

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang keberadaannya tidak bisa dipisahkan dengan lingkungan. Dalam melakukan proses interaksinya dengan lingkungan, manusia menggunakan fungsi panca indera dan bagian-bagian tubuh lainnya, tetapi ada manusia yang memiliki ketidaksempurnaan dalam fungsi panca inderanya. Ketidaksempurnaan tersebut seringkali menjadi sebuah hambatan bagi seseorang untuk melakukan berbagai aktivitas sehari-hari. Salah satu individu yang tidak memiliki ketidaksempurnaan dalam fungsi panca indera, yaitu individu yang mengalami keterbatasan dalam fungsi penglihatan atau disebut penyandang tunanetra.

Tunanetra adalah individu yang kedua indera penglihatannya tidak berfungsi sebagai saluran penerima informasi dalam kegiatan sehari-hari, sehingga individu yang mengalami tunanetra tidak memperoleh pengenalan atau pengertian terhadap dunia luar secara lengkap. Tunanetra dikelompokkan menjadi dua macam, yaitu buta total dan *low vision* (penglihatan terbatas). Dikatakan buta jika individu sama sekali tidak mampu menerima rangsang cahaya dari luar. Sementara individu yang *low vision* masih mampu menerima rangsang cahaya dari luar, tetapi ketajamannya kurang dari 6/21 yang artinya hanya mampu membaca huruf pada jarak 6 meter, yang oleh orang normal dapat dibaca pada jarak 21 meter. (Somantri, 2006)

Dalam penelitian ini akan mengkhususkan pada tunanetra yang mengalami *low vision*. Menurut Pusat Pelayanan Persatuan Tunanetra Indonesia (2008), terdapat beberapa ciri umum penyandang *low vision*, yaitu menulis dan membaca

dalam jarak dekat, hanya dapat membaca huruf berukuran besar, terlihat tidak menatap lurus ke depan ketika memandang sesuatu, kondisi mata terlihat berkabut atau berwarna putih pada bagian luar, serta lebih sulit melihat pada malam hari daripada siang hari. (<http://pertuni.idp-europe.org/UnitLowVision.php>)

Dr. Ine Renata, SP.M., dari Pusat Mata Nasional (PMN) Rumah Sakit Cicendo Bandung mengatakan bahwa jumlah penyandang *low vision* di dunia mencapai 245 juta orang. (Kompas, 8/10/2012). Aria Indrawati, Ketua Pertuni (Persatuan Tunanetra Indonesia) mengatakan bahwa penyandang *low vision* di Indonesia tiga kali lipat dari jumlah buta total. Bila jumlah tunanetra di Indonesia mencapai 3,6 juta (data Kementerian Kesehatan), maka diperkirakan tiga-perempatnya adalah penyandang *low vision* atau sekitar 2,7 juta orang. (<http://health.detik.com>)

Menurut Hadi (2005) ciri khas psikis tunanetra *low vision* adalah individu yang seolah-olah berada dalam dua dunia, yaitu antara tunanetra dan penglihatan normal. Hal ini menimbulkan dampak psikologis bagi penyandanginya. Apabila tunanetra *low vision* berada di lingkungan buta total, ia akan mendominasi karena memiliki kemampuan lebih, sedangkan bila berada di lingkungan orang dengan penglihatan normal, ia akan merasa rendah diri. Bagi penyandang *low vision* yang sudah mengalami *low vision* sejak lahir atau saat dalam kandungan akan terbiasa dengan keadaan mereka dan tidak mengalami transisi dalam aspek fisik maupun psikologis, sehingga dapat menerima dan menyesuaikan keadaan dirinya. Sedangkan penyandang *low vision* yang sebelumnya memiliki pengalaman melihat secara normal dan terbiasa menggunakan penglihatannya untuk melakukan

berbagai aktivitas, membutuhkan proses yang lama untuk menerima dan menyesuaikan keadaan dirinya.

Keterbatasan yang dimiliki penyandang *low vision* ini, yaitu hanya dapat melihat dengan lapang pandang tertentu membuat mereka mengalami kesulitan dalam melakukan berbagai aktivitas, menghambat perkembangan kemandirian individu, kesulitan penyesuaian diri dan penyesuaian sosial ketika menggunakan alat bantu, serta merasa tidak mampu bersaing dengan orang lain, sehingga mereka menjadi lebih bergantung pada bantuan orang lain dan alat bantu.

