

Studi Deskriptif Mengenai *Hardiness* pada Atlet Tuna Daksa akibat Polio di NPCI Kota Bandung

Descriptive Study of Hardiness on Polio Paraplegic Athlete in NPCI Bandung

¹Savvanah Mardiyah, ²Hendro Prakoso

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

e-mail: ¹savvanah.mardiyah@gmail.com, ²rimata07@gmail.com

Abstract. Being a paraplegic polio has made someone experienced limited mobility, difficult to develop his/her potential and even felt low self-esteem. As the citizen of Indonesia, it has been their privileged, too, to be treated indiscriminately. Bandung owns NPCI, an organization in authority of coordinating difable sports events, one of them is for polio paraplegic. In the process, they met a lot of hindrances. The athletes who surrendered to their limited mobility to develop were facing bad times by blaming his limitation as the source of failure. However, there also athletes who endure the limitation by positive attitudes. They are trying to survive by being productive during physical exercises, control the limitation by optimizing the remaining body parts, face the failures by learning through past experiences. Those attitudes is called under the term of hardiness, as cited by Kobasa. It is formed by commitment, control, challenge. The aim of this research is to gather descriptive data on the forming sources of hardines on polio paraplegic persons. The method applied is descriptive analysis with 10 respondents. The technique of gathering the data is by Hardiness Scale of Bartone as it was derived from Kobasa's Theory that has been translated into Indonesian Language. 10 out of 15 items are claimed valid by its reliability of 0,744. The result of the study showed that five respondents are included into high category of hardiness and the other five respondents are categorized in low hardiness. The low category is owned by two respondents for the entire source result and among the three respondents, there are only one who is included into high source category. The individual who owns hardiness is able to endure issues and face the challenge to develop. On the contrary, the individual who does not own hardiness are tend to be dependent, wanting the best result but less effort and busied by his/her mobility limitation.

Keywords: hardiness, polio paraplegic athlete, NPCI

Abstrak: Menjadi tuna daksa polio membuat seseorang memiliki keterbatasan gerak, sulit mengembangkan kemampuan diri bahkan merasa rendah diri. Sebagai warga Indonesia, sudah sepatutnya mereka mendapatkan perlakuan khusus untuk melindungi dari tindakan diskriminasi. Kota Bandung memiliki NPCI yaitu organisasi yang berwenang mengkoordinasikan kegiatan olahraga *difable* salah satunya tuna daksa polio. Pada prosesnya, mereka menemui banyak kesulitan. Atlet yang tidak memanfaatkan kesulitannya untuk berkembang, menghadapi kegagalan dengan menyalahkan kecacatan tubuhnya sebagai sumber kegagalan, tergantung dengan orang lain untuk datang latihan dan merasa dirinya akan dicemooh orang-orang dengan kecacatannya. Namun, ada pula atlet yang menghadapi kesulitan dengan positif, berusaha bertahan karena bertekad untuk produktif dan melibatkan diri sepenuhnya saat latihan, mengendalikan kekurangan dengan memaksimalkan bagian tubuh yang masih ada, menghadapi kegagalan dengan belajar dari pengalaman-pengalaman sebelumnya. Hal tersebut menurut Kobasa disebut *hardiness*, dibentuk oleh *commitment*, *control*, *challenge*. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh data mengenai deskripsi sumber-sumber pembentuk *hardiness* pada atlet tuna daksa polio. Metode yang dilakukan adalah deskriptif dengan subjek penelitian 10 orang. Pengumpulan data menggunakan Skala *Hardiness* dari Bartone turunan dari teori Kobasa yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia. 10 dari 15 item dinyatakan valid dengan reliabilitas 0,744. Hasil penelitian menunjukkan lima orang termasuk kategori *hardiness* tinggi dan lima orang lainnya termasuk kategori *hardiness* rendah. Kategori rendah terdiri dari dua orang dengan keseluruhan sumber rendah dan tiga orang dengan masing-masing hanya satu sumber tinggi. Individu *hardiness* mampu menghadapi masalah menjadi tantangan untuk berkembang, sedangkan yang tidak *hardiness* cenderung *dependent*, menginginkan hasil yang baik tetapi tidak ada usaha dan sibuk dengan kelebihan dirinya.

