yang dimiliki oleh orang (normal) pada umumnya.”</p> <p>(SU.S1-MH-W5:L.60-68)</p> <p>“Dia tidak <i>drop</i> (jatuh) justru kebalikannya dia jadi semangat untuk menunjukkan eksistensi diri dan kapasitas dirinya kepada masyarakat luas. bahwa dia punya suatu kelebihan di samping kekurangannya.”</p> <p>(SU.S1-WM-W1:L.36-39)</p>			
Prestasi	<p>“<i>Pertama</i>, pertandingan uji coba di Jakarta dengan peringkat nilai kedua bersamaan atlet-atlet normal. <i>Kedua</i>, pertandingan persahabatan dalam rangka Ulang Tahun TNI Angkatan Laut November 2020 di Bandung dengan peringkat bertahan dua. <i>Ketiga</i>, pertandingan persahabatan TNI Angkatan Laut Februari 2021 dengan peringkat pertama. <i>Terakhir</i>, PEPARNAS XVI Papua November 2021 dengan dua peringkat pertama.” (SU.S1-MH-W4:L.210-218)</p> <p>“Pada PEPARNAS XVI Papua 2021 kemarin, saya meraih dua emas pada cabang</p>	<p>-Subjek mampu mencapai prestasi dengan kekurangan yang dimiliki sebagai seorang ABK</p> <p>- Subjek berhasil meraih dua juara pertama cabang olahraga menembak kategori individu dan beregu Erival SH1 10 Meter.</p> <p>- Subjek mampu memecahkan rekor nasional pertama cabang</p>	<p>Subjek mendapatkan penghargaan dan medali emas sebagai juara pertama PEPARNAS XVI di Papua tahun 2021</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Subjek meraih dua emas pada cabang olahraga menembak kategori individu dan beregu pada PEPARNAS XVI di Papua tahun 2021 2. Subjek mencetak rekor

	olahraga menembak, yaitu kategori individu dan beregu. Kejadian tersebut mencetak rekor nasional pertama kalinya untuk cabang olahraga menembak dengan jangkauan waktu 22 menit sebanyak 60 peluru dengan skor/nilai tercatat sebesar 632 sebanyak 60 peluru dalam waktu 22 menit.” (SU.S1-MH-W4:L.218-225)	olahraga menembak di PEPARNAS XVI Papua tahun 2021.		nasional pertama cabang olahraga menembak di PEPARNAS XVI Papua tahun 2021.
--	--	---	--	---

B. Display Data Faktor Keluarga

Temuan	Sumber Data			Kesimpulan
	Wawancara	Observasi	Dokumentasi	
Pola asuh orang tua	-Nasihat orang tua “kamu harus mempunyai prestasi sebagai bentuk kebanggaan diri”. (SU.S1-MH-W4:L.12-13) -Teguran orang tua “Kamu kalo mau keluar ya keluar sekalian, mau maju ya maju sekalian, jangan setengah-setengah kalo jalanin,” (SU.S1-MH-W4:L.24-26)			1. Peran pendidikan pola asuh sangat di butuhkan dalam menciptakan karakter pribadi yang maksimal.
Motivasi orang tua	-Motivasi orang tua “Jadi karena saya merupakan anak yang menjadi harapan satu-satunya dari orang tua.” (SU.S1-MH-W4:L.110-11)			1. Orang tua merupakan motivasi terbesar seorang anak.

	<p>“Jadi pemicunya sebagian dari untuk menyenangkan orangtua jadi ya kita sendiri harus bener-bener semangat.” (SU.S1-MH-W4:L.13-16)</p>			
Motivasi keluarga	<p>“Jadi menurut saya pemicunya yaitu karena pemicunya sebagian dari untuk menyenangkan orangtua jadi ya kita sendiri harus bener-bener semangat.” (SU.S1-MH-W4:L.10-13)</p> <p>“Kemudian dari itu saya mengubah keinginan saya untuk membahagiakan keluarga bukan hanya untuk orangtua seperti sebelumnya.” (SU.S1-MH-W4:L.21-24)</p>			<p>1. Keluarga merupakan tempat bertumpu seseorang dalam suatu keadaan.</p>