Para penyandang *low vision* juga sering mendapatkan pandangan negatif dari masyarakat, banyak yang menganggap penyandang *low vision* 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 mereka. Pandangan tersebut membuat para penyandang *low vision* tidak menerima keadaan dirinya, menilai diri mereka secara negatif yaitu merasa rendah diri, tidak berdaya, sulit menyesuaikan diri, dan tidak memiliki tujuan hidup. Hal ini mengindikasikan kehidupan para penyandang *low vision* yang tidak sejahtera, sulit untuk hidup secara mandiri, rendah dalam memiliki pemaknaan dan tujuan dari hidup yang mereka jalani, tidak mendapat kebahagiaan dan kepuasan dalam membina relasi dengan orang lain, serta kurang kesempatan untuk mengembangkan potensi diri. (Somantri, 2006). Hal ini akan menyebabkan peningkatan resiko depresi pada individu yang mengalami *low vision*. Adanya berbagai masalah yang terjadi pada penyandang disabilitas, pemerintah pun membuat berbagai program pembinaan dan pelatihan untuk para penyandang

disabilitas. Salah satunya adalah organisasi *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kota Bandung.

*National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Kota Bandung merupakan satu-satunya organisasi di bidang olahraga khusus penyandang disabilitas, salah satunya yaitu penyandang tunanetra *low vision*. NPCI 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 NPCI dibina untuk mengikuti pertandingan-pertandingan dan senantiasa diharapkan untuk berprestasi. Atlet-atlet yang terdaftar dalam NPCI Kota Bandung ini diikutsertakan dalam ajang pertandingan olahraga yang diadakan pemerintah untuk mewakili Kota Bandung.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketua dan sekretaris NPCI, sampai saat ini NPCI Kota Bandung telah banyak melahirkan atlet-atlet penyandang tunanetra yang berprestasi di tingkat Regional, Nasional, dan Internasional, termasuk atlet *low vision*. Prestasi-prestasi tersebut antara lain Juara Umum PORDA 2003 di Indramayu, Juara Umum PORCADA 2004 dan 2010 di Kota Bandung, Juara umum PORCAPROV II 2006 di Karawang, Juara Umum sekaligus pengirim atlet terbanyak pada PORCANAS 2008 di Kalimantan Timur, peraih medali terbanyak pada kejuaraan Nasional Atletik 2010 di Surakarta, serta Pengirim Atlet terbanyak pada *Asean Paragames* 2011 di Surakarta, dan PORCANAS 2012 di Riau.

Saat ini penyandang tunanetra *low vision* yang terdaftar sebagai atlet di NPCI ada 63 orang, tetapi dari jumlah keseluruhan tersebut tidak semuanya aktif berlatih

dan sebagian besar atlet di NPCI diikuti oleh pria. Atlet *low vision* ini terdiri dari rentang usia remaja hingga dewasa madya dengan persentasi terbanyak berada ditahap dewasa awal. Lamanya mereka menjadi atlet *low vision* pun berbeda-beda, yaitu dari yang baru bergabung di NPCI Kota Bandung hingga yang sudah tergabung lebih dari sepuluh tahun.

Adapun cabang olahraga bagi penyandang *low vision* yang dibina dan dikembangkan oleh NPCI antara lain atletik, catur, tenis meja, renang, angkat berat, *goal ball*, dan futsal. Pembinaan tersebut dilakukan dengan cara mengatur dan memberikan bimbingan secara rutin terhadap para atlet dalam pelaksanaan olahraga, terutama untuk tim yang akan diikutsertakan dalam pertandingan. Jadwal latihan para 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 dan pelatihan yang diberikan pada atlet-atlet *low vision* ini tidak menggunakan metode khusus. Dalam pembinaannya pelatih menggunakan pendekatan individual, yaitu dengan memberikan dorongan semangat kepada para atletnya agar mereka percaya diri ketika bertanding, belajar bersosialisasi dengan sesama penyandang disabilitas dan orang-orang disekitarnya serta membiasakan para atlet untuk mandiri. Para atlet juga diberikan aturan-aturan yang telah ditetapkan oleh NPCI, yaitu adanya penerapan aturan-aturan yang ketat, baik dalam latihan dan pertandingan yang dilaksanakan. Mereka dituntut untuk berlatih secara disiplin dan sportif.

Pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk mengambil atlet *low vision* yang berada dalam cabang olahraga atletik, karena dalam olahraga atletik ini para atlet *low vision* lebih banyak diberikan tuntutan yang lebih banyak. Salah satu contohnya yaitu adanya target yang diberikan pelatih, agar para atlet atletik dapat menduduki peringkat ke 2 dalam suatu pertandingan. Selain itu atlet dihadapkan oleh rintangan yang lebih besar dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya, seperti resiko terjatuh, cedera ataupun terluka saat berlatih dan bertanding. Saat ini atlet yang tergabung dalam olahraga atletik yaitu sejumlah 27 orang, yang terdiri dari atlet pria dan beberapa atlet wanita. Olahraga atletik ini terbagi lagi menjadi beberapa macam olahraga, yaitu olahraga lari, lompat tinggi, lompat jauh, lempar lembing, tolak peluru, dan cakram.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan 6 orang penyandang atlet tunanetra *low vision* mereka mengungkapkan telah mengalami *low vision*, sejak usia remaja. Pada awalnya mereka dapat melihat secara normal, tetapi saat menginjak usia remaja mereka mengalami *low vision* yang disebabkan karena adanya kelainan retina (*retinitis pigmentosa*), ada juga yang karena kelainan syaraf otak sehingga mengalami penurunan penglihatan secara perlahan, serta ada pula yang mengalami ketunanetraan akibat terkena virus, dan penyakit. Saat mengetahui bahwa mereka mengalami *low vision*, mereka merasa tidak percaya, marah, bingung dan sedih dengan keadaan yang mereka alami, yaitu adanya penurunan dalam fungsi penglihatan. Mereka tidak menerima adanya keterbatasan penglihatan yang dialami, karena membuat mereka banyak dibicarakan oleh tetangga ataupun teman-temannya, sehingga menyebabkan mereka tidak ingin melanjutkan sekolah.

Selain itu mereka merasa rendah diri dan tidak berani jika berhubungan dengan orang yang normal, karena malu dengan keterbatasan yang dimiliki.

Hal tersebut juga membuat mereka lebih banyak berdiam diri di rumah dan tidak memiliki kegiatan yang produktif. Merasa bahwa dirinya selalu menyusahkan orang lain karena selalu bergantung pada keluarganya setiap menjalani aktivitas, sehingga membuat mereka merasa tidak berguna dan tidak berdaya. Tetapi mereka mulai berfikir dan sadar bahwa keterbatasan fisik yang dialami bukanlah penghambat untuk menjalani kehidupan, sehingga mereka berusaha untuk mencoba menerima keterbatasan dirinya, dengan tidak lagi meratapi kekurangan yang dimiliki. Mereka merasa bahwa apa yang telah terjadi dalam kehidupan mereka merupakan rencana yang sudah Tuhan tentukan, agar mereka dapat menjalani kehidupan lebih baik lagi dan lebih bersyukur dengan apa yang sudah mereka miliki saat ini. Mereka juga mengungkapkan, bila terus meratapi kejadian di masa lalu secara negatif akan membuat mereka sulit untuk meraih tujuan yang diinginkan di masa depan.

Pada awalnya mereka mulai mencari kegiatan ataupun pekerjaan yang dapat dilakukan oleh para penyandang disabilitas, agar tidak lagi bergantung dengan keluarga mereka. Selain itu juga untuk menunjukkan pada masyarakat bahwa dengan keterbatasan fisik yang dialami, mereka tetap bisa melakukan aktivitas seperti orang normal lainnya. Ada yang mencoba untuk berwiraswasta dalam bidang kuliner ataupun pakaian, ada yang menjadi seorang ahli pijit, membuka usaha tempat terapis dan ada yang menjadi seorang pemain musik. Selain kegiatan tersebut, mereka juga mencoba untuk bergabung dengan organisasi NPCI agar

kegiatan yang mereka miliki lebih produktif. Sebagian besar para atlet ini mengetahui NPCI melalui media masa dan dari teman-teman mereka.

Saat sudah bergabung dalam NPCI mereka bertemu dengan banyak penyandang disabilitas lainnya dan penyandang tunanetra lain yang telah menjadi atlet. Hal ini membuat mereka lebih banyak memiliki relasi dengan orang lain, yaitu para atlet yang bergabung di NPCI. Disini mereka pun mencoba untuk mengasah kemampuannya dalam bidang olahraga dan berusaha untuk mengikuti berbagai perlombaan, sehingga dapat meraih prestasi sebagai atlet. Saat ini mereka juga merasa bahwa keterbatasan yang dimiliki membawa hikmah dalam hidup yang mereka jalani, karena dengan keterbatasan tersebut mereka menjadi lebih banyak berusaha untuk dapat memiliki kehidupan yang lebih bermanfaat dan bermakna yaitu dengan menggali kemampuan yang mereka miliki, salah satunya di bidang olahraga sebagai seorang atlet.

