

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Olahraga bagi penyandang disabilitas telah menjadi bagian penting dalam pemberdayaan sumber daya manusia yang inklusif di berbagai negara, termasuk Indonesia (Alhumaid, 2024; Rohman & Hamidah, 2024; Habibila & Nugroho, 2024). Melalui olahraga, individu disabilitas tidak hanya memperoleh manfaat kesehatan fisik, tetapi juga ruang untuk pemuliharaan harga diri, integrasi sosial, dan penguatan identitas (Amalia & Zulyadi, 2024). Olahraga disabilitas juga berfungsi sebagai sarana afirmasi bagi kelompok marginal untuk menunjukkan kapasitas dan eksistensinya di tengah masyarakat yang kerap memandang mereka dari sisi kekurangan semata.

Di tengah sistem masyarakat yang cenderung memandang individu disabilitas dari sisi keterbatasan mereka, muncul sebuah ironi sosial yang menarik perhatian yaitu individu yang secara fisik atau kognitif dianggap "cacat" justru mampu meraih prestasi gemilang di tingkat nasional dan internasional. Fenomena ini terlihat jelas dalam dunia olahraga disabilitas, di mana atlet-atlet dengan berbagai jenis disabilitas seperti tunarungu, tunadaksa, dan tunagrahita tidak hanya berpartisipasi, tetapi juga bersaing secara kompetitif dan meraih prestasi di kelas klasifikasinya masing-masing. Misalnya, dalam ajang ASEAN Para Games 2022, Indonesia berhasil membawa pulang 175 medali emas, 144 medali perak, dan 106 medali perunggu (Kemenpora, 2023).

Prestasi ini tidak hanya membawa kebanggaan nasional, tetapi juga mengubah perspektif masyarakat tentang potensi individu disabilitas. Namun, di balik prestasi tersebut terdapat tantangan yang kompleks. Individu disabilitas selain berjuang melawan keterbatasan fisik atau kognitif, namun juga menghadapi stigma sosial yang sering memandang mereka sebagai individu yang tidak mampu (Fadian, 2024). Masyarakat cenderung melihat disabilitas sebagai beban di masyarakat, bukan sebagai bagian dari keragaman manusia yang dapat diatasi dengan dukungan dan kesempatan yang tepat. Melalui olahraga, individu disabilitas telah membuktikan bahwa mereka mampu melampaui batas dan mencapai hal-hal yang sering dianggap mustahil.

Meski begitu, penelitian oleh Supriyanto (2025) mengungkapkan bahwa atlet disabilitas juga harus menghadapi kesulitan seperti mengakses fasilitas pelatihan yang memadai, serta Febiyani, dkk., (2024) menemukan kurangnya dukungan psikologis dari lingkungan sekitar. Selain itu, studi oleh Yusuf MS (2024) mengemukakan bahwa program pembinaan atlet disabilitas cenderung fokus pada aspek keterampilan bermain, sementara aspek psikologis dan motivasi

intrinsik sering diabaikan. Hal ini diperparah oleh keraguan yang masih kuat terhadap individu disabilitas, khususnya berkaitan dengan rasa belas kasih berlebihan sehingga justru menurunkan mental individu disabilitas.

Padahal, individu disabilitas yang aktif dalam kegiatan positif di luar lapangan seperti olahraga cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, termasuk rasa percaya diri dan harga diri yang lebih baik (Ginis, dkk., 2021). Sejalan dengan itu, Fadian (2024) mengindikasikan bahwa dukungan terhadap fisik, psikologis, maupun sosial sangat penting untuk membantu individu disabilitas meraih potensi terbaik mereka dibandingkan menempatkannya dalam perawatan diam di rumah.

Dalam beberapa tahun terakhir, ajang seperti *Paralympic Games*, *Asian Para Games*, *Asean Para Games*, Pekan Paralimpik Nasional (Peparnas) dan Pekan Paralimpik Daerah (Peparda) telah menjadi simbol penting bahwa keterbatasan fisik bukanlah penghalang untuk meraih prestasi. Pada Peparnas XVII Solo 2024, misalnya, sebanyak 4.625 atlet dan ofisial dari 34 provinsi bersaing dalam 20 cabang olahraga disabilitas (Kemenpora, 2024).