C. Display Data Faktor Lingkungan

Temuan	Sumber Data			Kesimpulan
	Wawancara	Observasi	Dokumentasi	
Teman	<p>“Kemudian maju dengan tekad yang besar dari teman-teman yang pernah di titik terendah. Saya termotivasi perkataan teman saya yang mengingatkan tujuan saya.” (SU.S1-MH-W4:L.61-63)</p> <p>“Dukungan semangatnya karena kami sekarang</p>	<p>Subjek memiliki komunikasi interpersonal yang baik dengan orang lain seperti orangtua, teman dan</p>	<p>Subjek berkumpul bersama teman-temannya.</p>	<p>1. Teman merupakan penemangat seseorang untuk melanjutkan hidup.</p>

	<p>berjarak Solo-Bekasi, jadi kita selalu kompak melalui internet seperti <i>facebook</i>, <i>whatsapp</i> maupun sosial media lain”untuk saling berkomunikasi dan saling menyemangati.”</p> <p>(SU.S2.WM.W1: L.86-90)</p> <p>“Jadi bener-bener temen itu jadi penyemangat, meskipun jauh dan banyak hal yang berbeda mereka selalu <i>support</i>.”</p> <p>(SU.S1-MH-W4:L.66-68)</p>	lingkungannya.		
Sekolah	<p>-Pihak Sekolah</p> <p>“Ada juga hal lain yang memotivasi untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik sehingga dapat mengantarkan saya sampai pada titik ini yaitu di dorong dari pihak sekolah untuk membantu difabel mempunyai prestasi.”</p> <p>(SU.S1-MH-W4:L.29-33)</p> <p>- Guru di Sekolah</p> <p>“Di sekolah saya bertemu dengan guru-guru yang memotivasi untuk hidup lebih baik dari sebelumnya. Banyak kritik dan saran yang diberikan untuk menunjang penampilan dari sikap dan kepribadian diri.”</p> <p>(SU.S1-MH-W4:L.33-35)</p>			<p>1. Sekolah merupakan pihak yang turut membantu meningkatkan keinginan dalam menggapai cita-cita.</p>
Pekerjaan	<p>“Saya berteman baik dengan semua atlet baik yang ada di NPC Indonesia maupun di luar. Hubungan saya dengan lingkungan rumah saya juga terjaga baik dengan saling berkomunikasi, berbagi</p>		Subjek ikut serta latihan bersama teman-temannya di arena	<p>1. Lingkungan pekerjaan seseorang akan memawakan dan melatih pribadi</p>

	informasi, bertukar cerita, bercanda dan saling mendukung satu sama lain.” (SU.S1-MH-W5:L.34-39)		latihan para atlet menembak.	menjadi seseorang yang lebih baik dari sebelumnya.
Difabel	<p>“Kemudian saya juga ingin benar-benar mengentaskan para difabel daerah-daerah saya sendiri itu pengen bisa untuk keluar rumah.” (SU.S1-MH-W5:L.84-86)</p> <p>“Ingin membawakan pengaruh positif pada khususnya penyandang disabilitas/difabel yang dalam perjalanan hidupnya banyak keluh kesahnya seperti merasa tidak punya kehidupan menjadi berpikir bahwa meskipun memiliki keterbatasan dalam masyarakat bukan berarti menutup kemungkinan untuk menjadi sukses versi diri sendiri. Penanaman pola pikir yang bagus dan jernih seperti “aku bakal bisa dapetin pialanya”, alhasil dia akan mendapatkan emas kejuaraan yang diimpikan yang tentunya dengan melewati berbagai proses menjadi seperti atlet yang handal.” (SU.S1-MH-W5:L.48-59)</p>			1. Prespektif negatif difabel oleh masyarakat akan meningkatkan rasa untuk menunjukkan diri menjadi lebih baik sesuai standar yang diberikan.
Masyarakat	<p>“Dimana saya ingin menjadi inspirasi orang-orang bahwa difabel bisa.” (SU.S1-MH-W5:L.87-88)</p> <p>“Saya ingin menjadi inspirasi orang-orang untuk 1.) mampu mempunyai</p>	Subjek mampu bersosialisasi dengan lingkungan disekitarnya seperti:	Subjek ikut terlibat di organisasi kemasyarakatan.	1. Masyarakat merupakan lingkungan terbesar dimana seseorang akan merasa