Setelah mengenal para penyandang disabilitas yang tergabung dalam NPCI khususnya sesama penyandang tunanetra, mereka saling bertukar cerita tentang masalah atau pengalaman yang telah mereka lewati, saling terbuka antara yang satu dengan yang lainnya, dan saling menghibur di waktu senggang. Hal ini membuat mereka saling percaya antara satu dengan yang lainnya, sehingga hubungan di antara mereka menjadi lebih erat. Ketika ada salah satu diantara mereka yang gagal dalam berprestasi atau jenuh dalam menjalani latihan mereka akan saling memberi dukungan, agar tetap semangat mengikuti latihan dan pertandingan yang ada. Disini mereka juga banyak mendapatkan teman, yaitu atlet-atlet dari luar kota yang pernah bertanding bersama.

Mereka mengakui bahwa saat ini dengan memiliki banyak kegiatan dan menjadi seorang atlet yang mampu berprestasi merupakan hal yang membanggakan untuk diri mereka sendiri serta keluarganya, karena dari pekerjaan yang mereka miliki maupun dari prestasi yang telah diraih dapat menambah penghasilan mereka. Dari penghasilan tersebut mereka dapat membantu perkenomian keluarga, sehingga tidak lagi bergantung pada orang tua mereka atau orang di sekitarnya.

Ketika mengikuti latihan para atlet ini juga mendapatkan tuntutan untuk mencapai target-target prestasi yang diberikan oleh pelatih dan pengurus. Tuntutan tersebut tidak dijadikan hambatan bagi mereka, tetapi membuat mereka semangat agar target tersebut dapat tercapai. Dalam mencapai target tersebut para atlet menggunakan cara dengan menambah waktu latihan di luar latihan rutin yang diadakan. Kemudian saat mereka menghadapi kegagalan dalam mencapai prestasi tersebut, mereka tidak langsung kecewa tetapi mengevaluasi diri sendiri untuk mengetahui hal apa yang membuat mereka gagal saat bertanding.

Sudah banyak prestasi yang pernah mereka raih baik dalam pertandingan tingkat nasional maupun internasional, sehingga tak sedikit dari para atlet ini yang sudah sering bertanding di luar negeri. Hal ini membuat pengalaman dan pengetahuan yang mereka miliki semakin banyak. Maka dari itu mereka terus berusaha latihan lebih giat dan rutin, agar terus lolos dalam seleksi pertandingan untuk tingkat internasional yang lebih banyak. Hal ini juga merupakan salah satu cara yang mereka gunakan untuk mencapai tujuan mereka menjadi atlet di tingkat internasional.

Mereka juga mengatakan, saat ini mereka merasa puas dalam menjalani hidup dengan usaha yang mereka miliki dan prestasi-prestasi yang telah mereka raih. Hal ini membuat mereka menjadi lebih terarah dalam menentukan tujuan hidup yang ingin dicapai. Para atlet ini juga banyak yang memiliki profesi di bidang lain, yaitu ada yang membuka usaha makanan, membuka tempat terapi menjadi seorang ahli pijit, dan membuat usaha kerajinan. Walaupun mereka memiliki profesi di bidang lain, para atlet ini tetap bisa membagi waktu antara menjalani latihan dan menjalani pekerjaannya di bidang lain.

Tetapi di sisi lain, 3 orang atlet *low vision* lainnya mengatakan bahwa mereka masih sering merasakan sedih dengan keterbatasan yang dimiliki walaupun sudah memiliki pekerjaan dan berprofesi sebagai atlet. Hal ini akan mereka rasakan ketika menghadapi sebuah kegagalan dalam pekerjaan maupun dalam menjalani profesi sebagai atlet, seperti saat mereka tidak lolos dalam seleksi pertandingan. Hal ini mengakibatkan mereka sulit untuk meraih prestasi dalam NPCI, sehingga membuat mereka merasa kecewa terhadap dirinya sendiri. Mereka merasa tidak mampu untuk mengembangkan diri sedangkan teman-temannya yang lain bisa lolos dalam seleksi untuk mengikuti pertandingan.