Salah satu cabang olahraga yang menonjol dalam peta olahraga disabilitas di kejuaraan internasional dan nasional adalah para bulu tangkis. Cabang ini telah melahirkan banyak atlet berprestasi dari pembinaan *underground* per daerah yang konsisten mengharumkan nama Indonesia di kancah internasional. Misalnya, pada ASEAN Para Games 2022, Indonesia berhasil meraih 30 medali dari cabang ini (PB Djarum, 2023). Sementara itu, cabang olahraga para bulu tangkis di Peparnas 2024 diikuti 248 atlet dari 30 provinsi.

Cabang olahraga para bulu tangkis tengah menjadi sorotan di dunia olahraga disabilitas karena antusiasme tinggi ditunjukkan para peserta serta penonton. Di Peparnas 2024 lalu, atlet-atlet dari seluruh penjuru Indonesia menampilkan performa terbaik mereka, dengan teknik bulu tangkis yang luar biasa. Kategori yang dipertandingkan meliputi tunggal putra, tunggal putri, ganda putra, ganda putri, hingga ganda campuran, yang masing-masing terbagi dalam berbagai klasifikasi tingkat disabilitas, seperti SL3, SL4, SU5, WH1, dan WH2.

Atlet-atlet para bulu tangkis berasal dari latar belakang disabilitas yang beragam, seperti tuna daksa, tuna rungu, dan tuna grahita. Mereka bertanding dalam kondisi fisik dan kognitif yang tidak sama dengan atlet non-disabilitas, namun mampu menunjukkan performa yang kompetitif dan inspiratif. Prestasi mereka membuktikan bahwa disabilitas bukanlah penghalang untuk

mencapai kesuksesan, melainkan dapat menjadi motivasi untuk melampaui keterbatasan (Ginis, dkk., 2021).

Cabor para bulu tangkis menunjukkan kompleksitas unik dalam menghadapi keterbatasan fisik dan kognitif. Berbeda dengan cabang olahraga disabilitas lainnya, para bulu tangkis menuntut koordinasi gerak yang tinggi, kecepatan reaksi, dan strategi permainan yang kompleks, yang harus diadaptasi sesuai dengan jenis disabilitas yang dimiliki oleh atlet (Sobko & Sterin, 2024). Misalnya, atlet tuna daksa yang menggunakan kursi roda harus mengembangkan teknik khusus untuk bergerak cepat di lapangan, sementara atlet tuna rungu harus mengandalkan visual dan isyarat untuk berkomunikasi dengan pelatih dan rekan tim. Selain itu, atlet tuna grahita menghadapi tantangan kognitif dalam memahami strategi permainan, yang membutuhkan pendekatan pelatihan yang lebih intensif dan personal.

Sebagai cabang olahraga disabilitas paling populer di Indonesia, para bulutangkis selalu melahirkan bakat-bakat hebat lintas generasi. Saat ini, tercatat atlet para bulu tangkis aktif di tingkat nasional dibina mulai dari tingkat pelajar. Di Jawa Barat, terutama *National Paralympic Committee* (NPC) kota Bandung yang dikenal sebagai salah satu basis utama pembinaan atlet disabilitas pelajar hingga senior memiliki sekitar 30 atlet binaan yang rutin diorbitkan ke kejuaraan nasional. Nantinya, dari kejuaraan nasional akan berpeluang mewakili Indonesia ke kancah internasional. Dikutip dari Tempo, Deputi IV Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga Kemenpora, Surono, menyebut Peparnas 2024 lalu misalnya, sebagai pencarian bakat-bakat yang berpeluang mendapatkan medali di Paralimpiade 2028 di Los Angeles, Amerika Serikat.

Di balik prestasi gemilang yang diimpikan, para atlet menghadapi persaingan yang ketat dan tantangan yang tidak ringan. Persaingan di tingkat nasional dan internasional semakin sengit, dengan banyak atlet disabilitas muda berbakat yang terus bermunculan. Untuk mempertahankan performa, atlet para bulu tangkis harus menjalani pelatihan intensif dan beradaptasi dengan keterbatasan fisik atau kognitif mereka. Atlet disabilitas para bulu tangkis juga dituntut mengesampingkan kecacatan tubuhnya untuk diterima di masyarakat.

Menurut Marcone (2025), seringkali justru individu penyandang disabilitas akhirnya bisa melakukan atau mencapai prestasi yang individu normal belum tentu bisa. Fenomena ini mengarah pada pertanyaan mendasar; apa yang sebenarnya mendorong individu dengan disabilitas untuk tetap berdaya saing dan meraih prestasi? Pertanyaan ini menempatkan fokus perhatian bukan

hanya pada aspek di lapangan, tetapi lebih jauh pada kekuatan psikologis, motivasi intrinsik, dan pengalaman subjektif yang membentuk sikap prestatif mereka.

