

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sejatinya seluruh hal yang telah terjadi di dunia ini semata-mata sudah digariskan dalam takdir Tuhan, kita sebagai manusia hanya dapat menerima serta beryukur atas apa yang sudah Tuhan berikan pada setiap hamba-Nya. Menurut Soeharso sebagai manusia hendaknya hanya dapat menerima dan berusaha untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Seperti manusia yang dilahirkan tidak sempurna, yang memiliki kecacatan fisik ataupun mental sehingga menghambat aktifitas sehari-hari, tak jarang dianggap remeh, tidak produktif serta tidak dapat bertanggung jawab atas dirinya sendiri (Jarmitia, dkk, 2016).

Interaksi sosial sangat berguna untuk menelaah dan mempelajari banyak masalah di dalam masyarakat. Interaksi sosial merupakan kunci semua kehidupan sosial karena tanpa interaksi sosial, tidak akan ada kehidupan bersama menurut Soekanto (Rahmayanti, 2012).

Intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu pekerjaan atau aktivitas tertentu secara terus menerus dan berulang-ulang. Menurut Simatupang (2011) intensitas merupakan seberapa sering seseorang melakukan kegiatan secara terus menerus, kegiatan yang dilakukan secara terus menerus biasanya terjadi karena dari dalam diri individu sendiri.

Sax (Ardari, 2016) mendefinisikan intensitas sebagai kedalaman atau kekuatan sikap terhadap sesuatu. Wulandari (Ardari, 2016) menjelaskan bahwa

kata intensitas mengacu pada penggunaan waktu untuk melakukan aktivitas tertentu (durasi) dengan jumlah ulangan tertentu (frekuensi). Perkataan intensitas sangat erat kaitannya dengan motivasi, antara keduanya tidak dapat dipisahkan sebab untuk terjadinya intensitas interaksi sosial atau hubungan sosial harus didahului dengan adanya motivasi dari orang itu sendiri. Berdasarkan teori diatas dapat disimpulkan bahwa intensitas adalah suatu kegiatan yang sering dilakukan oleh seseorang yang muncul dari keinginannya sendiri dan senang melakukan kegiatan tersebut.

Kemudian mengenai "*Different Ability*" atau yang biasa dikenal dengan Difabel merupakan suatu masalah sosial yang berada di Negara Indonesia. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia No. 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat pada pasal 1 ayat 1 menyatakan bahwa penyandang disabilitas yaitu setiap orang yang mempunyai kelainan fisik atau mental yang dapat mengganggu sehingga menjadikan hambatan dan rintangan baginya untuk melakukan kegiatan secara selayaknya. Yang terdiri dari penyandang cacat fisik, penyandang cacat mental, dan penyandang cacat fisik serta mental.

Menurut Adinda banyaknya kaum Difabel tak jarang mendapatkan stigma Negatif dari Masyarakat Indonesia, sebutan penyandang cacat yang biasa orang awam ucapkan pun terdengar sangat diskriminatif (Jarmitia, dkk, 2016). Maka dari itu sehingga memunculkan perdebatan yang panjang, akhirnya dalam undang-undang nomor 19 tahun 2011 istilah penyandang cacat diubah menjadi penyandang disabilitas yang diambil dari kata *people with disabilities* atau *disabled person*.

Tabel : 1. Banyaknya Penyandang Cacat Menurut Jenis & kecamatan di Kota Surakarta tahun 2016

Kecamatan	Cacat Tubuh	Tuna Netra	Tuna Mental	Tuna Rungu/Wicara
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Laweyan	43	1	6	1
Serengan	18	-	2	3
Pasar Kliwon	14	2	15	1
Jebres	34	2	24	7
Banjarsari	14	3	12	11
Jumlah	123	8	59	23
2015	714	159	391	207
2014	321	152	163	150
2013	120	30	135	63
2012	587	314	782	305

Sumber : *Dinas Sosial Kota Surakarta*

Penulis sudah melakukan pengamatan selama 1 bulan dalam Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BBRSPDF) Prof. Dr Soeharso. Berdasarkan pasal 2 Surat Keputusan Menteri Sosial RI Nomor : 55 / HUK / 2003.