Selain itu hal tersebut juga menyebabkan penghasilan yang mereka peroleh menjadi menurun, sehingga membuat mereka kembali bergantung pada keluarga dan tidak mampu untuk membantu perekonomian keluarganya. Mereka juga mengatakan bahwa dengan tidak lolos dalam seleksi pertandingan membuat mereka tidak memperoleh pengalaman yang banyak dalam mengikuti sebuah pertandingan, sehingga wawasan mengenai bidang olahraga yang mereka peroleh pun sedikit. Tidak seperti atlet lain yang sudah banyak mengikuti pertandingan dan berprestasi.

Kegagalan yang mereka alami tersebut disebabkan karena mereka merasakan jenuh dan bosan saat menjalani latihan sebagai atlet, sehingga mereka jarang mengikuti latihan. Hal tersebut membuat mereka tidak masuk dalam seleksi untuk mengikuti suatu pertandingan. Saat mengalami kejenuhan tersebut para atlet ini tidak berusaha mencari cara untuk mengatasinya, karena satu orang dari mereka hanya mengikuti kegiatan di NPCI dan tidak mengikuti kegiatan lain di luar NPCI. Selain jenuh yang dirasakan, mereka juga merasa kesulitan saat menghadapi tuntutan yang diberikan dalam mencapai target prestasi yang harus dicapai. Adapun atlet yang jarang untuk mengikuti latihan dan tidak mengikuti pertandingan, karena mereka sulit untuk membagi waktu antara profesi mereka di luar NPCI dengan kegiatan berlatih dalam NPCI. Sehingga mereka kurang dapat meraih prestasi dari suatu pertandingan.

Para atlet juga mengungkapkan bahwa mereka kurang bisa untuk terbuka dengan para atlet lainnya, karena merasa belum percaya untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi pada atlet lain. Mereka takut jika masalah yang dihadapi diceritakan dengan atlet lain akan diceritakan kembali ke orang lain. Selain itu, saat ada atlet yang mengalami masalah mereka kurang memberikan dukungan atau tidak ingin terlalu ikut campur ke dalam masalah atlet tersebut, karena mereka sendiri juga memiliki banyak masalah yang belum terselesaikan. Hal ini membuat mereka jarang untuk memberi saran, bantuan dan dukungan pada atlet lain yang sedang mengalami masalah, sehingga hubungan antara para atlet ini kurang akrab dengan atlet lainnya.

Atlet *low vision* yang dapat mengevaluasi kehidupannya di masa lalu dan saat ini, dengan adanya usaha dalam mengetahui dan merealisasikan potensinya di

bidang olahraga dengan keterbatasan yang dimiliki, menunjukkan bahwa mereka telah mencapai keadaan *psychological well-being*. Tetapi ada pula beberapa atlet *low vision* yang mengevaluasi kehidupan masa lalu dan saat ini dengan hanya sebatas untuk pencapaian kepuasan saja, belum berusaha mengoptimalkan dan merealisasikan potensi sesungguhnya dalam menghadapi tuntutan di bidang olahraga. Hal ini menunjukkan para atlet belum mencapai keadaan *psychological well-being*.

*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. (Ryff, 1989)

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Elizabeth Campbell dan Graham Jones (1994) 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 dibanding dengan peserta yang tidak berpartisipasi dalam olahraga. Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Greenwood et al, 1990; Henschen et al., 1984; Horvat et al., 1986 yang menunjukkan bahwa individu penyandang disabilitas yang berpartisipasi dalam bidang olahraga memiliki tingkat keadaan *psychological well-being* lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak berpartisipasi dalam bidang olahraga.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran *psychological well-being* pada atlet tunanetra *low vision* di NPCI Kota

Bandung, dengan judul penelitian “Studi Deskriptif *Psychological Well-Being* Pada Atlet Tunanetra *Low vision* Bidang Atletik di NPCI Kota Bandung”