	<p>harapan hidup yang manis, 2.) membentuk orang-orang yang tidak mau keluar rumah untuk melakukan hal yang diinginkan meskipun nanti akan menempuh cara dan lewati jalan yang berbeda, 3.) mampu membuat orang untuk dapat berjalan dan berpikiran dengan jernih serta berharap hal-hal yang bagus seperti dengan cara berfikir aku yang bakal bisa dapetin pialanya.” (SU.S1-MH-W5:L.70-78)</p>	<p>lingkungan teman sekolah, lingkungan teman seprofesi, lingkungan teman bermain, dan lingkungan teman di organisasi kemasyarakatan.</p>	<p>puas ketika di anggap mampu oleh masyarakat.</p>
--	---	---	---

Lampiran 11. Dokumentasi Peneliti



Atlet mendapatkan Piagam Penghargaan Juara Pertama di PEPARNAS XVI Papua 2021



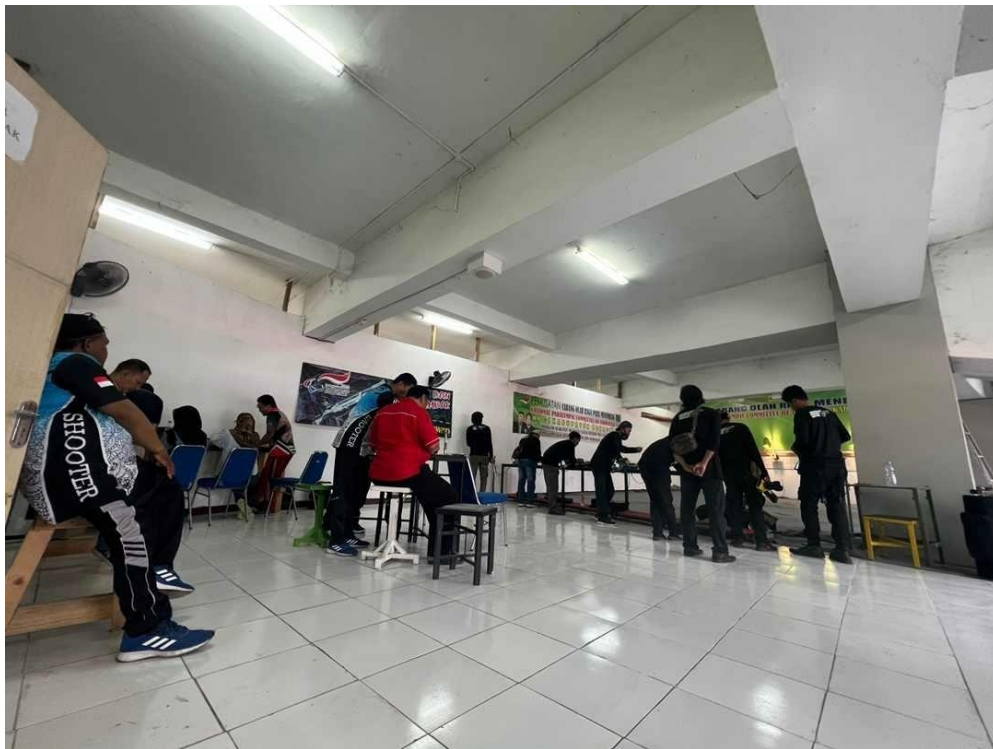
Muhammad Hilman sebagai Subjek Penelitian.



Atlet bersama DINSOS & DISPORA Provinsi Jawa barat.



Penyerahan Penghargaan dari Ketua dan Sekertaris XTC DPC Kota Bogor.



Situasi dan Kondisi Pelatihan Atlet Menembak Di NPC Bekasi.



Proses Latihan Atlet Cabang Olahraga Menembak.



Atlet ABK Berprestasi Cabang Olahraga Menembak.

Results

Air Rifle 60

15/02/2022 11:38:51

Start number: 09
Name: HILMAN

Total: 621,2 **Inner tens:** 44
Series totals: 103,7 104,5 103,7 104,3 102,5 102,5