Kata Kunci: *Hardiness*, atlet tuna daksa, NPCI

A. Pendahuluan

Menjadi seorang tuna daksa polio membuat seseorang memiliki keterbatasan dalam ruang gerak, sulit untuk mengembangkan kemampuan diri bahkan merasa rendah diri dengan apa yang dimiliki. Hal tersebut yang membuat mereka menjadi tidak produktif, bergantung kepada orang lain bahkan membatasi diri dengan lingkungan luar. Namun, tidak sedikit pula dari tuna daksa polio yang kini berani menampilkan dirinya di muka umum bahkan berprestasi di segala bidang salah satunya bidang olahraga. Seperti yang kita ketahui, untuk berolahraga dibutuhkan kesiapan fisik dan psikis yang kuat dan nampaknya akan kesulitan jika dilakukan oleh seorang tuna daksa polio. Mereka memberanikan diri bergabung dengan NPCI bahkan beberapa diantaranya dapat meraih prestasi.

Beberapa orang yang berkeinginan kuat berhasil bergabung dan mengikuti latihan rutin tanpa menghiraukan penilaian orang lain. Mereka yang berhasil bergabung kembali dihadapkan pada kesulitan mulai dari transportasi ke tempat latihan hingga hambatan dalam proses latihan. Beberapa atlet hanya tergantung dengan orang lain untuk datang latihan, atlet lain yang rutin latihan berusaha untuk datang sendiri atau memodifikasi transportasi yang dimilikinya. Jika gagal pada saat latihan beberapa atlet menyalahkan kecacatan sebagai sumber kegagalan, dan merasa dirinya akan terus dicemooh oleh lingkungan. Atlet lainnya berusaha mengoptimalkan sisa tubuh yang masih ada dan membuktikan dirinya mampu berprestasi seperti manusia normal lainnya. Kegagalan dalam latihan yang kerap kali terjadi juga sering kali membuat mereka merasa putus asa. Hal-hal tersebut menjadi stressor yang mudah sekali mengganggu mereka untuk latihan. Namun ada juga atlet yang berusaha belajar dari pengalaman kegagalan tersebut untuk menghadapi kegagalan-kegagalan berikutnya.

Para atlet tuna daksa polio mencoba melawan hal yang menghambat pergerakannya dengan cara konsisten untuk hadir latihan dan mengikuti program yang diberikan pelatih, mengendalikan kekurangan yang dimiliki dengan memaksimalkan anggota tubuh yang masih ada daripada berlarut dalam ketidakmampuan, menghadapi perubahan dalam hidupnya sebagai tantangan untuk terus belajar dan berkembang menjadi lebih baik. Atlet tuna daksa polio mampu menerima kekurangan yang ada pada dirinya bukan sebagai halangan yang membuat mereka menjadi stres tetapi mampu membuat mereka lebih produktif dengan berolahraga dan berprestasi di NPCI. Mereka berusaha keras memandang cacat fisik yang dialaminya bukan sebagai hambatan namun tantangan. Disinilah mereka merasa lebih kuat dari manusia normal lainnya karena cacat fisik ini adalah tantangan yang tidak semua orang bisa hadapi apalagi hingga mampu berprestasi.

Melawan segala hal yang membuat diri menjadi kurang sempurna bukanlah hal yang mudah. Hal ini memerlukan kepribadian yang tangguh. Para atlet tuna daksa polio ini mencoba melawan hal yang menghambat pergerakannya dengan cara memiliki pandangan yang positif. Kekurangan bukanlah sebuah hambatan, melainkan sebuah tantangan untuk dilewati sehingga dirinya mampu untuk mengembangkan kemampuan sebagaimana manusia normal lainnya. Berusaha untuk melibatkan diri sepenuhnya dengan orang-orang dan kegiatan di NPCI. Meskipun memiliki kecacatan tubuh, namun mereka berusaha memaksimalkan bagian tubuh yang masih ada hingga dapat beraktifitas dan berolahraga seperti manusia normal lainnya. Selain itu juga mampu menerima resiko dari apa yang dilakukan selama olahraga dan menganggap itu sebagai sesuatu yang wajar jika seseorang sedang berolahraga. Dalam menghadapi hambatan-hambatan di atas, atlet tuna daksa polio memiliki kemampuan yang