Studi awal peneliti memperlihatkan bahwa di balik keberhasilan para atlet disabilitas terdapat kekuatan personal yang tidak dapat dijelaskan hanya dengan pendekatan fisiologis atau teknis di lapangan yang bisa diamati. Misalnya, atlet para bulu tangkis tuna rungu berinisial R mengalami keterbatasan pendengaran yang menyulitkan komunikasi dalam berlatih. Tim pelatih awalnya frustrasi karena R benar-benar tidak memahami apa yang disampaikan. Namun, R bertekad keras agar dirinya bisa terpilih berkompetisi dan memenangkannya. R juga memaknai profesi atlet ini sebagai sarana untuk menghidupi anak dan istri. Sehingga R saat ini tumbuh menjadi atlet paling diandalkan dari kota Bandung mengungguli rekan setimnya di pelatihan.

“Dari prestasi-lah saya bisa memanfaatkan kekurangan saya, untuk bisa bermanfaat, bermakna,” ujar R dalam wawancara dengan peneliti pada 6 Maret 2025.

Dari pola pikir tersebut, R sejauh ini sudah bertahan selama lebih dari 10 tahun untuk memperjuangkan karir atletnya. Selama masa tersebut, R meraih medali perunggu nomor tunggal di Peparda 2014, medali perak nomor tunggal di Peparda 2018, medali emas nomor ganda di Peparda 2018, serta medali perunggu nomor tunggal di Peparda 2022. R menganggap bahwa dengan prestasi itu dirinya bisa lebih memaknai kehidupannya. Bahkan setelah meraih banyak prestasi, R masih berkeinginan untuk menorehkan kemenangan-kemenangan lain di kejuaraan berikutnya.

Sementara itu, atlet para bulu tangkis tuna daksa berinisial Y, yang menggunakan kursi roda akibat kelumpuhan kaki, menuturkan perjuangannya yang penuh jatuh bangun. Y mengikuti pelatihan nasional (pelatnas) untuk Peparnas 2021, Peparnas 2024, serta medali di Peparda dan kejuaraan lain tingkat provinsi. Meski berulang kali dipulangkan seleksi nasional para bulu tangkis klasifikasi tuna daksa, Y tetap berkomitmen untuk mengejar mimpi meraih medali emas di tingkat yang lebih tinggi dari sebelumnya. Saat ini Y sedang berlatih ekstra untuk seleksi dan pemusatan latihan untuk kontingen Peparda 2026 dan Peparnas 2028.

“...sering juga gagal seleksi, ya sedih pasti... tapi saya selalu bilang ke diri sendiri, jangan nyalahin keadaan. Saya bilang: ya, ini proses, wajar gagal, tapi jangan berhenti. Saya boleh kecewa, tapi saya tetap pantas berjuang lagi... Doakan saya A, tahun ini saya mau fokus buat latihan ke Peparda dan Peparnas.” Y, diwawancara pada 6 Maret 2025.

Di klasifikasi lain, atlet tuna grahita berinisial I, yang mengalami hambatan kognitif signifikan, seperti tidak bisa membaca dan menulis juga menunjukkan keberhasilannya berkembang menjadi andalan tim provinsi Jawa Barat dari pembinaan pelajar hingga kini usianya menginjak 24 tahun. I awalnya dilirik oleh ketua para bulu tangkis kota Bandung, Ani Suryani saat bertanding di kompetisi olahraga disabilitas intelektual pelajar yang diakui oleh *Special Olympics Indonesia* (SoIna). Sejak saat itu, I mendapatkan pembinaan dari *National Paralympic Committee* (NPC) kota Bandung untuk berkarir sebagai atlet para bulu tangkis di kompetisi nasional. Kini prestasi-prestasi telah ditorehkan oleh I mulai dari juara di Kejurda, sampai medali emas di Peparda pada klasifikasi tuna grahita.

“Saya gak tau apa-apa (soal para bulu tangkis)... kadang gak ngerti kalau pelatih kasih arahan yang susah. Tapi saya pikir, ya nggak apa-apa terus aja... saya pelan-pelan. Yang penting saya dateng (latihan), saya terus kembangin. Saya juga berhak jadi juara, meskipun saya beda dari yang lain... Pokoknya kata pelatih lari ya lari, kalo kalah perbaikan, gak merasa puas dulu (untuk sekarang).” I, diwawancara pada 6 Maret 2025.