MPI: X: -0,1 mm; Y: 0,0 mm
Group size: Ø: 11,2 mm



Series 1P: 10,1 ✓ 10,2 ✓ 10,6 ✓ 10,3 ✓ 10,3 ✓ 10,1 ✓ 10,5 ✓ 10,1 ✓ 10,7 ✓ 10,1 ✓

Series total: 103,0
MPI: X: -0,2 mm; Y: -0,3 mm
Group size: Ø: 8,8 mm



Series 1: 9,8 ✓ 10,9 ✓ 10,5 ✓ 10,2 ✓ 10,3 ✓ 10,9 ✓ 10,1 ✓ 10,5 ✓ 10,1 ✓ 10,4 ✓

Series total: 103,7
MPI: X: 0,9 mm; Y: 0,4 mm
Group size: Ø: 8,3 mm



Series 2: 10,7 ✓ 10,1 ✓ 10,7 ✓ 10,3 ✓ 10,0 ✓ 10,7 ✓ 10,7 ✓ 10,2 ✓ 10,4 ✓ 10,7 ✓

Series total: 104,5
MPI: X: -0,2 mm; Y: 0,4 mm
Group size: Ø: 8,2 mm



Series 3: 9,7 ✓ 10,3 ✓ 10,5 ✓ 10,8 ✓ 10,3 ✓ 10,2 ✓ 10,7 ✓ 10,6 ✓ 10,1 ✓ 10,5 ✓

Series total: 103,7
MPI: X: 0,2 mm; Y: 1,0 mm
Group size: Ø: 8,4 mm



Series 4: 10,6 ✓ 9,9 ✓ 10,7 ✓ 10,7 ✓ 10,7 ✓ 10,5 ✓ 10,6 ✓ 10,4 ✓ 9,5 ✓ 10,7 ✓

Series total: 104,3
MPI: X: -0,5 mm; Y: -0,4 mm
Group size: Ø: 9,0 mm



Series 5: 10,3 ✓ 10,2 ✓ 10,2 ✓ 10,3 ✓ 10,1 ✓ 9,8 ✓ 10,5 ✓ 10,1 ✓ 10,5 ✓ 10,5 ✓

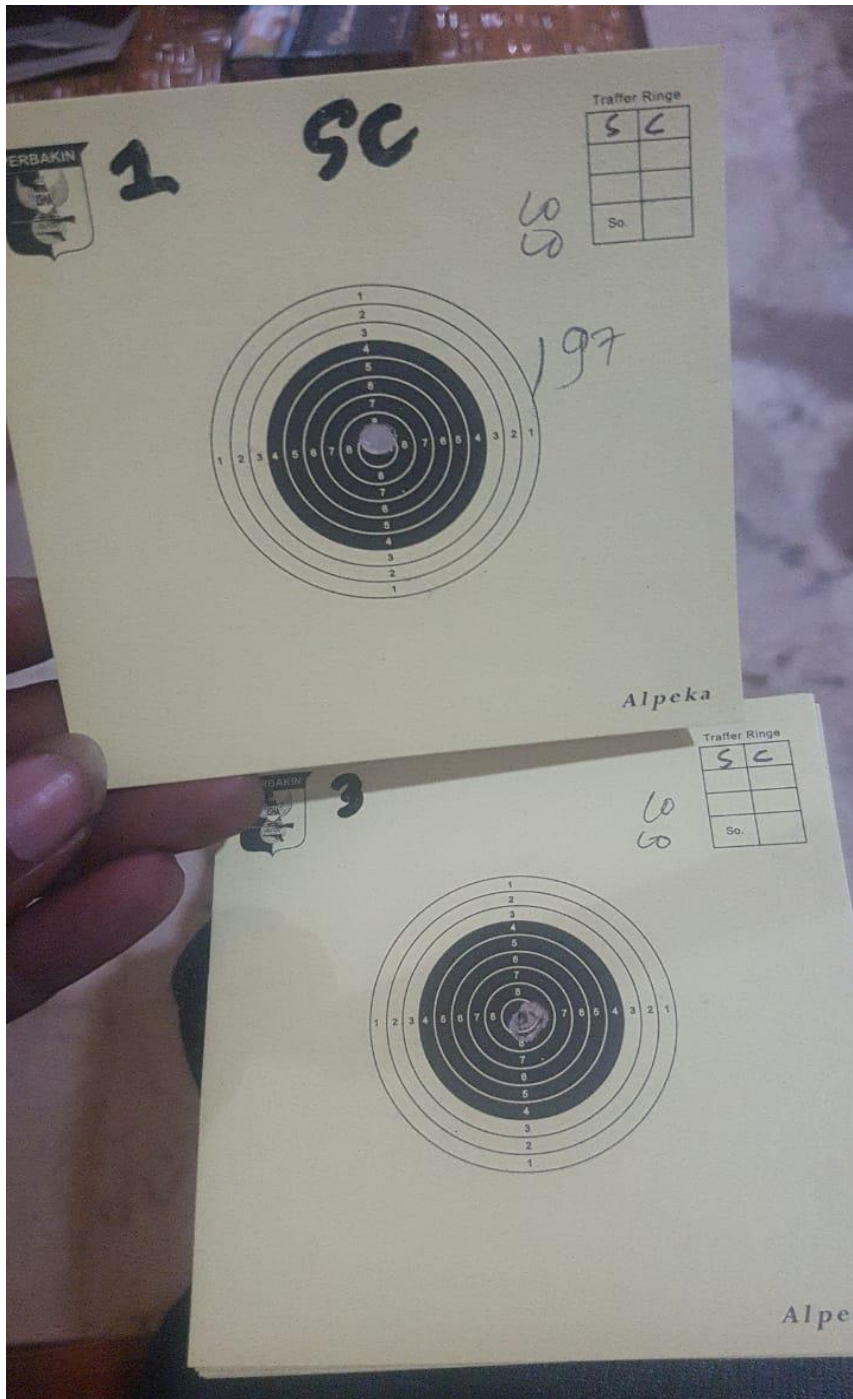
Series total: 102,5
MPI: X: -0,2 mm; Y: -0,5 mm
Group size: Ø: 9,4 mm