menjadikan dirinya lebih tangguh dari sebelumnya. Mereka berusaha memaksimalkan potensi yang dimilikinya daripada berlarut-larut dengan ketidakberdayaan. Perilaku yang ditunjukkan oleh para atlet tersebut membentuk suatu karakteristik kepribadian yang dikenal dengan *hardiness* yang terdiri dari *commitment*, *control*, *challenge*. Pada prosesnya diperlukan ketiga sumber tersebut sehingga membentuk *hardiness*.

B. Landasan Teori

Tuna Daksa

Definisi tunadaksa menurut situs resmi Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa. Tuna daksa berasal dari kata “tuna” yang berarti rugi/kurang dan “daksa” berarti tubuh. Cacat tubuh tidak terlepas dari pembahasan tentang kesehatan sehingga sering dijumpai judul “*Physical and Health Impairments*”. Hal ini disebabkan karena seringkali terdapat gangguan kesehatan. Penyebab tunadaksa ada beberapa macam, dilihat dari saat terjadinya kerusakan otak dapat terjadi pada masa sebelum lahir, saat lahir, dan sesudah lahir.

Hardiness

Hardiness menurut Kobasa et al (dalam Stone, 2004: 58) merujuk pada sumber resistensi terhadap efek negatif dari peristiwa hidup yang menekan. *Hardiness* ini dihubungkan dengan pandangan eksistensi individu. *Hardiness* merupakan sebuah pola sikap dan strategi yang secara bersama-sama memfasilitasi pembalikan kondisi-kondisi yang penuh tekanan dari hal-hal yang menyebabkan kesengsaraan menjadi kesempatan-kesempatan untuk tumbuh dan berkembang maju. Kobasa et al. menyatakan bahwa *hardiness* merupakan kumpulan karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber resistensi dalam menghadapi peristiwa kehidupan yang menekan, yang terdiri dari yaitu kontrol, komitmen, dan tantangan.

Commitment adalah kecenderungan untuk terlibat dengan orang-orang, benda-benda, dan ragam konteks daripada merasa diabaikan, diisolasi atau dasingkan. *Commitment* merupakan kemampuan untuk dapat terlibat secara mendalam terhadap aktivitas-aktivitas yang harus dilakukan individu dalam kehidupan individu tersebut. Individu yang memiliki komitmen mempunyai kepercayaan yang dapat mengurangi ancaman yang dapat dirasakan dari peristiwa-peristiwa yang menimbulkan stres. Hal ini akan mencegah hilangnya kontak dengan diri individu sendiri meski dalam keadaan yang sangat menekan. Individu tersebut mampu merasakan keterlibatan individu dengan orang lain yang bertindak sebagai sumber pertahanan yang digeneralisir untuk melawan pengaruh stres. *Control* adalah usaha untuk mengendalikan hasil yang ingin dicapai, daripada hanya tenggelam dalam kepasifan dan ketidakberdayaan. *Control* diindikasikan dengan tidak adanya ketidakberdayaan yang seseorang rasakan, hal ini merujuk pada keyakinan bahwa seseorang bisa mengendalikan atau mempengaruhi hal-hal yang terjadi dalam kehidupannya, artinya usaha seseorang untuk dapat memodifikasi stresor sehingga menguranginya dan ia menjadikan keadaan tersebut menjadi suatu keadaan yang lebih bisa dikendalikan (Bigbee, 1985; Huang, 1995; Maddi dan Koshaba, 1984; Pullock, 1989; Tartasky, 1993; Wagnild dan Young, 1991). Menurut Kobasa (1979) *challenge* merupakan kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasi perubahan tersebut sebagai stimulus yang sangat berguna bagi perkembangan dan memandang hidup sebagai suatu tantangan yang mengasyikkan. Keinginan untuk belajar kontinyu dari pengalaman seseorang, baik itu positif atau negatif, daripada bermain aman dengan ketidakpastian dan ancaman-ancaman

potensial.