Fenomena ini menunjukkan bahwa disabilitas tidak secara otomatis menjadi penghalang prestasi, melainkan dapat ditransformasi menjadi kekuatan psikologis. Namun, penelitian mengenai atlet disabilitas masih didominasi oleh pendekatan yang menekankan aspek fisik, pengukuran performa, atau capaian daya juang berbasis data numerik. Fokus utama sering kali terletak pada variabel-variabel yang dapat diukur secara objektif, sementara dimensi subjektif dari pengalaman menjadi atlet disabilitas cenderung terabaikan.

Penelitian sebelumnya tentang atlet disabilitas seperti Soares, dkk., (2024) cenderung terbatas pada pendekatan kuantitatif yang hanya mengukur performa fisik dan teknis. Pendekatan ini mengabaikan dimensi subjektif dan pengalaman hidup atlet, yang justru menjadi kunci untuk memahami motivasi dan kekuatan psikologis mereka. Dengan demikian, temuan dari penelitian sebelumnya masih belum mampu memberikan gambaran lebih dalam tentang bagaimana atlet disabilitas memaknai perjuangan mereka.

Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi dengan metode wawancara mendalam untuk menggali pengalaman subjektif atlet disabilitas. Data yang diperoleh akan dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola makna dan motivasi yang mendasari sikap prestatif mereka. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan pemahaman mendalam tentang bagaimana atlet memaknai keterbatasan dan membangun kekuatan psikologis. Oleh karena

itu, pendekatan fenomenologi dipandang peneliti paling tepat untuk menjawab celah penelitian yang selama ini terabaikan (Sugiyono, 2018).

Berbeda dengan penelitian atlet disabilitas sebelumnya yang fokus pada aspek teknis dan fisik, atau penelitian terkait yang mengukur kekuatan psikologis tetapi dari pengukuran angka seperti survei yang dilakukan Goh, dkk., (2024), penelitian pengaruh dukungan perilaku terhadap kualitas hidup (Bruinsma & Hoofdakker, 2024), penelitian tentang kesepian, isolasi sosial, dan kesejahteraan penyandang disabilitas (Emerson, dkk., 2021), pada penelitian ini peneliti bertujuan menggali dimensi psikologis dari pengalaman subjektif atlet disabilitas. Hasil penelitian ini akan menjadi perspektif baru dalam kajian psikologi olahraga, khususnya dalam memahami kekuatan internal yang mendorong prestasi atlet disabilitas.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian, memahami bagaimana atlet disabilitas memaknai keterbatasan untuk menjaga keberlangsungan hidup, kemudian dorongan internal seperti apa yang membantu atlet disabilitas meraih prestasi merupakan bagian penting untuk diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini merumuskan masalah penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana atlet disabilitas cabang olahraga para bulutangkis memaknai pengalaman disabilitas hingga sampai pada pencapaian prestasi olahraga?
2. Apa yang mendorong prestasi atlet disabilitas di cabang olahraga para-bulu tangkis?

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan makna pengalaman atlet disabilitas terhadap kondisi keterbatasannya hingga prosesnya meraih prestasi olahraga.
2. Mengidentifikasi aspek yang mendorong atlet disabilitas mampu meraih prestasi di cabang olahraga para bulutangkis.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

Kegunaan teoretis penelitian ini adalah untuk memperluas wawasan dalam kajian psikologi, khususnya dalam bidang psikologi positif, psikologi perkembangan, dan psikologi olahraga, dengan fokus pada pemahaman proses psikologis yang dialami oleh atlet disabilitas dari fase penerimaan diri hingga pencapaian prestasi. Penelitian ini juga mengisi kesenjangan literatur

mengenai interaksi antara faktor psikologis, sosial, dan lingkungan yang membentuk aspek psikologis atlet disabilitas, serta memberikan dasar untuk pengembangan model teoretis baru yang mendorong pencapaian prestasi bagi individu dengan kebutuhan khusus.

Kegunaan Praktis

1. Memberikan inspirasi dan panduan bagi atlet disabilitas lain dalam mengatasi tantangan hidup dan tetap berprestasi.
2. Memberikan acuan bagi pelatih dan psikolog olahraga untuk merancang program pelatihan.
3. Mendukung organisasi olahraga seperti NPCI untuk merancang kebijakan berbasis kebutuhan psikologis atlet disabilitas serta memberikan akses ke program rehabilitasi psikologis.
4. Menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya terkait atlet disabilitas dan olahraga penyandang disabilitas.