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, penyandang *low vision* yang berada dalam NPCI, mereka membuktikan bahwa mereka tetap bisa menjalani hidup mereka dengan positif, yaitu mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang ada dalam dirinya dengan mengembangkan potensi diri dibandingkan dengan meratapi keterbatasan fisik yang dimiliki. Para atlet ini juga mampu menjalin hubungan yang baik dengan sesama atlet maupun dengan orang lain, yaitu saling bertukar cerita, saling memberi dukungan dan saling membantu saat ada yang menghadapi masalah atau ada yang membutuhkan bantuan. Saat ini para atlet juga sudah tidak bergantung dengan keluarganya, karena mereka sudah mampu memiliki pekerjaan di beberapa bidang selain menjadi seorang atlet. Kemudian dari prestasi yang mereka raih dalam menjalani profesi atlet, membuat mereka dapat membantu perekonomian keluarganya. Selain itu para atlet ini juga dapat bertanggung jawab dalam menghadapi tuntutan sebagai atlet yang diberikan oleh pelatih serta pengurus. Sekarang mereka dapat memanfaatkan lingkungan dan kesempatannya untuk terus berprestasi dibidang olahraga. Saat ini mereka sudah merasa hidupnya menjadi lebih terarah dan memiliki tujuan hidup, karena sudah memiliki banyak kegiatan yang produktif. Salah satunya berprofesi sebagai atlet yang mampu berprestasi, sehingga dapat menjadi atlet internasional dan dapat membanggakan keluarga serta orang disekitarnya. Para atlet yang terus mengembangkan potensinya dengan terus berlatih, sehingga dapat mengikuti pertandingan nasional hingga internasional dan berprestasi, membuat mereka dapat

menambah wawasan dalam bidang olahraga dan mencoba hal-hal baru di luar bidang olahraga.

Tetapi tidak semua atlet yang berada dalam NPCI mengikuti pertandingan dan berprestasi. Ada beberapa atlet yang bergabung dalam NPCI hanya untuk mengisi waktu luang, karena mereka tidak memiliki kegiatan lain di rumah. Selain itu mereka berlatih hanya untuk bertemu dengan para atlet lainnya, sehingga para atlet ini hanya ingin mengikuti latihan saja dan tidak berniat untuk mengikuti pertandingan yang ada di NPCI tersebut. Ada juga beberapa atlet yang belum bisa terbuka dengan sesama atlet maupun dengan teman-teman di lingkungan sekitarnya, karena mereka merasa takut untuk percaya dengan orang lain. Hal ini membuat hubungan mereka tidak terlalu akrab dengan atlet lainnya. Kemudian mereka juga mengatakan bahwa sering mengalami jenuh saat melakukan latihan, karena tuntutan dan target yang diberikan membuat mereka kesulitan untuk mencapainya. Dalam menghadapi kejenuhan tersebut para atlet ini tidak mencoba cara lain untuk menghilangkan kejenuhannya, tetapi mereka menghindar dengan cara tidak mengikuti latihan. Hal ini membuat mereka tidak masuk dalam seleksi pertandingan, sehingga mereka merasa kecewa terhadap kekurangan yang dimiliki dan sesekali mereka membandingkan keadaan dirinya dengan orang lain yang tidak memiliki keterbatasan seperti mereka.

Hal tersebut menunjukkan bahwa mereka telah mencapai keadaan *psychological well-being* pada hidup yang mereka jalani. Tetapi ada pula beberapa atlet yang belum mencapai keadaan *psychological well-being* dalam menjalani kehidupannya saat ini.

*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 (Ryff, 1989). Dorongan ini akan menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat *psychological well-beingnya* menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan hidupnya yang akan membuat *psychological well-beingnya* meningkat. 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*).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana gambaran *psychological well-being* pada atlet tunanetra *low vision* bidang atletik di NPCI Kota Bandung ?”

### 1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

- a. **Maksud Penelitian:** Untuk memberi gambaran tentang *psychological well-being* pada atlet tunanetra *low vision* bidang atletik di *National Paralympic Committee Indonesia (NPCI)* Kota Bandung.
- b. **Tujuan Penelitian:** Memperoleh data mengenai *psychological well-being* pada atlet tunanetra *low vision* bidang atletik di *National Paralympic Committee Indonesia (NPCI)* Kota Bandung.

## 1.4 Kegunaan Penelitian

### a. Kegunaan Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi disiplin ilmu psikologi. Guna memperluas wawasan mengenai pembahasan *psychological well-being* pada atlet tunanetra *low vision* di NPCI Kota Bandung ke dalam ilmu Psikologi.

### b. Kegunaan Praktis

1. Hasil penelitian deskriptif ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi penyandang tunanetra *low vision* pada umumnya bahwa pengalaman hidup yang mereka alami sehari-hari bila dievaluasi dengan cara positif dapat membantu dalam membentuk *psychological well-being*.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pihak NPCI Kota Bandung maupun untuk para atlet disabilitas mengenai *psychological well-being* atlet penyandang *low vision*, sehingga dapat dijadikan rekomendasi dalam melakukan pembinaan kepada para atlet. Agar lebih dapat berfungsi positif di dalam kehidupannya dan mengembangkan potensinya secara optimal.