Demikian pula dengan apa yang dilihat oleh penulis di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik atau BBRSPDF Prof. Dr. Soeharso. Disana penulis banyak melihat penyandang disabilitas yang mana disebut dengan penerima manfaat dari berbagai suku dan ras diseluruh Indonesia mulai dari usia 17 tahun sampai 35 tahun dan berstatus single atau belum menikah. Di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik

penyandang disabilitas atau penerima manfaat diwajibkan untuk dapat terbiasa hidup mandiri tanpa harus menggantungkan hidup pada orang lain, disana mereka dibiasakan untuk bisa memenuhi kebutuhannya sendiri, seperti mandi, cuci, makan, dan bersih-bersih sendiri. Penerima Manfaat dilatih untuk bekerja sesuai dengan bakat dan minat sesuai dengan hasil Tes Psikologi yang dilakukan sebelum masuk dalam Balai Besar Rehabilitasi Penyandang Disabilitas Fisik. Dalam Balai Besar tersebut juga memfasilitasi penerima manfaat secara detail dan sangat rinci, seperti diadakannya *cens conference* setiap adanya penerimaan siswa baru untuk membahas satu per satu siswanya dalam segala fasilitas, contohnya seperti tempat tidur, kursi roda jika perlu, kaki dan tangan palsu jika perlu, tempat tidur sampai dalam hal akomodasi untuk kepulauan penerima manfaat setelah 1 tahun dalam Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik.

Kondisi psikis seorang penyandang disabilitas cenderung kurang percaya diri, merasa rendah diri, menganggap dirinya kurang beruntung, tidak dapat hidup mandiri, merasa tidak memiliki kompetensi didalam dirinya, serta merasa tidak memiliki cita-cita dimasa depan. Kurangnya kepercayaan diri penyandang disabilitas tak jarang menjadikan seorang individu sulit untuk melakukan interaksi sosial dengan orang lain maupun kelompok.

Menurut Hambley (Widjaya, 2017) salah satu yang mempengaruhi kemampuan untuk penyesuaian sosial yaitu kepercayaan diri. Wilis berpendapat (Evitasari, 2016) bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Dengan kata lain,

kepercayaan diri adalah bagaimana kita bertanggung jawab terhadap suatu masalah yang sedang kita hadapi tanpa harus mengganggu orang lain. Berdasarkan penjelasan tersebut, kepercayaan diri dapat menjadikan seseorang lebih teratur dalam menjalankan setiap hal dalam hidupnya.

Kepercayaan diri sangatlah penting dalam proses komunikasi dimana terjadi interaksi sosial. Hal ini diperkuat dengan penelitian Iramona (2014) tentang hubungan antara kepercayaan diri, dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan $r = -0,559$; $R^2 = 32,5$ dan $p = 0,000$ yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwasanya kepercayaan diri sangat berpengaruh dengan proses interaksi dari setiap individu.

Penyandang disabilitas dalam konteks kehidupan sosial seharusnya mendapatkan dukungan sosial dan moral dari keluarga, teman, serta dari lingkungan sekitarnya, yang dapat memberikan dukungan dan perhatian terhadap suatu proses pembentukan kepercayaan diri. Keluarga memiliki peranan yang penting dalam pemberian dukungan, perhatian, penghargaan dan perlindungan pada penyandang disabilitas karena keberadaan keluarga akan memberi arti hidup sehingga membuat individu tersebut merasa diterima sehingga dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga akan mempengaruhi individu dalam pembentukan dan pengembangan kepercayaan diri (Sijabat, 2018).

Menurut studi yang dimuat dalam *Psychology of Sport and Exercise*, berolahraga selama 30 menit cukup untuk membuat Anda merasa lebih baik terhadap citra tubuh. Olahraga memang membantu mengencangkan otot dan membakar lemak. Namun peneliti dari University of British Columbia

menemukan, olahraga 30 menit membantu memperbaiki persepsi mental (Wisnuwardani, 2017).

Olahraga bisa memberikan keuntungan fisik bagi siapapun. Tapi di luar itu, terdapat juga manfaat psikologis dalam olahraga bagi penyandang disabilitas. Dengan kata lain, para penyandang disabilitas yang sering melakukan olahraga punya tingkat kepercayaan diri lebih tinggi. Olahraga merupakan salah satu cara yang paling penting dilakukan untuk mendapatkan physical confidence tersebut. Ketidakseimbangan postur, otot-otot yang tegang dan tuntutan untuk memenuhi kebutuhan fisik sehari-hari merupakan salah satu alasan mengapa olahraga dibutuhkan. Dengan terciptanya kesempurnaan pada tubuh, otomatis kepercayaan diri pun terbentuk. Ini dia yang membuat olahraga bisa bantu meningkatkan rasa percaya diri, seperti dikutip dari *Times of India* (Sartika, 2018).

1. Rasa Pencapaian

Ketika berolahraga, rasa percaya diri akan meningkat karena kita telah mau menyemangati diri sendiri untuk aktif bergerak ketimbang hanya duduk diam mendengarkan masalah atau gosip yang sedang terjadi. Aktif bergerak, tentu lebih sehat ketimbang duduk santai tanpa melakukan apapun.