C. Hasil Penelitian

Dalam penelitian ini instrumen pengukuran yang digunakan adalah berupa skala *hardiness* dari Bartone turunan dari teori *hardiness* Kobasa yang sudah diterjemahkan menjadi Bahasa Indonesia. Skala *hardiness* terdiri atas 15 item yang mengukur tiga sumber pembentuk dengan masing-masing lima item pada setiap sumber. Skala *hardiness* ini menggunakan empat poin respon dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju yang akan menghasilkan skor berupa angka berskala ordinal.

Tabel 1. Kisi-kisi Alat Ukur Hardiness

Sumber Pembentuk	Indikator Perilaku	Item Favorable	Item Unfavorable
<i>Commitment</i>	a. Melibatkan diri dengan kegiatan	7	4, 13,
	b. Terlibat dengan orang-orang di sekitar	1, 10	-
<i>Control</i>	a. Megoptimalkan potensi diri	2, 6	8
	b. Berusaha mencapai hasil yang terbaik	12, 15	-
<i>Challenge</i>	a. Menghadapi perubahan dalam hidup untuk berkembang	-	3, 11, 14
	b. Mau belajar dari pengalaman sebelumnya.	5, 9	-

Penelitian ini menggunakan jenis validitas konstruk karena alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data mengenai variabel dibuat berdasarkan konsep teori dari variabel tersebut kemudian diturunkan menjadi item-item. Keseluruhan item atau total item dari setiap sumber itulah yang menjadi alat ukur variabel tersebut. Dari hasil uji validitas, 10 dari 15 item dinyatakan valid dengan nilai *r*-kritis lebih dari 0,30 yang kemudian dilanjutkan untuk uji reliabilitas dengan hasil 0,744. Berdasarkan kriteria Guilford, nilai reliabilitas tersebut dinyatakan memiliki reliabilitas yang tinggi. Berikut hasil analisa data dari skala *hardiness* pada atlet tuna daksa akibat polio di NPCI Kota Bandung,

Tabel 2. Kategori Hardiness Dari Setiap Sumber Pembentuknya:

Subjek	<i>Commitment</i>	<i>Control</i>	<i>Challenge</i>	Kategori Hardiness
A	Tinggi	Rendah	Rendah	Rendah
B	Rendah	Rendah	Tinggi	Rendah
C	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Tinggi
D	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Tinggi
E	Rendah	Tinggi	Rendah	Rendah
F	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Tinggi
G	Rendah	Rendah	Rendah	Rendah
H	Rendah	Rendah	Rendah	Rendah
I	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Tinggi
J	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Tinggi

Hasil tabel tersebut menunjukkan lima orang atlet termasuk kategori *hardiness*

tinggi dan lima orang lainnya termasuk kategori *hardiness* rendah. Kategori rendah terdiri dari dua orang dengan keseluruhan sumber rendah dan tiga orang dengan masing-masing hanya satu sumber tinggi. Individu *hardiness* mampu menghadapi masalah menjadi tantangan untuk berkembang, sedangkan yang tidak *hardiness* cenderung *dependent*, menginginkan hasil yang baik tetapi tidak ada usaha dan sibuk dengan kelebihan dirinya.

Atlet yang memiliki *hardiness* tinggi terlihat sangat antusias dengan kegiatan-kegiatan di NPCI. Hal tersebut terlihat dari atlet yang tidak hanya mengikuti latihan dan perlombaan saja namun juga menjadi bagian dalam mengadakan acara-acara perlombaan ataupun latihan gabungan dengan kota lain. Atlet yang memiliki *hardiness* tinggi mengatakan setiap kali menghadapi kesulitan dalam aktivitasnya, atlet memiliki pikiran yang positif bahwa kesulitan itu pasti bisa diselesaikan dengan belajar dari pengalaman orang lain ataupun memaksimalkan anggota tubuhnya yang masih ada. Daripada berlarut dengan kesulitan yang dihadapi hanya akan membuat atlet tidak berdaya dan terisolasi. Atlet yang memiliki tingkat *hardiness* tinggi dapat memanfaatkan stressor yang datang untuk perkembangan hidupnya. Terlihat dari atlet yang menggunakan pengalaman-pengalaman sebelumnya untuk menghadapi hambatan dalam kegiatannya.