Series 6: 10,2 ✓ 10,0 ✓ 10,6 ✓ 9,9 ✓ 10,5 ✓ 9,7 ✓ 10,6 ✓ 10,3 ✓ 10,1 ✓ 10,6 ✓

Series total: 102,5
MPI: X: -0,6 mm; Y: -0,9 mm
Group size: Ø: 8,4 mm

- 8



Hasil Poin Pelatihan.



Atlet Di Stadion Wibawa Mukti, Bekasi.



Bersama Pace Alex dan Pace Agus.



Atlet Bersama Pendamping Lapangan dan Pelatih.



Subjek bersama teman-teman.



Subjek bersama komunitas kemasyarakatan.



Proses Wawancara Narasumber.

Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup Subjek Penelitian

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Data Pribadi

Nama : Muhammad Hilman
Jenis kelamin : Laki-laki
Tempat/Tanggal Lahir : Bogor, 10 Maret 1999
Status : Atlet Menembak
Agama : Islam
E-mail : emandualima04@gmail.com
No. Hp : 0895-2250-3360
Alamat : Jalan Sukamulya RT 02 RW 05,
Kelurahan Sukasari II, Kecamatan Bogor Timur,
Kota Bogor, Provinsi Jawa Barat.

B. Riwayat Pendidikan

1. 2008-2013 : MI Al-Khoeriyah Gang Aut
2. 2013-2016 : SMP P.U.I Jalan Pahlawan
3. 2016-2019 : SMK Bina Profesi Warung Jambu
4. 2019- Sekarang : Institut Bisnis Informatika Kesatuan Bogor.
S1 - Program Studi Manajemen Pemasaran.

Lampiran 13. Jadwal Penelitian

JADWAL PENELITIAN

No.	Kegiatan	Waktu Penelitian										
		Tahun 2021					Tahun 2022					
		Agu st	Sep t	O k t	N o v	D e s	J a n	Feb r	M a r	A p r	Mei	J u n
1.	Pra Penelitian											
2.	Proposal											
3.	Penelitian											
4.	Penyusunan Laporan											

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

C. Data Pribadi

Nama : Fatimah
NIM : 151221215
Tempat/Tanggal Lahir : Cilacap, 26 September 1996
Agama : Islam
E-mail : azahrafatimah79@gmail.com
No. Hp : 0882-2420-8520
Alamat : Dusun Panebasan RT 02 RW 05, Desa Ciklapa,
Kecamatan Kedungreja, Kabupaten Cilacap,
Provinsi Jawa Tengah.

D. Riwayat Pendidikan

1. 2003-2009 : MI 01 Ciklapa, Kedungreja, Cilacap Jawa Tengah.
2. 2009-2012 : MTs Syamsul Huda Kedungreja, Cilacap Jawa Tengah.
3. 2012-2015 : MA Syamsul Huda Kedungreja, Cilacap Jawa Tengah.
4. 2015- 2022 : Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
S1 - Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

E. Pengalaman Organisasi

1. Unit Kegiatan Mahasiswa Lembaga Penelitian Mahasiswa Dinamika di Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Komunitas Mahasiswa Ngapak (KOMPAK) di Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Surakarta, 22 September 2022
Peneliti,

Fatimah