2. Meningkatkan Rasa Nyaman

Saat fisik aktif, tubuh melepaskan senyawa endorfin yang mampu mencegah stres dan membuat kondisi psikologi seseorang terasa lebih nyaman. Hal inilah yang membuat rasa percaya diri meningkat ketika sedang berolahraga.

3. Kesehatan Fisik

Olahraga secara rutin akan membuat sistem imun meningkat dan menangkal berbagai virus serta penyakit yang berbahaya. Dengan fisik yang sehat, membuat kita merasa lebih mencintai diri sendiri.

4. Penampilan Lebih Menarik

Olahraga membuat penampilan dan bentuk tubuh menjadi lebih baik. Penampilan yang cantik dan menarik akan meningkatkan rasa percaya diri setiap orang.

5. Memperbaiki Mood

Jika perasaan sedang sedih ataupun buruk, olahraga dapat membuat kita merasa lebih baik dan kembali percaya diri. Olahraga juga salah satu solusi yang baik yang dapat membuat hidup lebih terkontrol, sehingga mood kita siap untuk melakukan hal-hal dan tantangan baru.

6. Bersosialisasi dengan Orang Baru

Mengikuti kelas di gym, jogging di sekitar rumah, ataupun mengikuti kelas yoga, membuat kita dapat mengenal dan menjalin hubungan dengan orang-orang baru di sekitar kita. Bersosialisasi, dapat meningkatkan rasa percaya diri.

7. Membangkitkan Semangat Kompetisi

Dengan berolahraga, kita menantang diri dalam suatu kompetisi, di mana kita mencoba untuk melebihi limit ataupun batasan sendiri. Setelah tantangan itu tercapai, otomatis kita akan lebih menghargai diri sendiri yang akhirnya membentuk kepercayaan diri.

8. Meningkatkan Performa Seksual

Olahraga dapat meningkatkan stamina dan performa seksual serta meningkatkan rasa percaya diri, yang akan membuat kehidupan seksual seseorang menjadi lebih baik.

9. Perhatian dan Konsentrasi yang Lebih Baik

Olahraga dapat meningkatkan perhatian dan konsentrasi yang lebih baik. Hal ini merupakan salah satu faktor yang baik dalam pekerjaan, karena kita dapat menjadi lebih fokus dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan.

Baru-baru ini, telah diadakan Pesta olah raga bagi para penyandang difabel se-Asia yaitu Asian Para Games 2018 di Indonesia. Pesta olahraga ini menunjukkan bahwa para penyandang disabilitas terus bisa berkarya dan berdaya. Di luar itu, ternyata olahraga juga memiliki manfaat besar bagi kehidupan penyandang disabilitas. Hal ini diungkapkan oleh Hilary Beeton, seorang ahli terapi okupasi dan atletik untuk *South African Sports Association for Physically Disabled and International Paralympic Committee*. Tercatat sebanyak 714 peserta dari 39 negara mengikuti 18 cabang olah raga yang diselenggarakan pada event ini. Dapat kita lihat bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri yang tinggi dengan dukungan sosial. Berdasarkan penjabaran diatas dengan demikian penelitian ini dilakukan guna untuk melihat apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada penyandang disabilitas fisik peserta Asian Para Games 2018 di Jakarta.

Seseorang dengan kepercayaan diri yang tinggi cenderung berani berinteraksi dalam kehidupan social. Sedangkan seseorang dengan kepercayaan diri yang

rendah cenderung takut berinteraksi. Penulis berasumsi penyandang disabilitas dengan intensitas interaksi sosial yang tinggi memiliki kepercayaan diri tinggi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara kepercayaan diri dengan intensitas interaksi sosial penyandang disabilitas?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas dengan Intensitas Interaksi Sosial.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- a. Bagi penyandang disabilitas diharapkan mampu untuk berinteraksi sosial sesuai dengan orang-orang pada umumnya.
- b. Bagi pembimbing yayasan disabilitas agar dapat membimbing penyandang disabilitas dengan interaksi sosial pada umumnya.
- c. Bagi orang tua agar dapat membimbing dan menonjolkan kemampuan penyandang disabilitas agar tidak malu berinteraksi dengan orang.
- d. Bagi masyarakat untuk memberikan informasi tentang kepercayaan diri dengan interaksi sosial penyandang disabilitas.

2. Manfaat Teoritis

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap pengembangan psikologi khususnya yang sedang meneliti tentang kepercayaan diri dengan interaksi sosial penyandang disabilitas.

- b. Sebagai bahan masukan bagi penelitian selanjutnya dan sebagai bahan pembandingan untuk pengembangan penelitian sejenis.