Atlet yang memiliki *hardiness* rendah menyadari keterbatasan mereka dalam kegiatan NPCI. Atlet hanya datang latihan wajib saja dan jarang mengikuti kegiatan di luar latihan wajib. Atlet baru mau mengikuti kegiatan lain jika ada yang mengajaknya karena atlet takut dirinya tidak dapat berkontribusi penuh dengan kegiatan lain mengingat kondisinya yang terbatas. Atlet dengan *hardiness* rendah merasa dirinya mudah sekali goyah jika menghadapi kesulitan dalam kegiatannya. Hal ini sering mereka rasakan saat menghadapi kegagalan dalam latihan. Meskipun mereka mencoba untuk lebih fokus dengan latihannya daripada memikirkan kegagalan yang dihadapi, namun atlet merasa kegagalan sebelumnya terus membayangi dirinya. Atlet yang memiliki *hardiness* rendah memandang kesulitan yang dihadapi itu membosankan dan tidak berarti bagi hidupnya sehingga membuat atlet menjadi mudah menyerah dan merasa tidak berdaya jika mengalami kesulitan.

Atlet yang memiliki *hardiness* rendah karena hanya tinggi pada *commitment*, menunjukkan bahwa atlet sangat melibatkan dirinya dengan kegiatan di NPCI, selalu datang latihan dan mengikuti kegiatan-kegiatan di NPCI. Atlet juga akrab dengan orang-orang yang berada disana. Sehingga atlet merasa tidak hanya dirinya sendiri yang mengalami kekurangan fisik. Atlet merasa nyaman dan hidupnya lebih bermakna dengan melibatkan diri NPCI karena berada di sekeliling orang yang bernasib sama dengannya. Namun jika atlet berada di luar lingkungan NPCI, atlet merasa dirinya tidak bermakna apa-apa dengan kekurangan yang dimiliki. Atlet takut ditolak lingkungan sehingga merasa kurang percaya diri untuk menjalankan aktivitas di luar NPCI. Kebermaknaan hidup hanya didapat dari NPCI karena NPCI atlet merasa terlindungi. Jika atlet mengalami kesulitan akan mudah merasa rapuh karena kurangnya keinginan belajar dari pengalaman sebelumnya. Selain itu juga atlet kurang mampu mengatasi perubahan-perubahan yang terjadi dan selalu ingin berada di zona nyamannya.

Atlet yang memiliki *hardiness* rendah dengan hanya tinggi pada *control* menunjukkan adanya keinginan yang tinggi untuk meraih juara dalam setiap perlombaan tetapi tidak mau menghabiskan waktu dan belajar dari pengalaman orang lain. Atlet terkadang datang latihan terlambat dengan alasan memiliki kegiatan lain yang bersamaan dengan jadwal latihan. Pada saat latihan juga atlet ingin cepat selesai

karena ingin menyelesaikan pekerjaan lainnya, sehingga pada prosesnya menjadi tidak maksimal. Pada saat atlet mengalami kegagalan, atlet merasa sendiri, dirinya sangat rapuh, dan tidak tahu apa yang harus dilakukan. Hal ini terjadi karena tidak adanya keterlibatan dengan orang-orang di sekitar sehingga atlet merasa sendiri dan tidak dapat mengambil pelajaran yang dapat membantunya menghadapi kegagalan. Atlet tahu bahwa dengan bekerja keras atlet dapat meraih tujuan hidupnya namun keterlibatan yang terbatas membuat atlet tidak dapat meraih apa yang diinginkan.

Atlet yang memiliki *hardiness* rendah dengan hanya tinggi pada *challenge* menunjukkan usaha yang terus menerus dilakukan untuk memperbaiki dirinya. Atlet sibuk dengan kemampuan yang ada pada dirinya dan berusaha untuk memperbaiki diri melalui pengalaman sebelumnya untuk dinilai baik. Atlet yang terus berusaha memperbaiki diri, meraih prestasi yang tinggi namun relasinya dengan orang lain kurang baik karena kurangnya kepedulian dengan orang-orang di sekitar. Hal ini terjadi karena atlet fokus dengan dirinya saja untuk menunjukkan dirinya lebih baik daripada atlet lain. Atlet merasa hal tersebut menyenangkan karena dengan begitu dapat menunjukkan jati dirinya di hadapan orang-orang. Selain relasi yang kurang baik, atlet juga jarang terlibat dengan kegiatan lain di NPCI

D. Simpulan

Secara keseluruhan dari 10 orang atlet tuna daksa, terdapat lima orang atlet memiliki tingkat *hardiness* tinggi dan lima orang atlet lainnya memiliki tingkat *hardiness* rendah. Lima orang atlet yang memiliki *hardiness* tinggi memiliki kategori tinggi pada setiap sumber pembentuknya. Sedangkan lima orang atlet yang memiliki *hardiness* rendah terdiri dari dua orang dengan keseluruhan sumber rendah dan tiga orang dengan masing-masing hanya satu sumber saja yang tinggi.

Bagi atlet dengan *hardiness* rendah, disarankan melakukan *sharing* dengan atlet lainnya jika merasa mengalami kesulitan, sehingga merasa tidak sendiri dalam menghadapi kesulitannya. Bagi pihak NPCI, untuk meningkatkan *commitment* yang rendah, NPCI disarankan menyediakan transportasi khusus untuk para *disabled* sehingga tidak ada halangan untuk datang dan berpartisipasi di NPCI. Untuk meningkatkan *control* yang rendah, disarankan untuk melakukan konseling sehingga atlet dapat berbagi pengalaman dan mengetahui apa keluhan atlet sehingga tidak dapat memaksimalkan kemampuannya. Untuk meningkatkan *challenge* yang rendah, disarankan agar NPCI melakukan evaluasi setelah selesai latihan. Sehingga dapat terlihat progres yang jelas dari setiap atlet.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Bartone, P. T. (2007) *Test-Retest Reliability of The Dispositional Resilience Scale-15, A Brief Hardiness Scale'* (pp. 93-94). Washington DC: National Defense University
- Bartone, P. T. (1995). *A Short Hardiness Scale*. Germany: Institute of Research US Army Medical Research Unit
- Kobasa, S. C. (1979). *Stressful Life Events, Personality and Health: An Inquiry Into Hardiness*. Journal of Personality & Social Psychology
- Laberg, J. C. (2009). *Psychometri Properties of the Revised Norwegian Dispositional Resilience (Hardiness) Scale*. Scandinavian Journal of Psychology
- Maddi, S. R. (2013) *Hardiness: Turning Stressful Circumstances into*

Resilient Growth. Springer Briefs in Psychology

Maddi, S. R., & Kobasa, S. C. (2005). *The Story of Hardiness. Twenty Years of Theorizing Research and Practice*. *Consulting Psychology Journal Practice and Research*, 54(3), 175-185.

Munstersteiger, A. M. (2015). *Hardiness: The Key to a Well-Adjusted College Experience*. New York City: College of Saint Benedict and Saint John's University

Noor, H. (2012) *Psikometri Aplikasi Dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Cetakan kedua, Jauhar Mandiri.

Sari, N. G. (2010). *Hubungan Antara Kepribadian Hardiness dan Stres Pada Penyandang Cacat Tubuh*. Surabaya. Universitas Airlangga

Sarie, A. P. (2015). *Hubungan Antara Hardiness dengan Coping Strategy pada Siswa yang Bekerja Part Time di SMK Al-Falah Kota Bandung*. Bandung. Universitas Islam Bandung

Septianingsih, E. (2013). *Studi Kasus Mengenai Hardiness Atau Ketahanan Banting Difable Daksa Berwirausaha*. Bandung. Universitas Islam Bandung